

КОНСУЛЬТАТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ В БЕЛАРУСИ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ*

*Н.И. ОЛИФИРОВИЧ, кандидат психологических наук, доцент,
директор социально-психологического центра БГПУ,
С.И. КОПТЕВА, кандидат психологических наук, доцент, проректор
по учебной, социальной и воспитательной работе БГПУ ©*

Статья посвящена проблемам и перспективам развития консультативной психологии в Беларуси. Описаны феномены современной жизни, приводящие к появлению различных расстройств и дезадаптаций, требующих вмешательства психолога-консультанта. Проанализирована история развития консультативной психологии в Беларуси, сформулированы актуальные проблемы, с которыми сталкиваются белорусские психологи-консультанты, описаны альтернативные стратегии психологической помощи (предоставление информации, прямое действие, обучение, системные изменения, совет), показаны сходство и различия консультирования и психотерапии. Перечислены основные школы и методы психотерапии (методы директивного и недирективного внушения; психоанализ; бихевиоризм; рациональная терапия; гештальт-терапия; интегративная психотерапия), являющиеся базисом для модификаций методов психологической помощи. Акцентируется внимание на проблемах квалификации психолога-консультанта и возможности получения подтверждающих ее официальных документов, а также на дифференциации деятельности психолога-консультанта и нетрадиционных методов воздействия на психику человека.

Ключевые слова: психологическая помощь, консультативная психология, деятельность психолога-консультанта.

Наш век характеризуется возрастанием нагрузок на психику человека. Информационный бум, уменьшение количества личных и увеличение количества формальных контактов, снижение уровня социальной поддержки и другие особенности современной жизни приводят к эмоциональному напряжению, которое становится одним из факторов развития различных заболеваний. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), за XX век средний показатель распространенности нервно-психических заболеваний в расчете на 1000 человек населения вырос более чем в 4 раза.

Увеличивается не только число больных людей, но и темпы роста расстройств. Если раньше регистрировалось от 5 до 10 больных на 1 000 человек, то в последние десятилетия эти цифры в России, Беларуси и Украине достигли 29–33 [1]. Тесная связь нервно-психических нарушений с усложнившимися социальными условиями современной жизни приводит к значительному росту числа неврозов и расстройств личности (при относительной

стабильности психозов). По данным мировой статистики, в настоящее время расстройства личности составляют 40%, неврозы – 47%, а эндогенные психозы – 13% от общего числа нервно-психических заболеваний.

Эксперты ВОЗ отмечают заметное распространение нервно-психических расстройств у детей и подростков. Невротические и неврозоподобные состояния составляют 63 случая на 1000 детей. В России стойкие психические расстройства регистрируются примерно у 15% детей. По данным Института социально-политических исследований РАН, число абсолютно здоровых в психическом отношении школьников снижается с 30% в 1–3 классах до 16% в 9–11 классах. За период обучения состояние здоровья учащихся, по свидетельству Минздрава РФ, ухудшается в 4–5 раз, а 85% неуспевающих – это больные дети [1].

Возрастающее значение психических факторов в возникновении и течении различных соматических болезней приводит к тому, что не менее 30% (а по некоторым данным – не

* Статья поступила в редакцию 30 мая 2008 года.

менее 50%) обращающихся с соматическими жалобами в поликлиники и стационары, – по существу, практически здоровые люди, нуждающиеся лишь в определенной психологической помощи.

Статистика свидетельствует, что людей, не страдающих какими-либо психическими нарушениями, т.е. «абсолютно здоровых», в настоящее время насчитывается в среднем лишь 35%. По данным разных авторов, от 22 до 89% населения – люди с предболезненными состояниями (донозологические формы психической дезадаптации) [1]. Однако половина носителей психической симптоматики, согласно мнению экспертов, не нуждается в психиатрической помощи. Они самостоятельно адаптируются к среде и нуждаются только в психологическом консультировании.

Таким образом, возрастает роль психологов-консультантов в поддержке психологического здоровья населения. В связи с этим возникает потребность в развитии психологического консультирования как одного из основных направлений психологической помощи.

Психологическое консультирование – сравнительно молодая отрасль психологии. Отсчет официальной истории консультирования ведется от 1942 года, когда вышла книга К. Роджерса «Консультирование и психотерапия», положившая начало дифференциации консультирования от смежных отраслей, таких как психиатрия, психотерапия. Однако можно утверждать, что профессиональная ниша, которую сегодня занимают психологи-консультанты, никогда не пустовала.

В древние времена специалистами в области психического здоровья были шаманы, жрецы, колдуны. В древних Греции, Риме, Персии, Месопотамии первыми консультантами были врачи и философы. Среди тех, кто помогал современникам решать свои проблемы, находить ответы на непростые вопросы бытия, можно назвать Моисея, Лао-Цзы, Будду, Конфуция, Сократа, Платона, Аристотеля. Философы и пророки выступали как консультанты, стимулируя личностный, эмоциональный и интеллектуальный рост своих последователей и учеников, поддерживая их в сложных жизненных ситуациях. Именно от них унаследованы важные принципы, на которые и сегодня опирается консультативная психология: нет абсолютной истины при поиске ответа на жизненно важные

вопросы; существует множество альтернатив, множество возможностей для решения одной и той же проблемы.

Одним из предшественников консультативной психологии можно считать Гиппократа (400 г. до н.э.), который говорил о необходимости построения доверительных отношений с пациентом, об анализе истории всей его жизни для понимания специфики болезни. Он же разработал первую классификацию психических расстройств, а его обозначения темперамента мы пользуемся по сегодняшний день. Вопросами заботы о психологическом здоровье человека занималась и продолжает заниматься религия, и в любом ее ответвлении можно обнаружить достаточно проработанную систему психического и духовного роста.

Особо значимым периодом в развитии консультативной психологии стал XIX век. Годом рождения психологии как науки принято считать 1879 год, когда В. Вундт основал первую лабораторию экспериментальной психологии. Свое влияние на эту зарождающуюся профессию оказали великие философы – С. Кьеркегор, Гегель, Ф. Ницше. Конец XIX века ознаменовался блестящими открытиями З. Фрейда и Й. Брейера в области лечения истерии. Были заложены основы медицинского (психиатрического) консультирования.

В XX веке с возрастанием темпа научно-технического прогресса возникла необходимость в подготовке и отборе высококвалифицированных рабочих и служащих. На службу была призвана консультативная психология. В это время происходило интенсивное развитие профконсультирования. Специалисты в области профессионального консультирования работали в школах, в организациях, в студенческих городках. Около 80% программ подготовки психологов-консультантов ориентировались на школьное профконсультирование.

Одновременно развивалось медицинское консультирование, основанное на диагностике психопатологии. Люди, нуждающиеся в психологической помощи, в то время зачастую рассматривались как психически больные, и их лечили в основном медицинскими средствами. Таким образом, вплоть до середины 40-х годов психологи-консультанты в основном занимались диагностикой индивидуальных особенностей клиентов.

В появившейся в 1942 году книге «Консультирование и психотерапия» К. Роджерс впервые открыто заявил о том, что люди, испытывающие затруднения в общении, взаимодействии, эмоциональной сфере, не являются психически больными. Большинству из них необходима безопасная атмосфера принятия, поддержка, а не медикаментозное лечение. Он подчеркивал, что эта задача успешно решается в рамках психотерапевтических отношений между психологом и человеком, обратившимся за помощью.

К 50–60-м годам клиент-центрированная терапия Роджерса становится теоретической базой для основного количества программ подготовки психологов-консультантов. В то же время бурно развивались такие направления, как бихевиоральное консультирование, рационально-эмотивный подход, гештальт-терапия, транзактный анализ. Все эти направления конкурировали между собой и пытались доказать свое превосходство относительно остальных подходов.

Исследования сравнительной эффективности различных подходов показали приблизительно одинаковый уровень их эффективности. R. Carkhuff и его коллеги предложили использовать системный подход, описали навыки, которыми должен обладать психолог-консультант, разработали методы оценки эффективности его работы [2]. В своей модели они акцентировали внимание на развитии умений и навыков, позволяющих психологу выстраивать эффективные взаимоотношения с клиентом.

В Беларуси практическая консультативная психология развивалась гораздо быстрее теоретической. Ее основоположником по праву можно назвать Л.С. Выготского. Он во многом опередил время, открыв в Гомеле психологический кабинет. Идеи ученого стали фундаментальной основой развития системы психологической помощи на всем постсоветском пространстве.

В 1974 году при 7-й клинической больнице г. Минска начала действовать городская консультация, в которой обратившиеся семьи получали психологическую помощь. В 1980 году был открыт Республиканский центр консультаций «Брак и семья», в котором вместе работали медики и психологи.

Большой вклад в развитие консультативной психологии в Беларуси внесла Г.С. Абрамова. Она была автором первого в республике

«Практикума по психологическому консультированию» и учебного пособия «Введение в практическую психологию».

Запросы психологической практики вызвали интерес к таким темам, как кризисная психология (Л.А. Пергаменщик, И.А. Погодин); семейная психология и психотерапия (А.А. Аладьин, Т.Ф. Велента, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Н.И. Олифирович, В.И. Слепкова); проблемы психологического здоровья (Г.И. Малейчук, А.Н. Сизанов, Ю.Г. Фролова); консультативная психология (Г.С. Абрамова, Л.Г. Лысюк, Н.И. Олифирович), психология самосознания (О.В. Белановская, С.И. Коптева) и другие. Эти направления в области прикладной психологии стали основой для разработки программ оказания психологической помощи.

С начала 90-х годов создается нормативно-правовая база деятельности психологов учреждений образования. Значительный вклад в ее разработку внесли временные научные коллективы, образованные по инициативе Министерства образования (Ю.Н. Карандашев, О.С. Попова, Н.А. Цыркун). Их разработки легли в основу многих документов, регламентирующих деятельность психологов. Был создан образовательный стандарт по практической психологии (С.И. Коптева), разработано Положение о социально-педагогической и психологической службе учреждения образования [3]. В рамках развития психологии образования шло становление психологического консультирования, которое сегодня является одним из важнейших видов деятельности, осуществляемых педагогами-психологами психологической службы системы образования.

Помимо системы образования, сегодня специалисты в области психологического консультирования работают в территориальных центрах социальной помощи населению, поликлиниках и медицинских центрах, фирмах и организациях, банках, консалтинговых агентствах. Психологи-консультанты в Беларуси представлены профессионалами в областях индивидуального, семейного, возрастно-психологического, организационного, медицинского консультирования.

Появились частнопрактикующие психологи, осуществляющие свою деятельность в рамках одного из теоретических направлений. Наиболее распространенными направлениями в Беларуси являются гештальт-терапия, семейная терапия, символдрама. Таким образом, созданы

все предпосылки для развития консультативной психологии в Республике Беларусь.

Однако существует ряд проблем, с которыми сталкиваются психологи-консультанты в нашей стране. Среди них следующие:

- отсутствуют методологические и методические основы консультативной деятельности психолога;
- отсутствует единая концептуальная модель подготовки психологов-консультантов, которая бы учитывала фундаментальные исследования и прикладные разработки в этой сфере, а также существующие взаимосвязи между ними;
- отсутствует единство в определении целей, задач, форм и методов работы психологов-консультантов в самой психологической среде;
- отсутствует признанная международным сообществом профессиональная организация, занимающаяся проблемами профессиональной квалификации и лицензирования работающих психологов-консультантов, а также отслеживающая этические проблемы отношений в системе «психолог – клиент»;
- существуют затруднения отделения консультирования как личностно-ориентированной психотерапии, ориентированной на клинически здоровую личность, от деятельности психотерапевтов, работающих с более серьезными и глубокими нарушениями;
- отсутствуют программы подготовки и повышения квалификации психологов-консультантов.

Наличие вышеперечисленных сложностей и проблем привело к тому, что вместо обращения за высококвалифицированной помощью к психологам-консультантам население все чаще обращается в альтернативные системы, в числе которых гадалки, народные целительницы, астрологи, спириты, экстрасенсы, специалисты по картам Таро и т.п. Признавая за человеком свободу выбора, тем не менее, отметим, что использование нетрадиционных методов воздействия на психику обычно позволяет человеку снять с себя ответственность за происходящее и продолжать использовать прежние методы и способы жизнедеятельности. Психологическое консультирование ориентировано на такой процесс взаимодействия консультанта и клиента, в ходе которого последний узнает больше о себе самом и учится связывать эти знания со своими целями так, чтобы достичь более полного и гармоничного бытия-в-мире. В ходе консультирования ответственность за результат

несет не консультант, а сам клиент, который рассматривается как человек, обладающий свободой выбора, способностью к осознанию и восстановлению логики собственной жизни.

Психологическое консультирование ориентировано, прежде всего, на тех, кто имеет проблемы в повседневной жизни, например, испытывает трудности на работе, в семье или в принятии решений, неуверен в себе, переживает возрастной кризис, обладает низкой самооценкой и т.п. Целесообразно отделить консультирование от других стратегий психологической помощи, таких как:

- предоставление информации (например, о развитии ребенка; о нормативности переживания семьей определенных кризисов; о возможности обращения к другим специалистам);
- прямое действие – осуществление конкретных действий, направленных на оказание помощи клиенту (например, в кризисных ситуациях, в случаях аутодеструктивного поведения или реальной угрозы психическому и/или физическому здоровью людей);
- обучение – помощь в приобретении знаний, умений и навыков, необходимых клиенту в конкретной ситуации;
- системные изменения – оказание направленного воздействия на ту систему (например, семью, школьный класс), которая явилась причиной возникновения трудностей;
- совет – высказывание собственного мнения, основанного на своем видении ситуации, в которой находится другой человек [4].

Необходимо отметить, что в Беларуси все более острым становится вопрос о квалификации практикующих консультантов. Для решения этой проблемы необходимо разработать стандарт для аккредитации программ профессиональной подготовки. Выпускники институтов и университетов, успешно окончившие обучение в соответствии с утвержденными программами, смогут подавать документы для вступления в профессиональную организацию. Лицензирование и сертификация являются удостоверением того, что уровень профессиональной подготовки консультанта отвечает определенным стандартам. Лицензия дает право самостоятельной работы. Сертификат позволяет практиковать, но не дает звание специалиста в данной области, а лишь удостоверяет тот факт, что подготовка психолога-консультанта отвечает определенным стандартам.

К сожалению, существуют сложности разделения деятельности психолога-консультанта и психотерапевта. На наш взгляд, психологическое консультирование и психотерапию можно рассматривать как два полюса психологической помощи, содержание которой заключается в обеспечении эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки личности или группе в трудных ситуациях. Полюс психологического консультирования связан в основном с ситуационными проблемами, возникающими у клинически здоровых индивидов и решаемых на уровне сознания. Полюс психотерапии устремлен к более глубокому анализу проблем с ориентацией на бессознательные процессы, структурную перестройку личности. Область между полюсами принадлежит деятельности, которую можно отнести и к психологическому консультированию, и к психотерапии.

В наступившую эпоху глобализации идеи и знания уже не имеют границ. Все большее число психологов-консультантов и психотерапевтов испытывает потребность в едином свидетельстве профессиональной квалификации, действующем как в стране, так и за ее пределами. На сегодняшний день большинство стран Европы разделяют положения Страсбургской декларации, согласно которой психотерапия признана отдельной от психиатрии и психологии профессией, которой может заниматься человек, имеющий соответствующую квалификацию и прошедший обучение по одной из признанных Европейской Ассоциацией Психотерапии (ЕАП) модальностей.

М.М. Решетников перечисляет следующие школы и методы психотерапии: методы директивного и недирективного внушения; психоанализ; бихевиоризм; рациональная терапия; гештальт-терапия; интегративная психотерапия [5]. Он утверждает, что все остальное – техники, или варианты применения основных методов (детский, семейный, групповой и т.д.).

В Беларуси до сих пор не сформирован признаваемый и разделяемый специалистами в области психологического консультирования и психотерапии перечень методов и техник. В то же время достаточно большое количество практикующих сегодня белорусских психологов прошли требуемое ЕАП обучение (3 200 часов теоретической и практической подготовки,

1 600 из которых – в рамках одной из модальностей) и приобрели соответствующую квалификацию по заявленной модальности, однако процедура признания сертификатов, полученных за рубежом, в Беларуси не разработана.

Таким образом, на сегодняшний день вопросы о квалификации психолога-консультанта и о возможности получения официальных документов, ее подтверждающих, остаются нерешенными, а в ряде случаев наблюдается подмена психотерапевтической и консультативной деятельности нетрадиционными методами воздействия на психику человека (колдовством, экстрасенсорным целительством, предсказаниями судьбы, гаданием и др.). Поэтому актуальной является проблема анализа и обобщения деятельности психологов-консультантов в Беларуси с целью разработки научно-методической и правовой базы для их деятельности.

Поскольку человеческая жизнь – высшая ценность общества, то внутренний мир, состояния, переживания человека являются не только его ценностью, но и социальной ценностью. Проблемы отдельного человека являются не только его личными проблемами – человек включен в сложную систему взаимодействий и взаимозависим с окружающими его людьми. Именно это превращает психологическое здоровье каждой личности в социально-значимую ценность, актуализируя проблему развития консультативной психологии в Беларуси.

ЛИТЕРАТУРА

1. Психология здоровья: учебник для вузов / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с.
2. Carkhuff, R.R. Beyond Counseling and Therapy / R.R. Carkhuff, B.G. Berenson. – 2nd Ed. N.Y.: Holt, Rinehart and Winston, 1977.
3. Положение о социально-педагогической и психологической службе учреждения образования / Постановление Министерства образования Республики Беларусь. 27 апреля 2006 г. № 42.
4. Олифинович, Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование: теория и практика / Н.И. Олифинович. – Минск: Тесей, 2005. – 264 с.
5. Решетников, М.М. Почему нам нужно объединяться? / М.М. Решетников // Профессиональная психотерапевтическая газета. – № 12 (63). 2007. – С. 4–6.