

Особенности консультирования в психотравмирующих ситуациях

Психотравмирующими ситуациями являются постоянные конфликтные взаимоотношения в семье, отклоняющееся поведение ребенка, совершение асоциального поступка, наркомания, токсикомания, правонарушения и др. *Показаниями к психологическому консультированию* являются: самостоятельное обращение ребенка или подростка, направление ребенка родителями или опекунами, педагогами или представителями других организаций, приглашение пострадавшего самим психологом. Первый вариант является наиболее предпочтительным в связи с наличием у обратившегося за помощью человека осознаваемой проблемы и мотивации.

Основным методом психологического консультирования является интервью. С помощью специальных вопросов и заданий, раскрывающих актуальные и потенциальные возможности личности, психолог идет от достижения принятия клиентом ситуации интервью к сбору информации о его личности, от достижения взаимопонимания к совместному решению проблемы. Во время интервью психолог использует методы, содействующие активности, смене чувств и переживаний, демонстрирующие безусловное принятие личности клиента и безоценочное отношение к нему. Это достигается через различные варианты слушания (Т. Гордон):

- 1) «пассивное слушание» («тишина») — невербальное средство, позволяющее клиенту почувствовать внимание к его личности и проблеме;
- 2) «реакции подтверждения» — реакции признания услышанного, вербальные реплики и невербальные приемы (кивание головой, наклон вперед, улыбка);
- 3) «открывание дверей» — специальные вопросы, замечания, позволяющие ребенку быть открытым, поощряющие его высказывания;

4) «активное слушание» — с помощью перефразирования услышанного психолог уточняет свои гипотезы и декодирует информацию клиента;

5) «отражение чувств» — психолог становится своеобразным зеркалом чувств, помогает их осознать, вербализовать, эмоционально отреагировать;

6) «сублимация» — обучение выражению чувств в социально-приемлемой, безопасной и потенциально-творческой форме;

7) «интерпретация» — клиент получает новое видение ситуации на основе теории или личного опыта психолога; альтернативное видение реальности, общей картины случившегося способствует изменению поведения и настроения консультируемого;

8) «директива» — психолог ясно показывает консультируемому, какое действие считает для него желательным, и предполагает, что клиент выполнит его указания;

9) «самораскрытие» — психолог делится личным опытом и переживаниями, показывает, что способен разделить нынешние чувства собеседника; высказывания психолога построены на «Я-предложениях»;

10) «обратная связь» — психолог дает человеку возможность понять, как его воспринимают со стороны, указывает конкретные данные для самовосприятия, что имеет особое значение для подростков в связи с наличием у них многочисленных комплексов;

11) «логическая последовательность» — психолог объясняет последствия мышления и поведения клиента; это способствует развитию рефлексивного поведения и принятию самостоятельных решений;

12) «пересказ» — повторение психологом сущности ситуации и мыслей клиента, что активизирует обсуждение проблемы, улучшает ее понимание;

13) «резюме» — прояснение результатов в конце беседы для суммирования суждений психолога и выводов клиента, что помогает перенести результаты в реальную жизнь.

Целесообразно использовать в работе с подростками «телефон доверия» как одну из наиболее адекватных форм психологической помощи. «Телефон доверия» обеспечивает анонимность, искренность, снимает страх унижения и различных санкций, дает возможность прервать контакт, если он нежелателен. Роль консультанта «телефона доверия» — помощь подростку в идентификации проблемы, вербализации негативных эмоций, определении источников и причин проблемы; повышение уровня его самооценки, выявление круга друзей и близких, которые могли бы его поддержать, выработка плана действий в критической ситуации.

Важным компонентом психокоррекционной программы является работа с семьей подростка. Отклоняющееся поведение может служить средством психологической защиты инфантильной личности подростка, компенсации его блокированных потребностей. Факторы, способствующие девиациям поведения: блокировка потребностей в безопасности, самоутверждении, принадлежности; отсутствие родительской модели поведения, с которой ребенок идентифицирует себя; отсутствие или избыток дисциплинарных воздействий.

Типичные проблемы родителей данной категории подростков: неосознание основных прав личности ребенка; требование уважения к себе и отказ в уважении подростку; собственный эталон «взрослого поведения», навязываемый ребенку; проекция на ребенка собственных нежелательных качеств, сравнение его развития со своим жизненным путем; стереотипное общение родителей с ребенком, отсутствие взаимопонимания; стремление реализовать в ребенке собственные цели; стремление выполнить большинство задач за ребенка с детства; страх неизвестного. Родители, сами того не подозревая, часто являются провокаторами девиаций поведения у своих детей. Задача психолога состоит не только в психологической помощи детям и подросткам, имеющим те или иные отклонения в поведении, но и в переориентации их социальной микросреды, воспитательного микросоциума.

Отдельные поступки значимы не сами по себе, а лишь в связи с тем, какие особенности личности за ними скрываются. Придавая поведению подростка то или иное значение, родители и педагоги оказывают целенаправленное влияние на развитие механизмов, лежащих в основе развития нравственных качеств личности. Наоборот, препятствуя тем или иным поступкам, поведению, мы создаем помеху, задерживаем развитие соответствующих свойств и качеств личности ребенка, подростка. Квалифицируя ту или иную особенность поведения как отклонение, необходимо учитывать условия, стабильность, частоту ее проявления, характер, возраст ученика и многое другое. Только после этого можно выносить суждение и определять меру воздействия. Иногда ученик буквально «загоняется в угол» тем или иным суждением, на него «навешивается ярлык». Это грубейшая педагогическая ошибка, чреватая неприятными последствиями.

Проявления отклонений в поведении детей и подростков могут быть ситуативными или устойчивыми. Ситуативные, временные проявления или реакции обусловлены провоцирующими их факторами и обстоятельствами. Устойчивые формы отклонений в поведении вызываются неблагоприятными условиями жизни человека. Изменения в поведении накапливаются и проявляются или постепенно, или резко — приводят к срыву, реакциям протеста, уходу, агрессии. Если ситуации повторяются часто, то реакции закрепляются, возникают устойчивые психологические образования (комплексы), приводящие к развитию того или иного типа поведения. Особое место занимает компенсаторно-иллюзорная форма поведения, когда неудовлетворение потребности, устойчивый психологический дискомфорт подростка находят выход в искусственном возбуждении (дискотеки, «тусовки», драки), в расторможенности общения, одурманивании себя никотином, алкоголем, наркотиками, токсическими и лекарственными веществами.

Дети и подростки с отклоняющимся поведением, как правило, оказываются трудными в общении. Чтобы установить с ними контакт, психологу требуется приложить довольно много усилий, которые могут оказаться и бесплодными. Методика контактного взаимодействия, разработанная Л.Б. Филоновой, ставит своей основной целью сокращение дистанции между людьми и самораскрытие личности в процессе общения. Контактное взаимодействие — это модель поведения, вызывающая и усиливающая у другого человека потребность в контакте, продолжении общения, потребность в высказываниях. Взаимодействие психолога с подростком разворачивается в шесть стадий: 1) расположение к общению; 2) поиск общего интереса; 3) выяснение положительных для общения качеств; 4) выяснение опасных для общения качеств; 5) адаптивное поведение партнеров; 6) установление оптимальных отношений.