

ІНДИВІДУАЛЬНЕ ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ НА ЗАСАДАХ ДУХОВНО ОРІЄНТОВАНОГО ПІДХОДУ

Е.О. Помиткін

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник
Інституту педагогіки і психології професійної освіти АПН України*

У статті представлені основні принципи індивідуального психологічного консультування молоді на основі духовно орієнтованого підходу. Сформульовані вимоги до ефективної професійної підготовки психологів роботи з використанням духовно орієнтованого підходу на практиці.

Ключові слова: духовно орієнтований підхід, ціннісно-смилова сфера, принципи індивідуального психологічного консультування учнівської молоді.

Потреба в духовному розвитку є однією з вищих особистісних потреб. За поглядами Гегеля, дух у людській природі найбільше проявлений у свідомості та самосвідомості. Розглядаючи свідомість як ступінь рефлексії, або ставлення духу до себе, філософ визначає дух як:

- свідомість взагалі, що має предмет як такий;
- самосвідомість, для якої предметом виступає “я”;
- єдність свідомості та самосвідомості – той факт, що дух споглядає зміст предмета як самого себе та себе самого як визначеного в собі та для себе...

Потреба духовного розвитку особливо актуалізується у ранньоюнацькому віці, для якого, на думку І.С. Кона, центральним психічним процесом є розвиток самосвідомості. Ця актуалізація викликає ряд особистісних змін, до того невідомих молодій людині. Якщо раніше батьки були найбільш значущими особистостями для дитини, то з часом їх авторитет поступається соціальним лідерам, одноліткам. Намагаючись зрозуміти власне “Я”, підлітки та молоді люди прагнуть, з одного боку, до спілкування, а, з іншого – до самотності. Особливо гостро цей період можуть переживати молоді люди з багатим внутрішнім світом. Підвищена емпатійність, чутливість, небайдужість до життєвих доль інших нерідко робить особистість вразливою, беззахисною. Значною мірою це стосується перших етапів духовного сходження, коли у вирії зльотів і падінь людина не усвідомлює, що з нею відбувається, неадекватно ставиться до особистісних змін. За таких умов у нагоді може стати кваліфікована психологічна допомога.

Британський психотерапевт Е.С.Робін Скіннер відзначає, що “Зазвичай, ті пацієнти, які пізніше будуть шукати духовний шлях, дають мені ясні вказівки на це вже завчасно. Вони в якійсь мірі більш відкриті й ранимі, більше усвідомлюють себе частиною всього людства, час-

тиною всесвіту, “листям дерева”. Їх більше хвилює та глибше цікавить сенс власного існування всередині цілого, ніж смисл того, що відбулося з ними вчора або в дитинстві, ніж острахи та надії відносно того, що станеться з ними завтра. Вони поводять себе так, ніби отримали можливість поглянути додолу з височини гори; неясні спогади про це видовище надалі приводять їх до пошуків того, що вони вже давно бачили”.

Мета поданої статті полягає в розкритті специфіки та принципів індивідуального психологічного консультування учнівської молоді на основі духовно орієнтованого підходу.

Безумовно, психологічна допомога учнівській молоді у період духовних пошуків має свою специфіку. На думку Крістіни Гроф та Станіслава Грофа “Найважливіше завдання – створити людям, які переживають кризу, сприятливу атмосферу та розповісти їм про процес, через який вони мають пройти”. Психологічна просвіта є особливо важливою в умовах нашого суспільства. Нажаль і досі з дитячого садка дітей навчають різноманітним знанням, значна частина яких їм ніколи не знадобиться і при цьому ігнорують найактуальнішу потребу особистості у самопізнанні, саморозвитку та самореалізації. Як наслідок, випускники шкіл, вищих закладів освіти часто не знають власної сутності, своїх особистісних характеристик, професійної спрямованості тощо. Тим більш таємничим для них виявляється процес саморозвитку з його певними етапами і закономірностями.

У своїй практичній роботі психологи активно використовують як вітчизняні, так і світові напрацювання. Аналізуючи сучасні підходи, які активно застосовуються у діяльності практичного психолога, дослідники виокремлюють особистісний, поведінковий, діяльнісний, когнітивний, психоаналітичний, екзистенційно-гуманістичний підхід, гешта-

льтерапію, психодраму, тілесно орієнтований підхід, психосинтез, трансперсональний підхід, християнську психотерапію тощо.

Кожен із представлених підходів являє собою дорогоцінну знахідку в справі психологічної допомоги людині, кожен має переваги й недоліки в залежності від сфери його застосування, конкретної проблеми, що вирішується, нарешті – від особистості психолога й клієнта. Разом із цим, вітчизняна дослідниця С.В.Васьківська зазначає, що “різноманітність технік, з одного боку, надихає психолога-консультанта, з іншого веде до розгубленості, адже все досягнути не можна. Єдиним виходом з цієї ситуації є формування власного стилю консультативної чи психотерапевтичної роботи, коли професіонал, пройшовши період становлення у конкретному напрямі, виробляє свій унікальний концептуально-ціннісний та технологічний почерк”.

Чимало сучасних вчених звертають увагу на певну безпорадність психіатричної практики перед вічними проблемами життя й смерті, сенсу існування, нарешті, людського щастя. Як зазначає професор філософії державного університету у Сан Франциску Джекоб Нідлмен “Психоаналітик, харизматичний у минулому, замкнувся всередині рутинної медичної роботи і сам перетворився в об’єкт усе більшого публічного цинізму. Біхевіорист, який колись вражав світ, визначаючи людину як згусток керованих реакцій, нині обмежився простим філософствуванням і практикою часткової психологічної косметики. У полі психофізіології, яке розширюється, ми чуємо оклики про “прорив” у таємниці загадкової структури мозку, що викликає благоговіння, однак у цих окликах немає справжньої впевненості. Що ж стосується експериментальної психології, то вона просто оніміла, і маса накопичених за цілі десятиріччя дослідницьких даних, отриманих при нагляді за тваринами, не має ніякого зв’язку (здається цей зв’язок ніколи і не буде встановлений) із стражданнями, страхами й розчаруваннями повсякденного життя людини”. Вихід із цього критичного становища вчений бачить у поєднанні, синтезі психологічних і духовних практик.

Таким чином, проблематика духовного розвитку особистості має свою специфіку й потребує свого, специфічного підходу. Сутність духовно орієнтованого підходу полягає перш за все, в тому, що в процесі психологічної допомоги психолог приділяє першочергову увагу пошуку шляхів і можливостей прояву духа в природі особистості через розвиток свідомості й самосвідомості, визначення ідеалів, ціннісних орієнтацій та смислів, які для людини є життєво важливими. Реалізуючі духовно орієнтований підхід у психологічній практиці, психолог спирається на такі основні принципи:

Принцип вищої доцільності. Відповідно до нього, всі події у житті клієнта мають сенс і цінність. У подіях та ситуаціях, в яких опиняється клієнт, віднаходиться певна сторона, яка дозволяє аналізувати їх з точки зору потреби для розвитку особистості. Минуле, сьогоденне та майбутнє постають в одній площині. Будь-який досвід розглядається як надбання людини, що допомагає в майбутньому уникати подібних життєвих помилок.

Принцип цілісності. Згідно з цим принципом, життя особистості розглядається як цілісний мистецький твір, в якому розподіл на важливе й другорядне є умовним. Дотримання цього принципу в процесі психологічної роботи дозволяє вбачати в кожній “дрібниці” частину великого та значного, не принижувати ролі вражень, переживань, станів, світоглядних переконань, а розглядати їх із позицій єдності людини й світу.

Принцип свідомої взаємодії. Робота з клієнтом будується на основі усвідомленого ставлення до проблеми та спільного пошуку шляхів її розв’язання. Цей принцип означає надзвичайно важливу роль самоусвідомлення клієнтом мети психологічної роботи, її основних етапів та завдань. За таких умов між клієнтом і психологом зростає довіра, вони природним чином стають партнерами у спільній справі – розв’язанні психологічної проблеми.

Принцип розвитку свідомості. Згідно з цим принципом, розв’язання психологічної проблеми здійснюється в контексті підвищення рівня свідомості клієнта. Цей принцип означає, що крім тактичної мети роботи – розв’язання актуальної на сьогодні проблеми – психолог має орієнтуватися на стратегічну мету своєї діяльності, яка пов’язана з допомогою у розвитку свідомості клієнта. Визначаючи в процесі діагностики наявний рівень свідомості, психолог використовує його як базовий для досягнення наступного рівня.

Принцип свободи волевиявлення клієнта. Робота з клієнтом не повинна перешкоджати його самостійності. Дотримання цього принципу забезпечує право клієнта на самостійний пошук шляхів розв’язання проблеми, запобігає виникненню типової ситуації, коли психолог свідомо чи несвідомо намагається “прив’язати” до себе, зробити залежним. Цей принцип узгоджується з ідеями Віктора Франкла відносно того, що клієнт здатний “обирати цінності, смисли, ідеали, далекі й близькі цілі, нарешті, поведінку, яка б узгоджувалась із духовними смислами”.

Принцип детермінованості зовнішнього та внутрішнього. Використання цього принципу дозволяє розглядати особистісну проблему як маршрутну схему на шляху розвитку особистості клієнта, а ставлення до проблеми – як показник рівня свідомості. Цей принцип підкреслює зв'язок між особистістю клієнта та подіями, що мають місце в його житті. Життєві складнощі розглядаються з позиції тієї користі, яку може мати для клієнта процес їх подолання. В свою чергу, ставлення до проблеми визначає характеристики свідомості клієнта та дозволяє накреслювати зону її найближчого розвитку.

Звісно, застосування цих принципів на практиці вимагає високого рівня професійної підготовки психолога, однак ті проблеми, які пов'язані з цінностями та смислами, є найскладнішими проблемами людського існування. Їх розв'язання не допускає некомпетентного втручання. Як зазначає Джекоб Нідлмен ...”тисячі чоловіків і жінок в усій Америці не знають, яка допомога їм потрібна – психологічна чи духовна. Лінія, що відокремлювала психотерапевта від духовного вчителя, стала непомітною”. Отже, духовно орієнтований підхід має широку сферу застосування і може складати основу психотерапевтичної практики. Результатом його впровадження є комплексні перетворення у структурі особистості клієнта.

Звертаючись до психолога, клієнт певною мірою усвідомлює проблему як невідповідність між бажаним і дійсним. Значення ж кожної особистої проблеми безпосередньо залежить від рівня свідомості, тобто від тієї височини, з якої робиться погляд на життя і, зокрема, на особисту проблему. Відомий вислів Марка Аврелія “Зміни своє ставлення до речей, які тебе турбують, і ти будеш від них у безпеці” – відображає саме цю істину. Водночас зміна ставлення до певних життєвих ситуацій – це лише перший крок у внутрішньому світі, за яким усвідомлюється необхідність у конструктивних змінах світу навколишнього.

Духовно орієнтований підхід спрямований, передусім, на можливе (хоча б і тимчасове) підвищення рівня свідомості клієнта, яке здійснюється паралельно з вирішенням окремої проблеми. При цьому психолог повинен знайти спільну мову з клієнтом, спираючись на його інтереси, цінності та життєві смисли, тобто враховуючи його рівень свідомості. Саме на цій основі будується індивідуальна програма особистісного розвитку, реалізація якої вимагає сходження від егоцентризму до цінностей духовного порядку. Альфред Адлер стверджував, що “втрата егоцентризму невід'ємно супроводжує будь-яке покращення психічного здоров'я і, мабуть, є найбільш фундаментальним перетворенням”.

Упорядкування ціннісно-сислової сфери особистості неминуче призводить до позитивних змін у всіх її підструктурах: спілкуванні, спрямованості, характері, досвіді тощо. За змінами у внутрішньому світі відбуваються обов'язкові зміни у світосприйнятті, життя вступає у новий, сприятливіший період. “Духовні впливи зцілюють (часом і тоді, коли зазнає невдачі традиційна психотерапія), бо вони розв'язують психічні й емоційні вузли, які заважають життєвій силі робити свою справу” – вважає професор психології Дейвід Елкінз].

У стародавніх духовних традиціях ідея вічного розвитку людини та світу відображалася символікою хреста, де вертикаль символізує етапи духовного, а горизонталь – фізичного, матеріального розвитку. За розвитком матеріального настає подальший розвиток духовного, після чого матеріальне знову збагачується новими духовними досягненнями (рис. 1).

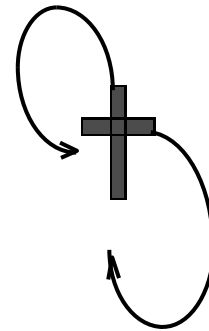


Рис. 1. Ідея вічного розвитку, відображена у стародавній символіці хреста.

У цій стародавній символіці передавалася споконвічна ідея безмежної досконалості, яка в математичних викладках Піфагора співвідносилася з цифрою 8 (∞ – нескінченність). У разі ж, коли людина бере до уваги лише один бік своєї природи, вона тим самим відмежовує себе від процесу постійного гармонічного розвитку (нескінченність перетворюється на замкнений простір).

У роботі “Природа благополуччя” Еріх Фромм зазначає: “Так само як ми визнали, що виліковування певного симптому та попередження формування майбутнього симптому неможливе без аналізу і зміни характеру, ми повинні визнати, що і зміна тієї чи іншої риси невротичного характеру неможлива, якщо ми не переслідуюмо більш радикальну мету – мету повного перетворення людини”. Саме тому активізація потреби у духовному розвитку має особливе значення. Духовний розвиток спрямовує людину на шлях активного перетворення власної сутності у відповідності з місцем і завданням у єдиному цілісному світі. Роблячи істотний

крок у цьому напрямі, клієнт починає розуміти, що власні проблеми не є в повному розумінні власними, а проблеми інших входять до числа власних проблем. Звідси зростає мотивація саморозвитку: покращення себе призводить до покращення світу.

Застосування духовно орієнтованого підходу у діяльності шкільного психолога має не тільки переваги, але й певні труднощі. Ці труднощі пов'язані, перш за все з тим, що шкільний психолог і нині виступає для учнів як представник адміністрації школи. До того ж, в умовах навчального закладу та навчально-виховного процесу не кожен учень здатний відверто спілкуватися і висловлювати власні думки, свою життєву позицію, розкривати систему особистих цінностей тощо.

Для подолання цих труднощів необхідним є не тільки ретельний підбір психологічних кадрів, але й спеціальна професійна підготовка психологів до роботи з використанням духовно орієнтованого підходу. Особливості цієї підготовки ґрунтуються, перш за все, на знаннях про духовний розвиток особистості, про його закономірності та психологічні механізми, духовні кризи і злети. В ході практичної підготовки слід створювати ситуації спілкування та взаємодії між майбутніми психологами та особистостями, які

можуть бути прикладами духовної самореалізації. Ці зустрічі відіграватимуть роль певного камертону, який допоможе психологам надалі краще орієнтуватися у проблемах духовного сходження людини. Оволодіння духовно орієнтованим підходом вимагає введення до загальної програми підготовки практичних психологів додаткових навчальних дисциплін. Зокрема, доцільно використовувати спецкурс "Психологічні аспекти духовного розвитку особистості".

При підготовці професійних психологів слід враховувати також і те, що система особистісних якостей знаходиться в постійному розвитку, динаміці видозмін. Результативність професійної підготовки психологів значно зростає, коли студент у процесі навчання бере активну участь у діагностиці саморозвитку, здійснює самооцінку, накреслює програму самовдосконалення та шукає шляхи власної самореалізації. Ефективність духовно орієнтованої підготовки практичного психолога визначає успішність його подальшої професійної діяльності, під час якої духовні знання, цінності й досвід збагачуються особистісними надбаннями фахівця та стають здобутками суспільної свідомості.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Васьківська С.В.* Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – 256 с.
2. *Гегель //* Энциклопедия философских наук. – Т.3.: Философия духа. – М.: Мысль, 1977. – 471 с.
3. *Гроф Станислав.* Духовный кризис: Статьи и исследования. – М.: Наука, 1995. – 255 с.
4. *Гуманістична психологія:* Антологія: В 3-х т. – Т.2: Психологія і духовність: (Світоглядні аспекти гуманістично зорієнтованих напрямів у сучасній західній психології) / Упоряд.: Г. Балл, Р. Трач. – К.: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ. – 2005. – 279 с.
5. *Искусство стать и быть человеком:* Учебник живой духовности. – М.: Центр "Юнивер", 1991. – 192 с.
6. *Кон И.С.* Психология ранней юности: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
7. *Помиткін Е.О.* Психологія духовного розвитку особистості. – Монографія. – К.: Наш час, 2006. – 280 с.
8. *Психотерапия и духовные практики:* Подход Запада и Востока к лечебному процессу / Составитель В. Хохлов; пер. с англ. Н. В. фон Бока. – Мн.: «Вида – Н», 1998. – 320 с.
9. *Шюре Э.* Великие посвященные. Очерк эзотеризма религий / Пер. с фр. Е. Писаревой. – М.: Книга - СП Принтшоп, 1990. – 419 с.

Стаття надійшла до редакції 22.05.2006 р.