Багишева Р.Р., Авсянская В.В., Родермель Т.А.
*Сургутский государственный университет
Сургут, Россия*

doi 10.18411/gdsn-28-02-2017-14
idsp 000001:gdsn-28-02-2017-14

Организация процесса психологического консультирования как способ психокоррекционного воздействия на человека, находящегося длительное время в состоянии расстройства

Психологическое консультирование (далее по тексту - ПК) является особым видом деятельности практического психолога. По мнению Р. С. Немова, Ю. Е. Алешиной, Г. С. Панка, В. М. Федорчука и др., психологическое консультирование существенно отличается от индивидуальной и групповой психотерапии, психокоррекции и одновременно связано со всеми видами деятельности практического психолога. Понятие ПК включает в себя систему принципов и техник для помощи людям в том, чтобы изменить свой ум, справиться с неблагоприятными сторонами своей жизни, и получить в жизни как можно больше того, чего они хотят. Оно отличается от других видов деятельности практического психолога рядом особенностей, в частности, носит кратковременный и эпизодический характер личных контактов психолога и клиента, тогда как различные методики психотерапии рассчитаны на длительный период работы с клиентом. Если ПК ориентировано на помощь клиенту в реорганизации его межличностных отношений, то психотерапевтическое воздействие ориентировано на решение глубинных проблем личности. По мнению Л.Б. Шнейдер ПК - это, прежде всего, «превентивная, упреждающая помощь, предотвращающая развитие нежелательных осложнений». В ней особое значение имеет диагностика. Целью является - культурно-продуктивная личность, обладающая чувством перспективы, действующая осознанно, способная разрабатывать различные стратегии поведения и способная анализировать ситуацию с различных точек зрения [2].

В нашем случае, мы используем понятие ПК как помощь клиенту в исследовании собственной личности, в понимании своих отношений с окружающим миром, оценке своих проблем и в поиске альтернативных вариантов их преодоления.

Целью предлагаемого исследования является рассмотрение различных путей корректирования стратегии поведения клиента, также помощь в изменении привычного поведения, для проживания более продуктивной жизни,

развитие навыков преодоления трудностей при столкновении с новыми жизненными обстоятельствами и требованиями, обеспечение взятия клиентом на себя ответственности за принятие жизненно важных решений при помощи психологического консультирования.

В 2016 году мы познакомились с консультационным случаем клиента «М», который обратился за помощью. Краткое содержание консультационного случая: «М» 45 лет, ощущает свой дискомфорт, лечится от алкоголизма. Находится под наблюдением нарколога, психиатра (психотерапевта). Чувствует свою нереализованность, личностную несостоятельность, при этом стремится к совершенству (борется за политические идеи о благосостоянии общества; каждый рассказ о политических идеях заканчивается словами: «пойду воевать!»). Так же «М» мечтает о «домике на берегу реки далеко от «них». Них – о это враги для «М». При этом «обязательно, чтобы было ружье!». После вопроса «для чего?» отвечает «на всякий случай!». Затем рассказал, что с самого раннего детства его били «все»: «пацаны», мать, сестра, и сейчас, «как выпью с мужиками, они меня бьют».

Далее в ходе клинической беседы выяснилось, что «М» рос в очень конфликтной семье (тирания, побои, злоупотребление алкоголем), мать – авторитарна, но при этом очень любима «М», отец – военный. Мать развелась с отцом, после этого «М» воспитывался прабабушкой и прадедушкой, у них были хорошие взаимоотношения. Прабабушка была духовным лидером деревни (церковным служащим), семья была зажиточной, но попала под репрессию. Сама воспитывала детей, на дочь (мать «М») говорит: «что она вертихвостка». Мать «М» так же как и «М» в хороших отношениях с прабабушкой, сама добилась успеха, поступила в академию и работала на руководящей должности.

Нами было обращено внимание на уровень взаимоотношений с женщинами, там как – то складывалось сложно. «М» не был женат, но жил с женщинами в гражданском браке. От первого сожительства родилась девочка, с которой клиент в холодных отношениях. «М» надоела сожительница и он ушел. Второе сожительство было по большой любви, родился сын, клиент его очень любил, но отношения с матерью ребенка вновь потерпели крах. Причина в соперничестве (кто главнее в отношениях). Теперь «М» живет с женщиной, которую не любит, но с ней «очень уютно и спокойно». Клиент говорит, что вот с ней он будет жить в том домике, о котором мечтает.

В период работы с «М», он понял, что уважает свою мать, несмотря на сложности в жизни, так как она была сильной и сама добилась положения. Клиент рос сообразительным и умным мальчиком, у него сейчас бизнес, который приносит прибыль и он доволен своим положением. Минусом является алкоголизация клиента, которая в данном случае отягощает разрешение проблемных зон жизнедеятельности клиента. После данной работы и собранной информации, психологом-консультантом был разработан дальнейший план работы с «М». Ниже представлен план работы с клиентом:

1. Конкретизация проблемы, с которой столкнулся клиент. Благодаря клинической беседе, психолог консультант выявляет точный и конкретный запрос клиента, на котором будет строиться психологическое консультирование.
2. Изучение и сбор анамнеза, благодаря чему консультант совместно с клиентом может найти причину возникновения проблемы у него.

3. Психолог-консультант вместе с клиентом прорабатывает картину желаемого. То есть, то чего хочет достичь клиент в ходе консультативной работы.
4. Совместное рассмотрение психологом – консультантом и клиентом широкого спектра рекомендаций. Клиент выбирает из предложенных рекомендаций близкие к нему.
5. Психотерапия, проводимая с клиентом должна быть результативной, благодаря этому клиент, в дальнейшем попадая в трудную жизненную ситуацию, уже может ориентироваться в проблеме.

Для подбора эффективных мер воздействия на «М», в данном случае, коррекции поведения клиента, следует рассмотреть информацию из МКБ 10, т.к. присутствует алкоголизм. Комплекс поведенческих, познавательных и физиологических симптомов, который возникает после повторного использования вещества и обычно включает сильное желание принять его; трудности в контроле его употребления; упорное продолжение его использования, несмотря на пагубные последствия; предпочтение употребления психоактивного вещества в ущерб другим видам деятельности и выполнению обязанностей; возрастание допустимых пределов употребления и иногда состояние абстиненции. Синдром зависимости может быть по отношению к определенному веществу (например, табаку, алкоголю или диазепаму), классу веществ (например, опиоидным наркотикам) или к широкому ряду фармакологически различных психоактивных веществ. Хронический алкоголизм, дипсомания, наркомания.

Таким образом, рассмотрев информацию, полученную из МКБ 10. Можно добавить, что в рамках консультационной работы с психологом, можно предложить методику life-line, генограмму, благодаря данным методикам можно определить, в какой именно момент произошли переломные моменты, повлекшие за собой проблемные зоны жизнедеятельности. Также, что послужило стресс - фактором.

Из выше сказанного можно сказать, что комплекс мер воздействия дал позитивный результат. Клиент стал более спокойным, у него наладились отношения с сестрой. Проявилась забота о матери. Он стал больше понимать женщину, с которой живет.

Далее мы предложили клиенту участие в групповой работе для укрепления копинг - стратегии поведения. Желательно соединять тренинговые занятия с индивидуальной работой, но это будет зависеть от тревожности клиента и его желания.

Данные техники позволяют вывести человека на ресурс, например направленные на безопасность, ЗБР (зона ближайшего развития), ЗАР (зона актуального развития), а также направленные на различные аспекты для личностного равновесия.

Заключение: психологическое консультирование направлено на разрешение проблем возникших у клиента по причине его неслаженности действий с противоположным полом. Можно сказать, что проблемы возникшие у клиента в детстве и их не решение привело к тому, что во взрослой жизни «М» не чувствует себя состоятельным и реализованным. Отсюда идет конкуренция с женщинами и их скрытое неприятие, которое подавляется и находит свой выход в злоупотреблении алкоголем. При этом клиент осознает свою зависимость, но

продолжает употреблять, зная о пагубном воздействии. Поэтому психокоррекционная работа в рамках психологического консультирования направлена как раз на разрешение этой проблемы. Были рассмотрены различные пути корректирования стратегии поведения с противоположным полом, так же рассматривались более продуктивные модели поведения с окружающими. По этой причине так же развивались навыки преодоления трудностей, возникающие у клиента сталкиваясь с новыми обстоятельствами и требованиями и взятие на себя ответственности за данные принятые решения.

Список используемых источников информации

1. Копьев А.Ф. Психологическое консультирование: опыт диалогической интерпретации // Вопросы психологии, 1990, N 3.
2. Мальцева, Т.В. М21 Профессиональное психологическое консультирование: учеб. Пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Психология» и «Юриспруденция»/ Т.В. Мальцева, И.Е. Реуцкая. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – 143 с.
3. Немов Р.С. Психологическое консультирование: учебник / Р. С. Немов. - М.: Юрайт, 2012. - 575 с.