Шугай М. А.

ЗАСТОСУВАННЯ ГЕШТАЛЬТ-ПІДХОДУ ДО ВИВЧЕННЯ КОГНІТИВНИХ ПРОЦЕСІВ, ВАЖЛИВИХ ДЛЯ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

У статті вказується на значення гештальт-підходу у формуванні інтегративної точки зору на когнітивні процеси, які важливі для професійного становлення майбутніх психологів.

Ключові слова: *професійне мислення, апперцепція, професійне становлення, особистісний досвід, гештальт-підхід.*

В статье указывается значение гештальт-подхода в формировании интегративной точки зрения на когнитивные процессы, важные для профессионального становления будущих психологов.

Ключевые слова: *профессиональное мышление, апперцепция, профессиональное становление, личностный опыт, гештальт-подход.*

The article highlights the importance of Gestalt approach in shaping integrative perspective on cognitive processes that are important for professional development of future psychologists.

Key words: *professional thinking, apperception, professional development, personal experience, Gestalt approach.*

У сучасному суспільстві продовжує розвиватись все більший інтерес до активної творчої ролі суб'єкта, який сприймає та отримує новий досвід в розумінні і освоєнні навколишнього світу і вирішенні життєвих проблем. Вказане є актуальним і в галузі підготовки суб'єктів професійної психологічної діяльності. У цьому зв'язку виняткового значення набуває дослідження процесу становлення на етапі вузівської підготовки професійної ідентичності, якою забезпечується успішність діяльності майбутніх фахівців-психологів.

На нашу думку, необхідно звернутись до умов становлення особистості, які розглядає сучасна когнітивна теорія, та досліджень того, яким чином особистість отримує чуттєвий досвід, що закрі-

© Шугай М. А., 2010

плюється в її картині світу. А саме, як конструюється наше усвідомлення і самоусвідомлення, щоб "створити та дослідити властивості й природу Я, яке розвивається з власної історії і самого поля досвіду" [5]. Щодо професійного становлення, розглядатимемо його як рух до розв'язання суперечностей між минулим досвідом особистісного розвитку та тим, якого набуває особистість. Важливою передумовою професійного становлення психолога є професійна ідентичність та професійне мислення, яке передбачає здатність до саморозуміння, індивідуального самовираження, рефлексії, розуміння особливостей сприйняття, усвідомлення (awareness), актуалізацію потреби у власному особистісному розвитку, інтуїтивного пізнання.

Як відомо, когнітивні процеси особистості активно вивчаються різними напрямками психологічної науки. Соціально-когнітивна теорія відображає визнання як впливу соціуму на думки і дії людей, так і значну роль когнітивних процесів у формуванні мотивації, у здійсненні дій, обґрунтовує основні когнітивні концепції — самоефективності та саморегулювання. Цілком очевидно, що будь-який пізнавальний акт не є самодостатнім і відірваним ані від властивостей суб'єкта, ані від соціального середовища. У нашому дослідженні ми будемо опиратись на гештальт-підхід. Вважаємо, що важливим є розвиток його потенційних можливостей для вироблення інтегративної точки зору на когнітивні процеси.

Ще в 50-х роках XX ст. когнітивно-перцептивна гештальт-модель здійснила справжню революцію в загальному полі когнітивної, а потім і загальної психології, зародившись на початку минулого століття в працях Вертхаймера, Коффки, Келера та інших. Ідеї гештальтпсихології настільки проникли в інші галузі психології, що сьогодні взагалі не існує когнітивної психології, яка б не була за своєю природою глибоко гештальтною[5].

Метою нашої статті є психологічний аналіз когнітивних процесів особистості, які відіграють важливу роль на етапі професійного становлення майбутніх психологів та визначення значення застосування гештальт-підходу для формування інтегративної точки зору на вказані процеси.

Завдання: 1)проаналізувати, як розглядається у сучасній гештальт-терапії, терапії епохи постмодерну, проблема, яким же є Я та які когнітивні процеси супроводжують і становлять почуттєвий досвід буття Я у світі; 2) визначити роль апперцепції як структурної категорії інтерпретації в інформаційному просторі у

професійному розвитку психолога; 3) визначити умови отримання студентами-психологами нового особистісного досвіду, через перебудову своєї індивідуальної системи сприймання та уявлень, важливого для професійного цілепокладання.

Для людей, зацікавлених в особистісному зростанні, зокрема і для професійного становлення майбутніх психологів, важливо навчитись вибирати із потоку інформації особистісне і хвилююче, а не тільки думати про те, що ж в даній ситуації було б актуальним, опираючись на минулий досвід, або на мрії про майбутнє (точніше, очікування щодо інших). Саме гештальт-підхід сприяє розвитку творчого пристосування організму до навколишнього середовища, а також усвідомлення тих внутрішніх механізмів, які занадто часто штовхають нас на повторення певних паттернів поведінки. Гештальт-терапевт використовує цілісний підхід, працюючи не тільки з когніціями, але й "реабілітуючи" значимість тілесних відчуттів та почуттів клієнта. Gestalten означає "надати форми, структури". Гештальт (Gestalt — німецьке слово, вперше вжите у 1523 р. в німецькому перекладі Біблії, сьогодні вживається у всьому світі, оскільки точних еквівалентів у нього в інших мовах немає) — цілісний підхід до людської сутності, який водночас охоплює її сенсорну, аффективну, інтелектуальну, духовну складові. Він акцентує на усвідомленні актуального життєвого досвіду "тут і тепер" (що, звичайно ж, не виключає звернення до минулого життєвого досвіду) і повністю відновлює у своїх правах емоції, а саме вираження не тільки гніву, смутку і тривоги... але й ніжності, любові і радості [5].

У сучасній гештальт-терапії, вказує Жан-Марі Робін, домінують дві основні тенденції. Одна з них – це комбінація психоаналізу і гештальт-терапії в контексті об'єктних стосунків і діалогова модель психотерапії, яка стосується перспектив поля. Гештальт-підхід виявляє процеси опору та переривання циклу задоволення особистістю її потреб; допомагає задовольнити бажання людини більше зрозуміти про себе, а саме "відчути як" а не "дізнатись чому"; розвиває здатність приймати відповідальність за свої думки, переживання, слова і справи, за власний стиль життя; вчить отримувати задоволення від самостійно прийнятих рішень.

Х. Кохут вказує на потребу людини в інших, хоча не відходить далеко від положень індивідуалістичної моделі: Я залишається внутрішнім ядром, в той час як інші люди виступають внутрішніми репрезентаціями, опорою, тобто Я-об'єктами [3]. Таким чи-

ном, "об'єктні стосунки" з людьми, які ми маємо, які є для нас самим центром життя і смислових систем, насправді є лише свого роду фантазіями, відповідно до наших бажань, які сприяють або "оправдовують" задоволення наших потреб. "Суб'єктні стосунки" передбачають орієнтацію на внутрішній світ інших людей, як таких же Я, як ми самі, істот з процесами, подібними нашим, стосовно яких нам доводиться вибудовувати певні здогадки, припущення, щоб взаємодіяти. На нашу думку, саме розвиток вказаної здатності є важливим для психолога. За такої орієнтації насправді ми досягаємо задоволення саме своїх потреб і відчуття й знання про те, про що ми справді мріємо. Саме за таких умов зникає потреба як в контролі поведінки іншої людини шляхом зовнішнього тиску, так і потреба знаходитись під таким контролем.

Р. Додонов вказує на такі рівні когнітивної діяльності: 1) рівень інституціалізованого, тобто наукового пізнання, яке має багатий арсенал пізнавальних засобів та прийомів дослідження реальності; 2) рівень повсякденного знання, що ґрунтується на життєвому досвіді; 3) рівень чуттєвого пізнання, тобто відображення, тісно пов'язаного з чуттєвістю організму, з функціонуванням механізмів пам'яті, перцепції-апперцепції, уявлення тощо; 4) архетипний рівень, який суттєво корегує ставлення людини до навколишнього середовища; 5) на когнітивну діяльність впливають глибинні ментальні образи, що передаються у спадок від генерації до генерації і несуть у собі інформацію про найоптимальніший алгоритм вирішення соціально значущих завдань; 6) існує ще один пізнавальний рівень, який хоч і виходить за межі соціального, але дуже важливий, оскільки відповідає за формування морфологічного стану самого пізнавального апарату. Запропонована структуризація когнітивної сфери грунтується на єдності суб'єкт-об'єктних відносин у процесі пізнання та в цілому відповідає структурі ментальності, критерієм якої була обрана форма існування знання (поняття, образи, поле) [9]. Враховуючи вказані рівні когнітивної діяльності, на нашу думку, варто розглядати когнітивні процеси особистості, важливі для професійного становлення психологів.

Як відомо, важливою передумовою професійного становлення психолога є професійне мислення, яке передбачає здатність до саморозуміння, індивідуального самовираження, розуміння особливостей сприймання, усвідомлення(awareness), актуалізацію потреби у власному особистісному розвитку, інтуїтивне пізнання. Знання, які отримують майбутні психологи навчаючись у класич-

ному університеті, навіть враховуючи те, що вони вивчають багато курсів практичного спрямування, є лише однією сходинкою у їх професійному становленні. Для розвитку професійного мислення та становлення професійної ідентичності психолога важливим є проходження особистістю власної психотерапії. Вказане, в свою чергу, є умовою отримання студентами-психологами нового особистісного досвіду, через перебудову своєї індивідуальної системи сприймання та уявлень, важливого для професійного цілепокладання. Ціль будь-якої психотерапевтичної інтервенції полягає не в перетворенні зовнішньої ситуації, не в зміні зовнішнього оточення, інших людей або подій, а в перетворенні внутрішнього сприймання (яке клієнт формує у себе сам) фактів, їх взаємозв’язків та всіх їх можливих значень. Таким чином, психотерапевтична робота націлена на отримання клієнтом нового особистісного досвіду, перебудову своєї індивідуальної системи сприймання та уявлень.

Професійне становлення пов’язане з розв’язанням суперечностей між минулим досвідом особистісного розвитку та тим, якого набуває особистість. Минуле і майбутнє визначають психологічні межі актуального досвіду і психологічного контексту. Цей контекст пропонує матеріал для виокремлення нових фігур із фону, в якому вони існують “тут і тепер”. Парадокс в тому, що взаємодія минулого або майбутнього з теперішнім є центром психологічного життя [4]. Незаперечною у професійному становленні є роль апперце́пції (лат. ad — до і лат. perceptio — сприймання) — залежність сприймання від попереднього досвіду особистості. Вона є виявом загального закону, за яким зовнішні предмети і явища визначають зміст психічної діяльності, діючи через внутрішні суб'єктивні умови, що склалися в ході попереднього розвитку індивіда в результаті його взаємодії з середовищем. Безпосередні враження від об'єкта активізують певні сліди минулих вражень; вони включаються у склад попереднього досвіду, завдяки чому сприймання відбувається швидше, набуває вибірковості й осмисленості (Г. Лейбніц). В.Вундт, завдяки якому поняття апперцепції набуло широкого поширення в психології, об'єднав у ньому всі три аспекти: усвідомлення сприйнятого, його цілісність і його залежність від колишнього досвіду. У свою чергу, форму сприйняття вчений тлумачить як об’єктивну функцію апперцепції. Так, слід відзначити, що результатом процесу апперцепції постає формування у свідомості індивіда певного образу. Даний образ виступає продуктом взаємодії суб’єкта з об’єктивною реальністю

та є переживанням цієї взаємодії. Саме у процесі даного переживання або формування свідомого образу зовнішнього світу породжується феномен розуміння. Таким чином, німецький філософ пояснює феномен розуміння як частку соматичного буття особи. Разом з тим мислитель розглядає розуміння у двох аспектах. Це, по-перше, процесуальний та, по-друге, сутнісний аспекти[6].

Не заперечуючи важливості рефлексії, інтроспекції та свідомості, Ф.Перлз вводить як пріоритетне поняття awareness, більш широке за своїм значенням. Awareness – це перебування в процесі зосередженої уваги, яка включає сприйняття сукупності життєвого досвіду, вільного від роздумів і, як правило, випереджаючого вербальне оформлення. Через гештальт-терапію людина просувається до розширення awareness себе та свого оточення. Цілком очевидно, що організація уваги та інших когнітивних процесів залежить від емоційної орієнтації і цінностей, які організують сприймання та мислення навколо того, чого ми прагнемо досягнути або уникнути.

Особистісний досвід індивіда формується через усвідомлення образу майбутньої професійної діяльності та власної професійної ідентичності. Особистість з високим рівнем самооцінки, саморозуміння здатна адаптуватися до мінливих соціальних умов, самоактуалізуватися і саморозвиватися. Людина може мати безліч дипломів, сертифікатів, які свідчать про її професійну приналежність і успішність та низьку самоцінність як дійсно професіонала, переживаючи почуття сорому. Професійна ідентичність формується через асиміляцію досвіду і вражень від власної діяльності як професіонала. Важливу роль відіграє визнання відомими професіоналами у певній сфері та колегами. Ефективність професійного цілепокладання на початковому етапі професійного становлення визначається можливістю та бажанням практикувати, проводити психологічні консультації, вибирати практику в психотерапії.

Таким чином, для професійного становлення психологів важливими є актуалізація потреби в особистісному розвитку, саморозумінні та індивідуальному самовираженні; усвідомлення образу майбутньої професійної діяльності через розвиток уваги та інших когнітивних процесів залежно від емоційної орієнтації і цінностей, які організують сприймання та мислення; отримання особистісного досвіду творчого пристосування до навколишнього середовища через перебудову своєї індивідуальної системи сприймання та уявлень, важливого для професійного цілепокладання; розширення усвідомлення (awareness) себе та свого оточення. Необхідним є

створення у ВНЗ умов для професійно орієнтованого розвивального навчання, організованого на основі інтегративного підходу з урахуванням важливості розвитку професійного мислення.

Література:

1. Гингер С., Гингер А. Гештальт — терапия контакта / Пер. с фр. Е. В. Просветиной.— СПб.: Специальная Литература, 1999. – 287 с.

2. Додонов Р. А. Теория ментальности. Учение о детерминантах мыслительных автоматизмов. – Запорожье: Тандем-У, 1999. – 264 с.

3. Кохут Х. Востановление самости: Пер. с англ. – М.: Когито-Центр, 2003.

4. Польстер И., Польстер М. Интегрированная гештальт-терапия: Контуры теории и практики / Пер. с англ. А. Я. Логвинской – М., 1996.

5. Уилер Г. Гештальттерапия постмодерна: за пределами индивидуализма. – М.: Смысл; ЧеРо, 2005. – 489 с.

6. Ясперс К. Общая психопатология. – М., 1997.