

19. Проскурина Т.Ю.; Михайлова Э.А.; Матковская Т.Н. Медико-психологический аспект неврастения у подростков // Медицинские исследования. – 2001. – Т.1, вып. 1. С. 28 -29.

20. Пятницкая И.Н., Найденова Н.Г. Подростковая наркология. – М., Медицина, 2002. – 256 с

21. Степанов В.Г. Психология трудных школьников. – М., 2004. – 560 с.

22. Сухарева Г.Е. Клинические лекции по психиатрии детского возраста. – М., 1955 - 1965. – Т.1-3.

23. Хомич А.В. Психология девиантного поведения. – Ростов–на–Дону, 2006. – 220 с.

*В работе исследуется влияние личностной незрелости на качество жизни и психоэмоциональное здоровье подростка. Анализ здоровья в изучаемых группах позволил выявить, что с падением гармоничности от высокогармоничной до низкогармоничной группы наблюдается значительный рост различной психосоматической и соматической патологии, увеличивается риск развития поведенческих расстройств, значительно снижается качество жизни за счет влияния дезадаптивных факторов. Для улучшения психоэмоционального здоровья подростков и предупреждения дисгармоничного развития разработана эффективная программа, направленная на повышение гармоничности личности.*

**Ключевые слова:** психическое здоровье, инфантилизация личности, дисгармоничное развитие, гармоничность личности, дезадаптирующие факторы.

**Summary:** *The analyzing of health in two groups showed that because of the falling of harmonicity from high one to low one we see the significant growth of various psychosomatic and somatic diseases, increasing the risk of behavioral disorders and reducing the quality of life because of the action of troublesome factors. High personal anxiety reduces to falling of mood and emotional disorders. For improvement of psychological and emotional health of adolescents and preventing disharmonious development was developed a special program for improving the personality's harmony.*

**Key words:** *psychological health, disharmonious development, harmonious of personality, troublesome factors.*

УДК 159.955:615.851-057.4

**Л.Ф. Щербина**

### **ЗАВДАННЯ, ПРИНЦИПИ ТА СТАДІЇ ТЕХНОЛОГІЇ РОЗВИТКУ МЕТАТЕОРЕТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТА**

*У статті подано результуючий етап роботи зі створення технології розвитку метатеоретичного мислення психотерапевта. Розкрито завдання та принципи технології, а також сутність та зміст основних її стадій. Центральна стадія технології спрямована на вироблення базових навичок метатеоретичного мислення психотерапевта.*

**Ключові слова:** психотерапевт, метатеоретичне мислення, розвиток, технологія.

**Постановка проблеми.** Метатеоретичне мислення є новим для психології конструктом. Однак його обґрунтування та розробка відкриває нові перспективи як для психологічної теорії, так і для практики. З точки зору практичного застосування, метатеоретичне мислення психотерапевта (надалі – МТМП) – це самостійне організоване мислення, що спирається на усвідомлені власні метатеоретичні орієнтири. Означення «метатеоретичне» у даному випадку означає «над теоріями», «поза теоріями», тобто йдеться про мислення, не обмежене рамками тієї чи іншої теорії. Додаткові можливості, які надає сформованість такого мислення, є достатньою підставою для розробки принципів побудови технологій його розвитку.

В окремих працях вчених зацентовано увагу на вивченні мислення фахівців з психологічної допомоги: М.М. Кашапов [3] пов'язує надситуативний рівень розв'язання проблемності як одиниці мислення психолога із ефективністю професійної діяльності та самоактуалізацією творчого потенціалу фахівця. Серед українських робіт слід назвати дисертаційне дослідження Н.І. Пов'якель, присвячене саморегуляції професійного мислення в системі фахової підготовки практичних психологів [4]. Значний інтерес для завдань нашого дослідження представляють психотехнічна система розуміючої психотерапії (Ф.Є. Василюк) [1] та методологія й форми практичної роботи психотерапевтичної системи «діаналіз» (В.Ю. Зав'ялов) [2]. Однак сьогодні не запропоновано конкретних практичних шляхів розвитку МТМП.

**Метою** цієї статті є окреслення завдань, принципів та подання стадій технології розвитку МТМП.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** В основу технології розвитку МТМП покладено модель та концепцію розвитку, представлені у попередніх публікаціях [6, 7]. Дієвість технології перевірена шестирічним досвідом її реалізації у вигляді програми для додаткової психотерапевтичної освіти. Ця технологія є складовою освітнього проекту «Школа діаналізу», організатором та керівником якого є автор.

Метою технології є розвиток МТМП. Найважливішими її завданнями у відповідності до принципів розвитку МТМП є:

1) Проблематизація фахової діяльності психотерапевта, виявлення обмежень ситуативного мислення та некритичного застосування чужих теорій у практиці психотерапії.

2) Усвідомлення психотерапевтами власних метатеоретичних орієнтирів та принципів мислення.

3) Розширення арсеналу способів пізнання та можливостей варіювання власної пізнавальної позиції у залежності від особливостей проблемної ситуації клієнта.

4) Засвоєння навичок самостійного надситуативного мислення з акцентом на діалектико-феноменологічному його варіанті як основи для формування здатності до організації співмислення з клієнтом та сприяння реконструкції неадаптивних «життєвих теорій» клієнта або створенню нових.

5) Формування розуміння функціонального значення засвоєних принципів, стратегій та практичних навичок у цілісному контексті фахової діяльності психотерапевта та проблемних її галузей.

Технологія розвитку МТМП реалізується у послідовних стадіях (табл. 1).

Отже, **перша стадія** технології розвитку МТМП – мотиваційна. Її головне завдання – досягти необхідного рівня сформованості у психотерапевтів мотиву розвитку метатеоретичного мислення. Розв’язанню цього завдання слугують принципи проблематизації фахової діяльності психотерапевта та відповідні цьому принципу завдання у складі ПРММП, які демонструють обмеження предметного мислення, з одного боку, та можливості МТМП – з іншого. До таких завдань, зокрема, належать вправи для визначення рівнів мислення психотерапевта під час сесії психотерапії та для виявлення власних метатеоретичних орієнтирів. Усвідомлення психотерапевтами обмежень предметного мислення та можливостей МТМП прямо пов’язане із підвищенням мотивації до розвитку МТМП.

**Таблиця 1**

**Стадії технології розвитку МТМП**

| Характеристика                            | Стадії  |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
|   | Мотиваційна   | Діагностична: початкова   | Розвивальна   | Діагностична: прикінцева  |
| Сутність та завдання стадії               | Мотивування до розвитку МТМП  | діагностика початкового рівня розвитку МТМП   | розвиток МТМП   | діагностика прикінцевого рівня розвитку МТМП  |
| Основні методи                            | завдання, що демонструють можливість і МТМП та обмеження предметного мислення | тести «ЕС», «Стилі мислення», «Картина світу», анкетування, проведення та оцінка застосування МТМП у навчальній сесії психотерапії, самозвіти | завдання на визначення проблемних сфер та головного радикала базової проблеми; на протиставлення та на пошук суперечностей; на синтез протилежностей та на вибір «розвиваючих» варіантів синтезу; на вербалізацію ідей, у яких втілюється синтез протилежностей; на іменування персонального міфу клієнта | тести «ЕС», «Стилі мислення», «Картина світу», анкетування, проведення та оцінка застосування МТМП у навчальній сесії психотерапії, самозвіти |
| Критерії ефективності стадії (результати) | підвищення мотивації до розвитку МТМП   | адекватна оцінка початкового рівня розвитку МТМП  | підвищення рівня збалансованості ЕС; використання механізмів МТМП; розвиток властивостей «ідеального» мислення; позитивні зміни змістових параметрів самоактуалізації; редукція ознак професійного вигорання; підвищення рівня професійної задоволеності  | оцінка рівня розвитку МТМП після розвивальної технології  |

**Друга стадія** – діагностична: початкова – є однією із двох діагностичних стадій технології розвитку МТМП. Головним завданням цієї стадії є діагностика початкового рівня розвитку МТМП. Для розв’язання цього завдання

використовуються тести «Стилі мислення» (А.А.Алексєєв), «Епістемологічні стилі», «Картини світу» (розроблено автором) [6], анкетування та оцінка застосування МТМП у навчальній сесії психотерапії. Основний принцип, на який варто спиратися на цій стадії технології розвитку МТМП, – сприяння усвідомленню психотерапевтами власних правил та принципів мислення.

Діагностика початкового рівня розвитку МТМП є важливою не лише у контексті дослідницьких цілей, але й являє собою первинний етап розвитку. Адже знання про певні аспекти власного мислення, у тому числі, про слабкі його сторони, з високою імовірністю має спонукати до їх розвитку.

За допомогою тестів «Епістемологічні стилі» та «Стилі мислення», а також «Картини світу» діагностуються сильні та слабкі характеристики епістемологічного профілю [6]. Відповіді на анкету учасника програми розвитку МТМП та анкету для досліджуваних у контексті програми сприяють первинній рефлексії психотерапевтами власних метатеоретичних орієнтирів та отриманню інформації дослідником про результати цієї рефлексії. У якості додаткових інструментів діагностики застосовуються тести для визначення змістових параметрів самоактуалізації, характеристик професійної задоволеності та професійного вигорання психотерапевта.

**Третя стадія** – розвивальна – є центральною стадією технології розвитку МТМП. На ній психотерапевти розвивають базові навички метатеоретичного мислення, виокремлення яких стало можливим завдяки застосуванню для розв'язання завдань психологічної галузі знань та практики діалектико-феноменологічного методу О.Ф.Лосєва. Для досягнення цілей стадії використовуються відповідні технологічні прийоми. Зокрема, це:

- завдання на визначення проблемних сфер у первинному поданні життєвих труднощів клієнтом, базової проблеми та її головного радикала;
- завдання на протиставлення та на пошук суперечностей;
- завдання на синтез протилежностей та на вибір «розвиваючих» варіантів синтезу;
- завдання на вербалізацію ідей, у яких втілюється синтез протилежностей, та
- завдання на іменування персонального міфу клієнта.

Для цієї стадії технології важливими є такі принципи:

\* створення умов для розширення арсеналу способів пізнання та можливостей варіювання власної пізнавальної позиції психотерапевта у залежності від особливостей індивідуально-своєрідного епістемологічного профілю клієнта;

\* допомога у виробленні навичок самостійного непередметного мислення з акцентом на діалектико-феноменологічному його варіанті;

\* відповідність змісту використовуваного для розвитку метатеоретичного мислення матеріалу специфіці проблемних галузей фахової діяльності психотерапевта.

Нижче описано етапи розвивальної стадії технології розвитку МТМП, які відображають водночас стадії психотерапевтичної взаємодії з клієнтом та відповідні їм стадії перебігу МТМП. Логіка побудови програми, у якій

реалізовано запропоновану технологію розвитку МТМП, відображає логіку перебігу МТМП у ситуації психотерапевтичної взаємодії із клієнтом.

**1. Окреслення проблемного поля.** Перше вміння, яке застосовує психотерапевт у ситуації психотерапевтичної взаємодії з клієнтом, це вміння виокремлювати у потоці скарг та не завжди зв'язних інтерпретацій життєвої ситуації проблему та визначати головний психолого-логічний її радикал. Це вміння дозволяє психотерапевту протягом усього часу фахової взаємодії з клієнтом визначати головні та другорядні аспекти обговорюваних труднощів, допомагати клієнту зосереджуватися на сутності проблеми.

На вироблення такого вміння спрямовані завдання на використання здорового глузду, у яких психотерапевт вчиться виокремлювати основний радикал проблеми, спираючись лише на цей механізм та не вдаючись до опори на існуючі теорії, науковий підхід до визначення проблеми тощо. Це уможливило уникнення упередженості у розумінні проблеми та її розгляду під кутом зору, неприйнятним для клієнта.

Описаний етап відповідає фазі усвідомлення проблемної ситуації у описаних С.Л. Рубінштейном фазах мислення [5, с. 321-324], причому усвідомлення її в загальних рисах.

**2. Формулювання проблеми** (визначення суперечності). Після того як проблему окреслено, важливо її дослідити та наблизитися до розуміння її сутності. На цьому етапі психотерапевт використовує весь спектр відомих йому теорій поряд із власними «життєвими теоріями» та «життєвими теоріями» клієнта. При цьому теорії оцінюються не за критерієм їх привабливості для самого психотерапевта чи навіть для клієнта, а із врахуванням їх пояснювального потенціалу щодо проблеми клієнта. Тому у певних випадках релевантною буде одна теорія, у інших – зовсім інша. На вироблення важливих для цієї стадії вмінь спрямовані завдання, для виконання яких необхідно застосувати феноменологічний стиль мислення.

Фахівець у ситуації психотерапевтичної взаємодії не обирає самостійно пояснювальні теорії, а шукає їх разом із клієнтом. Будь-яка теорія відображає певний ракурс розгляду та аналізу об'єктивно існуючої проблеми. Тому визначення пріоритетності тієї чи іншої теорії відбувається лише у контексті реальної проблематики клієнта, а не загалом. Головне ж завдання такого пошуку – повніше визначити окреслену проблему. Зазначене визначення досягається у кінцевому підсумку через формулювання суперечності, яка є логіко-психологічною основою запиту, що містить у імпліцитному вигляді проблему.

Цей етап розвивальної стадії технології розвитку МТМП також відповідає фазі усвідомлення проблемної ситуації у описаних С.Л. Рубінштейном фазах мислення, однак, на відміну від попередньої, цей етап характеризує не узагальнене та недиференційоване усвідомлення проблемної ситуації на кшталт «ось тут проблема», а прагнення до її повного та чіткого усвідомлення. На цьому етапі відбувається пошук та залучення певних відомих теоретичних положень, які виходять за межі наочної ситуації, «віднесення, спочатку дуже приблизного, питання чи проблеми, що виникають, до певної галузі знання» [5, с. 322]. Для

вироблення важливих для цього етапу умінь використовуються завдання, виконання яких потребує переважно феноменологічного епістемологічного стилю.

**3. Розв'язання суперечності.** Виділення суперечності є аналогом формулювання умов задачі. Якщо необхідні умови зафіксовано та усвідомлено, задачу можна вирішити, володіючи певним правилом чи принципом вирішення. Розв'язання ж завдання стосовно зняття суперечності, психологічними корелятами усвідомлення якої є емоційна напруженість, тривога, невдоволеність тощо, здійснюється через операцію синтезу. У галузі особистісного розвитку важливо віднайти варіант синтезу, який наближує до досягнення терапевтичних цілей. Тому уміння знаходити «розвиваючі» варіанти синтезу є важливим результатом розвитку МТМП. Для вироблення такого умінь використовуються завдання, виконання яких потребує переважно континуального епістемологічного стилю.

**4. Формулювання терапевтичної ідеї.** Усі попередні етапи розгортання МТМП є підґрунтям для знаходження терапевтичної ідеї, відкривши яку разом із психотерапевтом та керуючись якою, клієнт здатен змінити свою життєву ситуацію на краще, прийняти та втілити нові рішення. Терапевтична ідея є стрижневим елементом ревізованої або створеної «життєвої теорії» клієнта. Знаходження цієї ідеї створює умови для перегляду імпліцитної теорії клієнта або ж створення нової «життєвої теорії». Терапевтична ідея є фактичним виявом розв'язання суперечності, причому такого, яке не лише знімає психологічне напруження, тривогу та інші негативні вияви усвідомленої відсутності розв'язання, але й сприяє особистісному посиленню та розвитку клієнта.

На аналізованому етапі учасникам програми розвитку МТМП пропонуються завдання, виконання яких потребує використання прагматичного епістемологічного стилю. Уміння формулювати терапевтичну ідею у процесі психотерапевтичної взаємодії з клієнтом включає здатність висловити її «мовою клієнта», тобто у термінах ревізованої або створеної «життєвої теорії», до числа яких можуть належати як терміни із відомих теорій (у разі знайомства із ними клієнта та вживання їх ним), так і терміни, використовувані у розмовному стилі. Головні вимоги до формулювання терапевтичної ідеї, таким чином, – це:

- відповідність її віднайденому варіанту синтезу;
- її зрозумілість клієнту та спорідненість із його суб'єктивною семантикою.

**5. Іменування персонального міфу клієнта.** Прагматичне розв'язання виокремленої проблеми клієнта є необхідним, але не достатнім етапом психотерапії. Для досягнення її завершеності потрібно знайти об'єднуючий принцип, застосування якого дасть можливість «вписати» знайдені рішення у ширший особистісний контекст клієнта. Таким принципом є принцип міфу. Актуалізація системи смислів, що утворюють персональний міф, сприяє виникненню у клієнта ставлення до власного життя як до процесу, цілісність якого не порушується, незважаючи на труднощі різного порядку. Більше того, здатність переживати та розв'язувати певні труднощі та проблеми бачаться у такому контексті як закономірні та осмислені прояви цієї цілісності.

На цьому етапі розвитку МТМП пропонуються завдання на використання аритмологічного (міфологічного, художнього) епістемологічного стилю.

Застосовуючи його у ситуації психотерапевтичної взаємодії, фахівець з допомогою питально-відповідальної техніки іменує разом із клієнтом персональний міф останнього.

У реальній взаємодії із клієнтом терміни «проблемне поле», «суперечність», «розв'язання суперечності», «терапевтична ідея», «персональний міф» тощо, як правило, не застосовуються, оскільки рідко належать до словникового запасу клієнта.

Нарешті, **четверта стадія** технології розвитку МТМП – діагностична: прикінцева – пов'язана із фіксацією змін, які відбулись протягом трьох попередніх стадій. Для цього використовуються ті ж методи, що й на першій (початковій) діагностичній стадії.

Проходження психотерапевтом усіх етапів розвивальної стадії та відповідне вироблення необхідних для них умінь та навичок, є якісним критерієм ефективності технології. Ступінь розвитку МТМП оцінюється експертами за результатами навчальних сесій психотерапії на прикінцевих заняттях програми розвитку МТМП за шкалою:

0 – учасник програми не демонструє жодного із умінь, необхідних для здійснення психотерапевтичної взаємодії з клієнтом із застосуванням МТМП;

1 – учасник демонструє вміння виокремлювати у потоці скарг та інтерпретацій життєвої ситуації клієнта проблему та визначати її головний логіко-психологічний радикал;

2 – додатково до умінь, оціненого як перший рівень розвитку МТМП, учасник демонструє вміння організувати та підтримувати процес розмислювання проблеми разом із клієнтом, застосовуючи релевантні проблемній ситуації клієнта теорії, та у результаті визначати суперечність, яка лежить в основі життєвої труднощі;

3 – додатково до умінь, оцінених як другий рівень розвитку МТМП, учасник демонструє вміння знаходити разом із клієнтом «розвиваючі» способи синтезу протилежних тенденцій, що лежать в основі суперечності;

4 – додатково до умінь, оцінених як третій рівень розвитку МТМП, учасник демонструє вміння формулювати разом із клієнтом терапевтичну ідею та ревізувати на її основі або створювати нову «життєву теорію» клієнта;

5 – додатково до умінь, оцінених як четвертий рівень розвитку МТМП, учасник демонструє вміння допомагати клієнту іменувати його персональний міф, тобто здійснювати смислове ув'язування проблеми та її розв'язання у ширший особистісний контекст клієнта.

Кількісними критеріями, тобто такими, які підлягають кількісному виміру за допомогою відповідних психодіагностичних процедур, є: підвищення рівня збалансованості епістемологічних стилів (тести «Епістемологічні стилі», «Стилі мислення» [6]); використання механізмів МТМП (контент-аналіз самозвітів психотерапевтів та експертні оцінки мовленнєвих повідомлень протягом навчальних психотерапевтичних сесій); розвиток властивостей «ідеального» мислення (експертні оцінки самозвітів); позитивні зміни змістових параметрів самоактуалізації (Самоактуалізаційний тест); редукція ознак професійного вигорання (тест «Професійне вигорання»); підвищення рівня професійної задоволеності (Тест «Професійна задоволеність психотерапевта»).

Основний принцип реалізації прикінцевої стадії технології розвитку МТМП – сприяння усвідомленню можливостей досягнутого рівня розвитку МТМП.

**Висновки.** Отже, технологія розвитку МТМП реалізується у послідовних стадіях: мотиваційній, діагностичній початковій, розвивальній та діагностичній прикінцевій. Головне завдання центральної – розвивальної – стадії технології – розвиток базових умінь та навичок метатеоретичного мислення, виокремлення яких здійснено у результаті застосування для розв’язання завдань психологічної галузі знань та практики діалектико-феноменологічного методу О.Ф. Лосєва. Технологія розвитку МТМП базується на розроблених моделі метатеоретичного мислення і концепції його розвитку у психотерапевта.

### Література

1. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система: автореф. дис. на соискание науч. степени д-ра психол. наук. – М., 2007. – 47 с.
2. Завьялов В.Ю. Элементарный учебник дианализа. – Кировоград: «Полиум», 2003. – 480 с.
3. Кашапов М.М. Роль творческого мышления психолога в объяснении / Методология и история психологии. – 2008. – Т. 5. – Вып. 1. – С. 128-136.
4. Пов’якель Н.І. Саморегуляція професійного мислення в системі фахової підготовки практичних психологів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук. – К., 2004. – 40 с.
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб., 2006. – 713 с.
6. Щербина Л.Ф. Методи дослідження метатеоретичного мислення психотерапевта / Збірник наукових праць: Проблеми сучасної психології. – Вип. 15. – Кам’янець-Подільський, 2012. – С. 771-780.
7. Щербина Л.Ф. Модель метатеоретичного мислення психотерапевта / Л.Ф. Щербина // Збірник наукових праць: Проблеми сучасної психології. – Вип. 17. – Кам’янець-Подільський, 2012. – С. 773-782.

*В статье представлены результирующий этап работы по созданию технологии развития метатеоретического мышления психотерапевта. Раскрыты задачи и принципы технологии, а также сущность и содержание основных ее стадий. Центральная стадия технологии направлена на выработку базовых навыков метатеоретического мышления психотерапевта.*

**Ключевые слова:** психотерапевт, метатеоретическое мышление, развитие, технология.

*The article presents the resulting phase of work on the creating of developmental technology for meta-theoretical thinking of therapist. Problems and principles of technology, and the nature and content of its main stages are revealed. Central stage of technology is aimed at developing of basic skills of meta-theoretical thinking of therapist.*

**Key words:** therapist, meta-theoretical thinking, development, technology.