

УДК 159.9.072

Олексій КАРАЧИНСЬКИЙ,
Військовий інститут Київського національного університету
імені Тараса Шевченка, м. Київ

НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА “ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ ЗА ДОПОМОГОЮ ДІАЛЕКТИЧНИХ СТРАТЕГІЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ”

У статті описана навчальна програма психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу. Основу методики консультування складає діалектико-феноменологічний підхід О. Ф. Лосева, метод психотерапії та психологічного консультування – діаналіз В. Зав’ялова та діалектична поведінкова терапія М. М. Лайнен.

Застосування діалектичних стратегій психологічного впливу уможливорює швидке виявлення, в проблемах комбатантів, суперечностей та знаходження ідей для їх “примирення”, а також встановлення нових смислових зв’язків минулих подій з подіями теперішнього та майбутнього.

Ключові слова: психотерапія, психологічне консультування, допомога, діалектика, комбатант, діаналіз, діалектична поведінкова терапія, сенс.

Постановка проблеми у загальному вигляді. За відомостями Головного управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України станом на 01.04.2018 року 218 413 громадян України

взяли участь у АТО, з яких 8 489 отримали каліцтва та 3 316 військовослужбовців загинуло тільки у ЗСУ.

За аналізом статистичних показників воєнних конфліктів, приблизно 15–20 % комбатантів, які повернулись з війни мають після-травматичний стресовий розлад, одним із симптомів якого є втрата сенсу життя.

Втрата сенсу стає серйозною перешкодою для нормальної життєдіяльності: змінюється поведінка, розвиваються соматичні захворювання, порушуються взаємовідносини, тощо [1, С. 101]. Це виступає причиною невротичних проявів, таких як апатія, тривога, депресія. Наслідками таких переживань можуть бути різноманітні форми залежностей та самогубство.

В час, коли люди знаходяться в епіцентрі гострих психотравмуючих подій, дослідження та розробка ефективних, швидких методів надання психологічної допомоги при проблемах втрати сенсу є актуальною проблемою сьогодення, як в психологічному, так і соціальному аспектах та залишається недостатньо вирішеним завданням для військових психологів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. Нами було здійснено аналіз проблеми діалектичних стратегій психологічного впливу як засобу гармонізації смислової сфери особистості. Діалектика, як спосіб мислення, має вираження у наступних філософських концепціях, які складають фундамент психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу. Зокрема, це діалектико-феноменологічний підхід О. Ф. Лосева; концептуальні погляди на символ як універсальний засіб пізнання особистості розглядались у працях Г. С. Сковороди, М. К. Мамардашвілі, О. Ф. Хміляра.

Діалектичні стратегії у контексті здійснення психологічної допомоги нині знайшли своє відображення у публікаціях зарубіжних та вітчизняних авторів, зокрема В. Ю. Зав'ялова, Л. Ф. Щербини, М. Н. Лайнен.

Так, В. Зав'ялов вважає, що діалектика, як форма та спосіб рефлексивного теоретичного мислення, що має своїм предметом протиріччя у змісті мислення, допомагає людині побачити проблему повніше та у ширшому контексті. Застосування діалектичних процедур дозволяє міркувати над проблемою та розв'язувати життєву задачу за рахунок знаходження тимчасового локального синтезу протилежностей, які складають суперечність, що є логічною основою проблеми [2, с. 90].

Метою статті є викладення навчальної програми “Психологічне консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу” на основі методу психотерапії та психологічного консультування – діаналізу та діалектико-поведінкової психотерапії.

Виклад основного матеріалу дослідження. Основу моделі психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу ми розуміли як “Особистість-Реальність-символ” [3, с. 218], в якій проблема трактується як “неповний синтез протилежностей”. При цьому особистість визнається “носієм проблеми”, символ – “проявником проблеми”, а реальна дійсність – “джерелом проблеми”. Поза цим контекстом будь-яка “проблема” є культурна цінність, що має масу альтернативних рішень в історії суспільства. Такий підхід забезпечив нам максимальну екологічність консультування, високу ефективність і гуманність втручання. Вибраний нами підхід також базується на українській традиції філософствування (ідеї Г. С. Сковороди щодо мікросвіту, макросвіту та світу символів), для якої характерно дбайливе ставлення до сенсу всього, що відбувається: сенс самопроявляється, а не конструюється [3, с. 58]. Для самовияву сенсу необхідна відповідна робота розуму, почуттів і волі, прийняття відповідальності і усвідомлення особистісної свободи.

Психологічне консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу у самому спрощеному визначенні є “особистісна, реалістична, орієнтована на вирішення проблеми за допомогою діалектичної символології, допомога людині в подоланні життєвих труднощів”.

На основі вивчення вищезазначеної літератури та досвіду консультування комбатантів у зоні АТО у період з 2014–2018 рік автором

статті була розроблена та впроваджена навчальна програма “Психологічне консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу”:

1. Анотація курсу. Курс розроблений на основі інтегративного методу психологічної допомоги та психотерапії діаналіз та діалектико-поведінкової психотерапії. Курс спрямований на розвиток знань психолога або курсанта останніх курсів навчання за спеціальність “Психологія” про методику до надання психологічної допомоги, яка вирізняється ґрунтовним описом методологічних основ, постнекласичним розумінням ролей учасників психологічної взаємодії та економністю використання особистісних ресурсів психолога та клієнта. Зміст курсу складають вимоги до організації мислення психолога, принципи психологічної допомоги та основні практичні стратегії, що використовуються у цьому підході. На практичних заняттях, які проводяться у формі симулятивного тренінгу, зосереджено увагу на виробленні первинних навичок психологічної допомоги за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу.

2. Цільова група – психологи, курсанти останніх курсів навчання за спеціальністю “Психологія”. Розмір групи – до 12 чоловік.

3. Мета курсу – формування навичок діалектичного мислення і навичок психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу.

4. Завдання (навчальні цілі): сформувати знання про методологічні основи та відмітні особливості діалектичних стратегій психологічного впливу; виробити розуміння принципів діаналітичної роботи; сформувати знання про основні діалектичні стратегії надання психологічної допомоги; сформувати здатність обирати стратегію, адекватну ситуаційному та особистісному контексту; виробити первинні навички психологічної допомоги у діаналітичному підході на базовому рівні підготовки.

5. Результати навчання за програмою (табл.1)

Таблиця 1

Результати навчання (1. Знати; 2. Вміти)		Форми та/або методи і технології викладання і навчання	Методи оцінювання та пороговий критерій оцінювання	Відсоток у підсумковій оцінці з дисципліни
Код	Результат навчання			
1.1	Знати методологічні основи та відмітні особливості діалектичних стратегій психологічного впливу	Лекції	Тест, 60 % правильних відповідей	20 %
1.2	Знати принципи діалітичної роботи	Лекції	Колоквіум	20 %
1.3	Знати основні діалітичні стратегії надання психологічної допомоги	Лекції, практичні заняття	Тестова контрольна робота з відкритими відповідями	20 %
2.1	Вміти обирати психологічну стратегію, адекватну ситуаційному та особистісному контексту	Лекції, практичні заняття	Оцінка участі у практичних заняттях	20 %
2.2	Вміти надавати психологічну допомогу у діалітичному підході на базовому рівні підготовки	Лекції, практичні заняття	Оцінка базових навичок психологічної допомоги у діалітичному підході	20 %

6. Програма курсу (табл. 2)

Таблиця 2

Номер і назва теми	Кількість годин	
	Лекції	Практичні
1	2	3
Модуль 1. Світоглядні основи і розвиток організації діалектичного мислення		
1. Аксиоми та принципи діаналізу. Концепція хвороби та концепція здоров'я.	2	
2. Діалектика як філософська основа діаналізу та діалектико-поведінкової психотерапії	2	
3. Пентадна діалектика	3	7
4. Розуміння симптому, як символу, при психологічному консультування	2	4
5. Діалектична модель "Особистість-Символ-Реальність"	3	6
6. Протокол консультування	3	6
Модуль 2. Форми діалектичних стратегій психологічного впливу		
7. Інтерв'ю: терапія очевидністю	2	4
8. Дискусія: терапія визначеністю	2	4
9. Діасинтез: терапія безперервністю	2	4
10. Реорганізація: терапія упорядкуванням	2	4
11. Ампліфікація: терапія творчим розширенням	2	4
Модуль 3. Принципи психологічної допомоги діалектичних стратегій		
12. Діада – створення терапевтичних відносин між терапевтом і клієнтом.	2	2
13. Діагносис – пізнання життєвої ситуації клієнта удвох, створення терапевтичної ідеї.	2	2
14. Діалог – терапевтичний засіб персоналізації терапевтичної ідеї.	2	2
15. Дилема – терапевтична процедура створення ситуації вибору.	2	2
16. Динаміка – терапевтична динаміка, реалізація ідеї, плану одужання.	2	2

1	2	3
17. Діалектика – терапевтична логіка, скріплення текучого буття в цілісну смислову картину необхідних перетворень.	2	2
18. Диверсифікація – терапевтичний перенесення досвіду, отриманого в процесі консультування, в інші сфери життя клієнта.	2	2
19. Дивергенція – терапевтичне розширення зв'язків з іншими людьми.	2	2
20. Дієтетика – терапевтичне споживання всього, що споживає людина як особистість.	2	2
21. Діатриба – терапевтичне виправдання і захист здорового способу життя.	2	2
УСЬОГО	45	63

Загальний обсяг – 108 год, у тому числі:

лекцій – 45 год;

практичних занять – 63 год.

Вищезазначену програму було впроваджено у практичну діяльність офіцерів-психологів та фахівців з морально-психологічного забезпечення Центру морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України, військової частини А 1828, військової частини А 3783, військової частини А 1978, військової частини А 0139.

Результати емпіричного вивчення трансформації смислових структур особистості комбатантів у реабілітаційний період та розроблена на їх основі і впроваджена автором методика психологічного консультування за допомогою діалектичних стратегій психологічного впливу дозволила скоротити процеси тривалості адаптивних процесів колишніх комбатантів, які мали проблеми зі становленням смислових зв'язків минулих подій з теперішнім та майбутнім, після повернення з району бойових дій. Також сприяло підвищенню рівня фахової компетентності офіцерів з морально-психологічного забезпечення, офіцерів-психологів в аспекті проведення індивідуального психологічного консультування з колишніми комбатантами, які потребують

допомоги. Як результат, дезадаптаційні вияви, пов'язані з наслідками перебування в бойових умовах, вдалося зменшити на 17 %.

Висновки. Застосування діалектичних стратегій психологічного впливу дозволяють міркувати над проблемою та розв'язувати життєву задачу за рахунок віднайдення тимчасового локального синтезу протилежностей, які складають суперечність, що є логічною основою будь-якої проблеми. Застосування діалектичних стратегій уможливорює швидке виявлення суперечностей та віднайдення ідей для їх “примирення” у синтезі.

Методи надання швидкої психологічної допомоги комбатантам, що втратили сенс життя, потребують більше детального вивчення та подальшого впровадження в практику на основі взаємозв'язку смислової сфери особистості в процесі подолання життєвих криз. Вивчення ролі особистісного сенсу особистості при бойовому стресі та пошук смислових механізмів і шляхів корекції смислових криз в наслідок післятравматичного досвіду.

Перспективами подальших досліджень в обраному напрямі можна вважати пошук та розробку інших ефективних методів психологічного консультування та психотерапії.

Список використаної літератури

1. Карачинський О. А. Діалектичні стратегії надання психологічної допомоги військовослужбовцям в постстресовий період. Вісник Національного університету оборони України: зб. наук. пр. Випуск № 2(45), 2015. С. 101–105.
2. Завьялов В. Ю. Элементарный учебник дианализа. Кировоград, 2003. 480 с.
3. Завьялов В. Ю. Смысл нерукотворный: Методология дианалитической терапии и консультирования. Новосибирск, 2007. 286 с.

Рецензент – доктор психологічних наук, професор Сафін О. Д.

Карачинський О. А. Учебная программа “Психологическое консультирование с помощью диалектических стратегий психологического воздействия”

В статье описана учебная программа психологического консультирования с помощью диалектических стратегий психологического воздействия. Основу методики консультирования составляет диалектико-феноменологический подход А. Ф. Лосева, метод психотерапии и психологического консультирования – дианализ В. Завьялова и диалектическая поведенческая терапия М. М. Лайнен.

Применение диалектических стратегий психологического воздействия позволяет быстро обнаружить в проблемах комбатантов противоречия и найти идею для их примирения, а также установить новые смысловые связи прошлых событий с событиями настоящего и будущего.

Ключевые слова: психотерапия, психологическое консультирование, помощь, диалектика, комбатант, дианализ, диалектическая поведенческая терапия, смысл.

Karachynskii O. A. Training program “Psychological counseling with the help of dialectical strategies of psychological impact”

The article describes the program of psychological counseling with the help of dialectical strategies of psychological impact. The basis of the method of counseling is the dialectical-phenomenological approach of A. F. Loshev, method of psychotherapy and psychological counseling of dianalysis of V. Zavyalov and dialectical behavioral therapy of M. M. Linen.

The program is developed on the basis of the integrative method of psychological assistance and psychotherapy of dianalysis and dialectic-behavioral psychotherapy. The program is aimed at developing the knowledge of the psychologist or cadet of the last courses of study in the specialty “Psychology” about the methodology for providing psychological assistance, which is characterized by a solid description of the methodological foundations, non-classical understanding of the roles of participants in psychological interaction and the economical use of personal resources of the psychologist and client. The content of the course is the requirements for the organization of thinking psychologist, the principles of psychological assistance and the basic practical strategies used in this approach. In practical classes, which take place in the form of simulation training, attention is focused on

developing the primary skills of psychological assistance through dialectical strategies of psychological influence.

The application of dialectical strategies of psychological influence allows us to quickly identify contradictions in the combatants' problems and find the idea of their reconciliation, as well as to establish new semantic links of past events with the events of the present and the future.

Keywords: *psychotherapy, psychological counseling, assistance, dialectics, combatant, dianalysis, dialectical behavioral therapy, sense.*