

ВИКОРИСТАННЯ АКсіОЛОГіЧНОЇ МОДЕЛІ В ПРОЦЕСІ НАДАННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДОПОМОГИ

Стаття присвячена проблемі надання якісної психологічної допомоги сьогодні. Велика кількість теоретичних підходів для пояснення психологічного неблагополуччя призводить до того, що психотерапевт часто губиться як у пошуках теоретичних підстав (пояснень) психологічної проблеми пацієнта, так і при виборі релевантних методів психокорекції. Аксіологічна модель М. Літвака може використовуватися психотерапевтом не тільки для аналізу та первинної діагностики психологічних проблем, але і для побудови власної стратегії і відповідних їй методів психотерапевтичної допомоги. Ця модель передбачає узгодження природної будови людини та існуючих соціальних норм і показує, що при правильному стилі життя "для себе", усвідомленні і задоволенні своїх справжніх потреб, людина стає здоровою і одночасно найбільш ефективною і у соціальному плані.

Ключові слова: аксіологічна модель, соціально-комунікативна взаємодія, потреби, психотерапевтична допомога.

Постановка проблеми. Проблема надання якісної психологічної допомоги сьогодні є настільки важливою, що її значущість важко переоцінити. Спочатку з'ясуємо зміст, який сьогодні вкладається у словосполучення "якісна психологічна допомога". По-перше, це швидкість, точність, короткотривалість надання допомоги, що призведе до якомога скорішого припинення страждань, економії часу і грошей пацієнта, а по-друге, це вміння психотерапевта швидко зорієнтуватися в безлічі сучасних теоретичних підходів, методів та технік надання психологічної допомоги і вибрати таку стратегію, яка точно буде відповідати заявленому психологічному неблагополуччю.

Кількість звернень з психотерапевтичним запитом постійно зростає і це пов'язано не тільки з підвищенням рівня психологічної культури населення України, але і з соціально-економічними та соціально-психологічними ускладненнями, які сьогодні переживає наша країна.

Кардинальні зміни соціально бажаних цінностей і сучасних стандартів щасливого життя, пріоритет грошей та матеріальних цінностей як показників високого соціального статусу, а значить і життя, яке "вдалося" над цінностями самореалізації, втілення в життя свого справжнього покликання і творчого потенціалу призводить до того, що людина починає ставити перед собою неадекватні до її можливостей і здібностей цілі і реалізовувати нав'язані батьками і суспільством чужі моделі життя. Як багато людей все життя займаються не своєю справою, демонструючи "чудеса" професійної непридатності і ненависті до роботи, а величезний непрофесіоналізм вже давно став звичним явищем. Це відбувається не тільки тому, що в пору студентства вони вчилися не тому, до чого були покликані, а там, де хотіли їхні батьки і де престижно; а і тому, що ще в дитинстві, а потім і в школі їхніми інтересами і бажаннями нехтували і батьки і вчителі, а потім і самі вони навчилися ігнорувати свої справжні потреби, бажання, інтереси; навчилися жити з тими, кого не люблять, дружити тільки на взаємовигідній основі. Ще більше такий стан підтримує соціальна догма про те, що "людина повинна жити або заради чогось (науки, країни, справи, ідеї, Бога), або заради когось (дітей, батьків, коханих), що суперечить тому, що людина по своїй природі повинна жити для себе" (Е.

Фромм, А. Мас-лоу) [1]. І якщо людина слідує в своєму житті такій соціальній настанові, - її життя супроводжується постійним відчуттям того, що вона живе не так, як би їй хотілося, яке часто навіть не усвідомлюється.

Невідповідність системи цінностей, за якої живе пацієнт його біологічній і психологічній будові призводить до фонового емоційного напруження, неприємностей, відхилень у поведінці, що проявляються у формі неврозів і психосоматичних захворювань, які часто повторюються. В цьому полягає сутність аксіологічної моделі М.С. Літвака, розробленої для надання психотерапевтичної допомоги людям в критичних стресових ситуаціях, хворих на неврози і психосоматичні захворювання [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. "Психотерапія як наукова дисципліна повинна мати власну теорію і методологію, власний категоріальний апарат і термінологію, все те, що характеризує самостійну наукову дисципліну. Різноманітність напрямів і течій, шкіль і конкретних методів психотерапії, заснованих на різних теоретичних підходах, призводить до того, що в теперішній час не існує навіть її єдиного визначення, а кількість методів налічує більше 500" [2, 594]. Така величезна кількість теоретичних підходів до тлумачення психологічного неблагополуччя призводить до того, що психотерапевт часто губиться як у пошуках теоретичного підґрунтя (пояснення) психологічної проблеми пацієнта, так і у виборі релевантних методів психокорекції.

Такі психотерапевтичні напрямки, як психоаналіз, гештальттерапія, психодрама (монодрама), когнітивна і поведінкова психотерапія та інші довели, з одного боку, свою ефективність, але з іншого – і "неадекватність жодного з психотерапевтичних напрямків для всіх категорій пацієнтів" [3, 392]. "Розповсюдження численних форм і методів, що утруднюють вибір, а також їх вивчення і застосування сприяли розвитку інтегративного руху в психотерапії" [3, 392]. В останні десятиріччя невпинно зростає інтерес дослідників до інтегративних тенденцій в розвитку психотерапії. На думку більшості спеціалістів, інтегративні процеси визначають основний зміст сучасного етапу розвитку психотерапевтичної науки та основні її перспективи.

В багатьох випадках інтегративний рух трактується надто вузько. Найчастіше він розуміється як "рух у напрямку концептуального синтезу сучасних наукових теорій особистості та її змін, а також відповідних їм психотерапевтичних методів" [3, 398]. При цьому до сучасних наукових теорій особистості відносять від півтора до двох десятків персонологічних концепцій, відібраних методом "експертних оцінок". Наведемо у якості прикладу список найбільш авторитетних концепцій, представлених в енциклопедії "Теорії особистості" американськими психологами Х'єллом і Зіглером [4]. Ми назвемо лише авторів цих концепцій: Фрейд, Адлер, Фромм, Хорні, Еріксон, Оллпорт, Кеттел, Айзенк, Скіннер, Бандура, Роттер, Келлі, Маслоу і Роджерс. Відбору цих концепцій загалом відповідає список психотерапевтичних методів, зазначених у Керівництві "Сучасні методи психотерапії" Р.Корзіні, досить відомого психотерапевта та популяризатора психотерапії: психоаналіз, психотерапія Адлера, аналітична психотерапія Юнга, клієнт-центрована терапія Роджерса, раціонально-емоційна терапія, поведінкова терапія, когнітивна терапія, гештальт-терапія, транзактний аналіз, сімейна терапія, мультимодальна терапія Арнольда Лазаруса. Окремо винесено те, що з точки зору Корзіні вимагає уточнення "наукового рейтингу": психотерапія країн Сходу, психодрама та біоенергетичний аналіз Лоуена [5, 3-4].

По-перше, викликає сумнів загальна методологічна спрямованість підходу, при якому психотерапія зводиться до прикладних аспектів теорії особистості. На наш погляд, ми зустрічаємося тут з неправомірним застосуванням природничо-наукової методології в специфічно гуманітарній галузі пізнання. По-друге, "експертна оцінка" не є надійним в науковому відношенні методом визначення вихідної бази теоретичної інтеграції психотерапії. Суб'єктивізм оцінки обумовлений неясним диктатом інтелектуальної моди, прямим впливом наукової реклами, особистими перевагами експерта та іншими факторами, вивченням яких займається соціологія науки. Психотерапія – не монодисциплінарна наука. Це складний міждисциплінарний науковий комплекс, що виник на межі психології, нейрофізіології, соціології, соціальної психології, філософської антропології, етики, психолінгвістики та інших наук, який поступово трансформується в окрему, самостійну науку про людину. Тому її інтеграційна база не може бути обмежена набором персонологічних теорій. Щоб стати самостійною гуманітарною наукою, психотерапія повинна не лише інтегрувати, тобто зібрати в одне ціле свої численні концепції і напрямки, але й сама інтегруватися в науку, духовну культуру, освіту, суспільну практику та суспільну свідомість [6].

Так як в більшості випадків психічні розлади проявляють себе одночасно і в когнітивній, і в поведінковій, і в емоційній сферах, психотерапевтичні методики повинні застосовуватися комплексно і взаємно доповнювати та підсилювати один одного [6]. Тому сучасний психотерапевт повинен знати величезний теоретичний масив знань психотерапії і володіти різними методами і техніками психокорекції, що безумовно буде сприяти розширенню

його можливостей у справі надання психологічної допомоги, а його переваги над можливостями представника одного, навіть найкращого методу, будуть сприяти підвищенню якості надання психотерапевтичної допомоги.

Інтегративна теорія психотерапії а також еклектичний підхід, що сьогодні стрімко розвиваються, покликані полегшити інтелектуально-емоційні навантаження психотерапевта, які постійно супроводжують його при зустрічі з унікальним внутрішнім світом і з унікальною конфігурацією психологічного неблагополуччя кожного пацієнта при виборі оптимального методу психотерапевтичної допомоги. "Інтегративний підхід відображає сучасну тенденцію у розвитку психотерапії" [5, 6], що передбачає концептуальний синтез різних теоретичних систем психотерапії, але також важливою закономірністю розвитку психотерапії як науки є її спрямованість на створення єдиної теорії. "Психоаналіз, біхевіоризм, екзистенціалізм і інші пре-тендували саме на таку теорію, однак жодний з цих напрямків на сучасному етапі не задовольняє вимогам єдиної теорії" [3, 26].

А поки в науці тривають пошуки універсального пояснення психологічного неблагополуччя людини, - психотерапевт залишається наодинці з величезним об'ємом сучасних теоретичних систем, підходів, тех-нік, методик, методів і шукає для себе у своїй практичній діяльності якусь узагальнене, метафізичне тлумачення психологічного неблагополуччя взагалі.

Для загального пояснення психологічного неблагополуччя, первинної діагностики пацієнта і розробки стратегії допомоги (як одного із варіантів) цілком доцільно користуватися, на погляд автора, надзвичайно цікавою і плідною аксіологічною моделлю М.Є. Літвака, (на яку було вже посилання вище), що ґрунтується на ієрархічній теорії потреб.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Застосування аксіологічної моделі М.Є. Літвака для загального пояснення психологічного неблагополуччя, первинної діагностики пацієнта і розробки стратегії психотерапевтичної допомоги.

Виклад основного матеріалу дослідження. "Мета всіх видів психотерапії – надати людині можливість задоволення її нормальних, законних потреб в любові, визнанні, почутті контролю; допомогти їй виправити дезадаптивні відносини, емоції і поведінку – все те, що так чи інакше заважає задоволенню цих потреб [7].

Для аналізу явища потреби варто звернутися до регулятивно-детермінуючої теорії особистості, що розроблялася за методологією системного аналізу В.Т. Цибулю, згідно з якою найістотнішими характеристиками особистості як біопсихосоціальної істоти, що становлять її ядро, є чинники, що детермінують і регулюють її життєдіяльність. Сутність детермінуючих чинників полягає в задоволенні потреб (інтересів, прагнень), а регулюючих – у регламентації діяльності щодо задоволення потреб у взаємодії з іншими суб'єктами [8].

"Універсальною детермінантою будь-якої поведінки та діяльності є механізм редукції психічного напруження, що суб'єктивно сприймається як потяг до предмета по-

треби з певним позитивним емоційним тоном (насолоди, задоволення, приємності) або як відроза від предмета з певним негативним емоційним тоном (огиди, невдоволення, болю) у разі його невідповідності потребі. Об'єктивно виникнення такого напруження зумовлюється потребою в матеріальній або духовній цінності середовища. Потяг є емоційним чинником, що активізує потребу як рушійну силу діяльності щодо її задоволення [8, 8]. Завдяки психічному механізму потягу чи відрози явище потреби у відсутньому компоненті "підмінюється" на потяг людини, у якій виникають емоційне збудження і стан емоційного напруження, спрямований на заволодіння відсутнім компонентом, що викликав цей стан, щоб пережити емоцію насолоди, відчуття приємності або уникнути болю, огиди, відчуття неприємності" [8, 58]. Тобто людина часто не усвідомлює того, що вона дійсно потребує і суб'єктивно лише знає потяги та бажання і прагне перейти від неприємного відчуття до приємного.

Таким чином, необхідно визначитися з тим, які потреби є істинними і відповідають власне природі людини, а які є сурогатними і нав'язаними їй соціумом і сучасною культурою.

Проблемою визначення потреб людини, якою займалися А. Маслоу, К. Обуховський, Г. Мюррей, В. Циба та інші вчені, досі залишається невизначеною. Так як в центрі нашої уваги є аксіологічна модель М. Літвака, розглянемо його підхід до визначення ієрархії потреб. Він виділяє чотири рівня потреб особистості: три біологічних і один біолого-психолого-соціальний. До перших відносяться задоволення харчового, оборонного і сексуального інстинктів, а до другого – почуття власної значущості. Задоволення почуття значущості можливе лише при постійному розвитку власних здібностей і розвитку особистості. Ця потреба майже мовчить, поки не задоволені перших три, і зовсім затухає, коли не задоволені перших дві" [1]. Таким чином, коли пацієнт звертається до психотерапевта і скаржиться на те, що в його житті все відбувається зовсім не так, як би йому хотілося, а так, як би йому хотілося він не знає і постійно

переживає пригнічений емоційний стан, – це може означати, що в нього не задоволені сексуальні потреби або потреба у почутті власної значущості. Задоволення почуття власної значущості актуальніше, ніж задоволення сексуальних потреб, хоча часто саме секс використовується для задоволення четвертої потреби. І якщо ця потреба задовольняється невірно (а найкраща сфера її задоволення – це професійна реалізація), – то виникають психологічні проблеми.

Що таке психологічна проблема? Це фрустрована потреба. І якщо пацієнт скаржиться на надмірне задоволення харчового, оборонного та сексуального інстинктів, або на надмірну турботу і контроль по відношенню до дітей, батьків, сексуального партнера; на пристрасть до накопичування, пристрасть до влади, сутяжництво і таке інше, – можливо за всім цим стоїть фрустрована потреба у почутті власної значущості, яка не усвідомлюється пацієнтом. Враховуючи дію психічного механізму потягу і відрози, який підмінює явище потреби, "людина береться за ті чи інші дії з метою заспокоєння потягів, ідучи на зустріч своїм бажанням за доброю волею. Вона бажає звільнитися від мук не заспокоєних потягів, прагне до насолоди, пов'язаних з їх заспокоєнням" [8]. Але схожі емоційні переживання насолоди можна викликати штучно, за допомогою наркотичних речовин безвідносно до механізму задоволення конкретної потреби. І тоді виникає небезпека виникнення різноманітних форм узалежнень, в тому числі від алкоголю, наркотиків, сексу, грошей, статусу тощо.

Висновки. Таким чином, аксіологічна модель М. Літвака може використовуватися психотерапевтом не тільки для аналізу і первинної діагностики психологічних проблем, але і для будови власної стратегії і відповідних до неї методів психотерапевтичної допомоги. Ця модель передбачає приведення у відповідність природної будови людини до існуючих соціальних норм і показує, що при правильному стилі життя "для себе", усвідомленні і задоволенні своїх справжніх потреб людина стає здоровою і одночасно найбільш ефективною і в соціальному плані.

ЛІТЕРАТУРА

1. Литвак М.Е. Секс в семье и на работе / М.Е. Литвак. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – С. 46-47.
2. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б.Д. Карвасарского. – СПб.: Издательство "Питер", 2000. – (Серия "Золотой фонд психотерапии"). – С. 594.
3. Психотерапия / Под ред. Б.Д. Карвасарского. – СПб.: Издательство "Питер", 2000. – (Серия "Национальная медицинская библиотека"). – С. 392, 398, 26.
4. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследования и применение). – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 608 с. – (Серия "Мастера психологии").
5. Александров А.А. Современная психотерапия. Курс лекций / А.А. Александров. – СПб.: "Академический проект", 1997. – С. 3-4, 6.
6. Холодова О.О. Проблема теоретичної інтеграції сучасної психотерапії / О.О. Холодова // Вісник Вінницького медичного університету. – №1(2). – 1999. – С.184-185.
7. Джером Д.Франк. Что такое психотерапия? // Введение в психотерапию / Под ред. Сиднея Блоха. – Амстердам-Киев: Издательство "Сфера", 1997. – С. 13.
8. Циба В.Т. Соціологія особистості: системний підхід (соціально-психологічний аналіз): [Навч. посіб.] / В.Т. Циба. – К.: МАУП, 2000. – С.8, 10, 48.

Подано до редакції 01.10.12