

УДК 364-785

ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДІВ ПСИХОТЕРАПІЇ В СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ

Вовканич Маргарита Дмитрівна,
м.Ужгород

Типовими проблемами клієнтів в практиці соціальної роботи є емоційні проблеми, сімейні та особистісні кризи, сімейні конфлікти, проблеми на виробництві і в школі, втрачена робота тощо. На свідомість і поведінку людей впливає багато взаємопов'язаних факторів, тому методи соціальної роботи слід застосовувати у комплексі і різносторонньо. Тим більше що вони органічно пов'язані й ефективні лише за одночасного застосування, а не ізольовано. Це підтверджує необхідність знати та використовувати різноманітні методи та комплексний підхід в практичній соціальній роботі. Проте питання використання саме психотерапевтичних методик в практиці соціальної роботи вимагає подальшого вивчення.

Ключові слова: методи соціальної роботи, психотерапія, психологічні проблеми клієнтів соціальної роботи, психологічні методи впливу на свідомість та поведінку клієнтів.

Постійне накопичення знань і досвіду пізнання навколишньої дійсності збагачують способи та методи проникнення людини у різні сфери суспільного життя. Існують різні класифікації методів залежно від ознак, що покладені в їх основу: ступінь загальності, поширеність, зміст і характер діяльності та ін.

Особливу увагу звертають на загальнонаукові методи, що застосовуються у різних галузях знань та соціальної практики. На відміну від інших, вони визначають всезагальний шлях, спосіб пізнання природи, а не лише деякі її аспекти. [1]. До них зазвичай відносять: аналіз літературних джерел; теоретичний аналіз і синтез соціально-психолого-педагогічних досліджень; спостереження у природних умовах у процесі тестування, спільних заходів тощо; вивчення та узагальнення досвіду; експеримент; метод експертних оцінок.

Часткові або спеціальні методи – це специфічні способи пізнання і перетворення окремих сфер реального світу, що при-

таманні тій чи іншій конкретній системі знань (політології, соціології, педагогіці, психології тощо).

Міждисциплінарний, інтегративний характер теорії і практики соціальної роботи розширює арсенал її методів і категорій за рахунок інших галузей науки. Тому і виникла необхідність узагальнити та конкретизувати ті методи, що може використовувати соціальний працівник в повсякденній практичній роботі.

Мета нашого дослідження – на основі узагальнення та конкретизації методів соціальної роботи вказати на можливість та необхідність використовувати методи психотерапії в практичній діяльності соціального працівника.

У Короткому енциклопедичному словнику з соціальної роботи [6] зазначається, що у вітчизняних наукових джерелах методи соціальної роботи класифікуються:

- за напрямками та формами соціальної роботи: організаційні, соціально-психологічні, соціально-педагогічні, соціально-медичні, соціально-економічні;
- за об'єктами соціальної роботи: індивідуальні, групові, в громаді;
- за суб'єктами соціальної роботи: методи, що застосовують окремі спеціалісти; колективи соціальної служби, органи управління соціальною роботою [5].

Зазначимо, що класифікація методів, яка існує у вітчизняній практиці соціальної роботи і відображена у наукових джерелах, не вичерпується наведеним варіантом, а вимагає подальшого уточнення. Так, С. Косянчук і В. Сидоров [7] спробували інтегрувати існуючі класифікації методів соціальної роботи за трьома класифікаційними ознаками:

- ступінь спільності клієнтів;
- зміст і характер соціальної роботи;
- сфера застосування .

Так, розкриваючи сутність методів, Н.Матвійчук [7] цілком

обґрунтовано пропонує методи соціальної роботи в громаді розглядати як методи соціальної роботи в мікросоціальному середовищі, що більшою мірою відповідає соціальним умовам пострадянського суспільства і традиціям вітчизняної науки. Характерною ознакою методів індивідуальної соціальної роботи є те, що вони реалізуються в ситуації "один на один", коли соціальний працівник разом із клієнтом вирішує його особисті й соціальні проблеми. Типовими індивідуальними проблемами в практиці соціальної роботи є емоційні проблеми, сімейні та особистісні кризи, сімейні конфлікти, проблеми на виробництві і в школі, втрата роботи тощо.

Особливості реалізації цих методів базуються в конкретних методиках, що використовуються у зарубіжній та вітчизняній практиці соціальної роботи. Розглянемо найпоширеніші з них, що рекомендуються для практичного втручання.

Методика вирішення проблем (розроблена Х.Перлманом) [3] ґрунтується на базовому постулаті психодинамічної концепції, згідно з якою людське життя є "проблемно-вирішальним процесом". Завдання соціального працівника полягає в тому, щоб допомогти клієнту долати труднощі, використовуючи власний психологічний ресурс.

Основа психосоціального методу (запропонованого Ф.Холліс) [7] складає з'ясування причин девіантної чи дезадаптивної поведінки суб'єкта, створення "історії хвороби клієнта". Метод передбачає складну діагностику "особистості в ситуації", при зацікавленій участі самого клієнта. Психосоціальний метод інтенсивно застосовується для усвідомлення клієнтом своїх індивідуальних і соціальних проблем, наприклад, проблем, пов'язаних зі здоров'ям.

Метод психологічного підходу Ранка [7] передбачає концентрацію уваги на процесі надання допомоги, проявляючи значно менший, ніж психоаналітики, інтерес до "дитячих" переживань клієнта. Воля і здатність до змін — ось ті доміанти, що лежать в основі теорії і практики цього підходу.

Кризово-орієнтований — це комбінований метод, що використовує елементи психотерапії, практичної психології і раціональних дискусій в соціальній роботі [5]. Він застосовується у разі таких кризових станів, як тривога, почуття сорому, провини, ворожості тощо.

Раціональний метод індивідуальної соціальної роботи запропонований Г. Вернером [9] як альтернатива психоаналітичним моделям індивідуальної роботи. В його основі лежать положення когнітивної теорії, згідно з якими інтенсивність дій залежить від мотивації індивіда. Мета методу полягає у зміні свідомості клієнта, яку розуміють як сукупність проявів його емоцій, уявлень і поведінки. Він застосовується, коли клієнт шукає допомоги в розв'язанні своєї проблемної ситуації.

Метод терапії реальністю був запропонований В.Глассером. Його основу складає положення про те, що людині необхідно бути коханою і відчувати свою цінність, а для цього необхідна відповідна поведінка. Мета методу полягає в тому, щоб допомогти людям зрозуміти й усвідомити відповідальність за свою поведінку.

У практиці індивідуальної соціальної роботи використовуються й інші методи, які застосовують у разі агресивної поведінки, сексуальних проблем, наркотичної залежності тощо. До таких видів індивідуальної роботи можна віднести ігрову терапію, психоаналітичну терапію, психодраму, техніку "відрази" та ін.

Методи соціальної групової роботи використовують у практичній діяльності, функції якої поширюються на різні галузі людської життєдіяльності — від благоустрою і освіти до адаптації і становлення.

Згідно з підходом Г.Кнопки [11] групова робота є практичним методом соціальної роботи, який допомагає особистості розширювати своє соціальне функціонування і через цілеспрямований досвід групи ефективніше розв'язувати життєві проблеми.

Нерідко виникає розрив між суспільними нормами і груповою свідомістю, психологією та культурою. Соціальне мікросередовище може нав'язувати людині хибні, шкідливі погляди і зразки поведінки, ізолювати (частково або цілком) індивіда

від суспільних цінностей та норм. Це стає причиною девіантних форм поведінки. І соціальному працівникові потрібні певні вміння і здібності, щоб впливати не лише на людину, а й на психологічні явища, що панують у її соціальному мікросередовищі. Для цього використовують соціологічні дослідження, спостереження, соціально-психологічну діагностику, навіювання, інформування, гуманізацію умов праці та побуту, залучення до праці, заохочення самовиховання, тощо.

Соціальна терапія, за І.Зайнишевим, [12] подібно психотерапії, цілеспрямовано і систематично надає допомогу особі або групі, врегульовує почуття, імпульси, думки, стосунки. Вона виправляє, коректує поведінку; попереджає дисфункції; забезпечує нормальний розвиток, самоствердження особи.

Заслуговує на увагу підхід до класифікації методів соціальної роботи, розроблений Українським державним центром соціальних служб для молоді і викладений у Концепції діяльності ДЦССМ. Виходячи з того, що соціальна робота включає різноманітні сфери діяльності, її методи є комплексом професійних заходів і прийомів, спрямованих на досягнення завдань, які визначаються соціальною політикою.

Психологічні методи: діагностика, корекція, психотерапевтичні тренінги, психологічний відбір, психологічна адаптація, аутотренінг, методи психотерапії також відносяться до сфери цієї професійної компетенції.

Психотерапія — система лікувального на психіку, а ще через неї весь організм людини. У науковій літературі прийнято розрізняти поняття психотерапія в вузько медичному сенсі як засіб лікування та профілактики і в ширшому, що включає у собі організацію праці та побуту, профілактику психотравмуючих факторів, і т.п.

Психотерапія застосовується у роботі кабінетів сімейних взаємин, соціально-психологічної допомоги, у роботі різних соціальних служб.

Широко використовують окремі методи психічного впливу у вирішенні конфліктів, для підготовки різних експедицій та соціальних реформ. Багато методів психічного впливу давно взято на озброєння служителями релігійних культів, політиками, економістами.

Існує безліч класифікацій методів психотерапії. Слід розрізняти методи й форми (техніки) психотерапії.

Під методом розуміють загальний принцип терапії, що визначається розумінням характеру захворювання. Спосіб застосування того чи іншого методу психотерапії називається формою психотерапевтичного впливу. Так метод раціональної психотерапії може застосовуватися у формі розмови з групою чи формі лекції.

Комплекс різних методів, об'єднаних спільними принципами щодо підходів до лікування, утворює систему чи напрямок в психотерапії. Нині найбільшого поширення набули такі напрями як психоаналітичний, біхевіоральний, екзистенційно-гуманістичний [12]. З великої кількості методів психотерапії на практиці в соціальній роботі широко застосовується сугестивна психотерапія, групова, поведінкова, сімейна, ігрова, раціональна, самонавчання. Часом використовують психоаналіз, трансактний аналіз, гештальт-терапію та ін.

Одна з її найбільших завдань психотерапії — створення у свідомості клієнта правильного ставлення до захворювання чи до проблеми. Емоційне забарвлення переживань може накласти на особистісні особливості клієнта й завдання психотерапії — правильно, доступно трактувати характер, причини виникнення і прогноз соціальної адаптації клієнта.

Причиною багатьох соціальних проблем часто буває конфлікт особистості з середовищем, який можна швидко виявити, використовуючи прийоми раціональної психотерапії, аргументуючи чи спростовуючи становище, пов'язані з уявленнями клієнта про проблему. А також можна прояснити справжню суть конфлікту, й здійснити корекцію поглядів клієнта на причини, хід подій і шляхи розв'язання. Безперечна перевага раціональної психотерапії є свідомою участю клієнта в процесі здійснення психотерапевтичного впливу

Групова психотерапія — це лікування людей групах, через

включення їх у психологічно позитивну взаємодію за спеціально-організованою корекцією середовища.

Головні показання до застосування груповий психотерапії: наявність неврозів з порушенням соціальних зв'язків, з труднощами у сфері спілкування, і соціальної адаптації.

Концепція терапевтичної громади (групи) є основою багатьох зарубіжних програм лікування алкоголізму [8, 10]. Головну терапевтичну роль у них відіграють консультанти – люди, подолали власні проблеми, пов'язані із алкогольною залежністю і використовують власний досвід в інтересах інших людей. Такі програми припускають бажання людини слідувати запропонованому шляху й готовність до великої роботи самовиховання..

Сьогодні існує три моделі групової роботи [9]:

- терапевтична групова робота
- групова психотерапія;
- соціальна групова робота;
- групи самопомогі.

Дискусійні групи, що базуються на принципах раціональної психотерапії, мають на меті обговорення питань та проблем, які є актуальними для певного кола людей. Відбувається обмін досвідом, поглядами між учасниками групи.

Соціальні терапевтичні групи ставлять собі за мету підтримку адаптивних форм поведінки або модифікацію неприйнятних форм поведінки (зловживання психоактивними речовинами, крадіжки тощо).

Особливу увагу привертає до себе РЕТ (раціонально-емоційна терапія), яка допомагає клієнтам сформувати новий світогляд. Її автор Альберт Елліс перераховує риси особистості самоактуалізованих та щасливих людей. Мотивація діяльності щасливих людей базується на особистісному інтересі, соціальному інтересі, самокеруванні, толерантності, гнучкості, прийняття власної невпевненості, відповідальності, [2] творчому потенціалі та оригінальності, знакомому мисленні, прийняття інстинктів та біологічних реакцій людини, вираженню ризику, перспективному гедонізму, відсутності утопізму, високій фру-

страційній толерантності, особистісної відповідальності за відсутність власної душевної рівноваги.

Соціальний працівник, використовуючи методи РЕТ виявляє ірраціональні установки клієнтів і формує у них адекватні психологічні цінності, які допомагають клієнту правильно орієнтуватись в життєвому просторі та долати труднощі. Деякі зарубіжні дослідники вважають, що методами РЕТ повинен володіти кожен соціальний працівник [5, 7].

Різноманітність методів терапії визначає широкий, спектр її використання у практичній діяльності різних соціальних служб.

Перспективним, на наш погляд, є дослідження доцільності використання психодрами у роботі з підлітками та клієнтами, що старждають залежностями.

Отже, можна зробити певний висновок, що на свідомість і поведінку людей впливає багато взаємопов'язаних факторів, тому методи соціальної роботи слід застосовувати у комплексі. Тим більше що вони органічно пов'язані й ефективні лише за одночасного застосування, а не ізольовано. Це підтверджує необхідність комплексного підходу як принципу використання методів соціальної роботи.

Висновки.

1. Міждисциплінарний, інтегративний характер теорії і практики соціальної роботи розширює арсенал її методів і категорій за рахунок інших галузей науки (психології, медицини, психотерапії тощо).

2. На свідомість і поведінку людей впливає багато взаємопов'язаних факторів, тому методи соціальної роботи слід застосовувати у комплексі, еkleктично.

3. Психотерапевтичні методи допомагають ефективно впливати на свідомість клієнта, формувати позитивні ціннісні установки клієнта, змінювати його поведінку (відмова від ірраціональних установок та асоціальної поведінки)

Питання використання саме конкретних психотерапевтичних методик в практиці соціальної роботи вимагає подальшого вивчення.

Література та джерела

1. Александров А.А. Личностно-ориентированные методы психотерапии / А.А.Александров. – М., СПб: Речь, 2000. – 240 с.
2. Беличева В.И. Психокоррекция в повседневной жизни / В.И.Беличева. – М. СПб: Речь, 1994. – 300 с.
3. Кондаршенко В.Т. Общая психология: Учебное пособие / В.Т.Кондаршенко. – Минск, Пресс, 1997. – 700 с.
4. Лукас Д. Етичні принципи та цінності соціальної роботи / Д.Лукас, О.Васильченко // Соціальна робота в Україні: перші кроки / Під ред. В.Полтавця. – К., 2000. – 236 с.
5. Парслоу Ф. Ценности социальной работы / Ф.Парслоу. – К., Дакор, 1996. – 212 с.
6. Рудестам Д. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. Пер. з англ. – М.: Дидактика плюс, 1990 – 422 с.
7. Сидоров В. Ролі та функції соціальних працівників / В.Сидоров // Соціальна робота в Україні: перші кроки / Під ред. В. Полтавця. – К, вид. «Київсь-Могиллянська академія», 2000. – 236 с.
8. Теория социальной работы / Под. ред проф. Е.И.Холостовой – М.: Юристъ, 2001. – 334 с.
9. Технология Школы социальной работы: Учебное пособие для вузов (материаллы для семинарских и практических занятий) / Под ред. И.С.Циткилова. – Новочеркасск: Ростов-на-Дону, 1998. – 276 с.

Типичными проблемами клиентов социальной работы есть эмоциональные проблемы, семейные и личностные кризисы, семейные конфликты и т.д. На сознание и поведение людей влияют различные факторы, поэтому методы социальной работы должны использоваться комплексно и разносторонне. Однако вопрос использования психотерапевтических методик в практике социальной работы не изучен и требует дальнейшего изучения

Ключевые слова: методы социальной работы, психотерапия, психологические проблемы клиентов, психологические методы влияния на сознание и поведение клиентов.

The author of the article has considered the use of psychotherapy methods in social work practice.

Key words: social work methods, psychotherapy, psychological problems of clients, psychological methods of influence on the consciousness and behaviour of clients.