

ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ В КЛИНИКЕ

Автор: Маслякова В.А



Психотерапия:

- система лечебных воздействий на психику и через психику на организм человека;
 - специфическая эффективная форма воздействия на психику человека в целях обеспечения и сохранения его здоровья;
 - процесс лечебного воздействия на психику больного или группы больных, объединяющий лечение и воспитание.
- 

Психотерапия:

- особый вид межличностного взаимодействия, при котором пациентам оказывается профессиональная помощь психологическими средствами при решении возникающих у них проблем и затруднений психологического характера;
- средство, использующее вербальные методики и межличностные взаимоотношения с целью помочь человеку в модификации отношений и поведения, которые интеллектуально, социально или эмоционально являются негативными;
- длительное межличностное взаимодействие между двумя или более людьми, один из которых специализировался по коррекции человеческих взаимоотношений;
- персонализированная техника, которая представляет собой нечто среднее между техникой планируемых изменений отношений, чувств и поведения человека, и познавательным процессом, который, в отличие от любого другого, ставит человека лицом к лицу с его внутренними конфликтами и противоречиями.

"Психотерапия представляет собой целенаправленное упорядочение нарушенной деятельности организма психологическими средствами"



Психологическая коррекция

- ▣ представляет собой направленное психологическое воздействие на определенные психологические структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида;

Соотношение понятий "психотерапия" и "психологическая коррекция":

- Признание полной идентичности понятий «психологическая коррекция» и «психотерапия»;
 - психологическая коррекция преимущественно призвана решать задачи психопрофилактики на всех ее этапах, особенно при осуществлении вторичной и третичной профилактики.
- 

Психологическое консультирование:

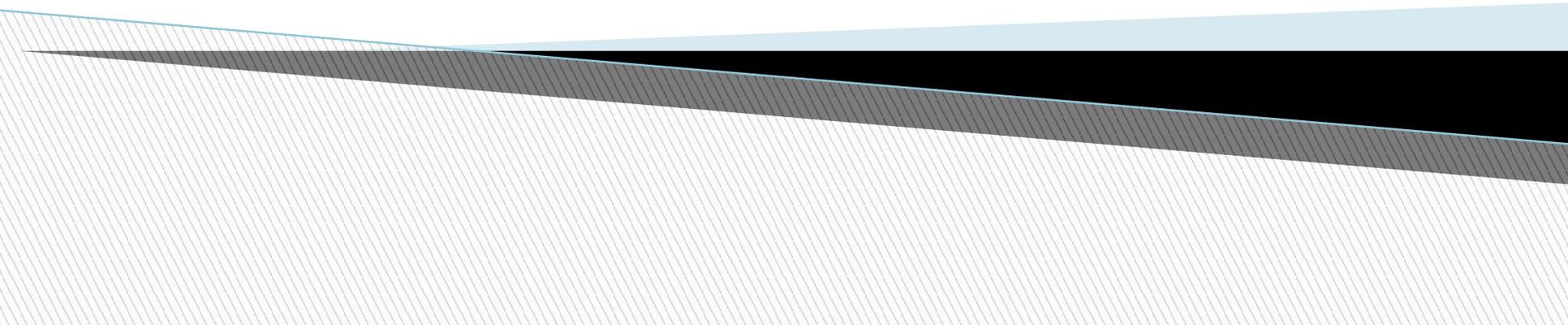
- профессиональная помощь человеку или группе людей (например, организации) в поиске путей разрешения или решении определенной трудной или проблемной ситуации и в настоящее время широко используется в различных сферах человеческой практики.

Сходство между психотерапией и психологическим

консультированием:

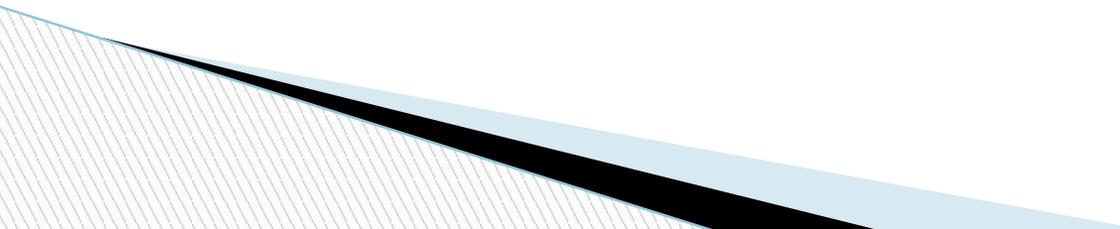
- используют психологические средства воздействия;
- выполняют в основном функции развития и профилактики;
- имеют своей целью достижение позитивных изменений в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах в сторону увеличения их эффективности;
- содержат в качестве своей научной основы психологические теории;
- нуждаются в эмпирической проверке.

***Клиент-
центрированная
терапия: К. Роджерс***



Основные положения клиент центрированной терапии

К. Роджерса:

1. Сам клиент всегда стремится к выздоровлению. Роль терапевта заключается в том, чтобы использовать это стремление и направить клиента по нужному пути.
 2. Терапия акцентируется больше на эмоциональных аспектах, нежели на интеллектуальных.
 3. Терапия больше опирается на непосредственную конкретную ситуацию (по принципу здесь и теперь), а не на прошлый опыт индивида.
 4. Терапия ориентирована на инициативу самого клиента и помогает человеку разрешить свою проблему с минимумом участия со стороны терапевта.
- 

Фундаментом лечения Роджерса является создание отношения, характеризуемого тремя важными и взаимосвязанными позициями ("триада Роджерса"):

- ▣ Безусловное позитивное отношение.** Терапевт должен показать, что он искренне заботится о клиенте, принимает его как человека и доверяет его способности изменяться;
- ▣ Эмпатия** - внутренний взгляд, сосредоточение на том, что пациент может думать и чувствовать. Клиент-центрированный терапевт, как человек, который хочет понять, как выглядит мир с точки зрения клиента.
- ▣ Конгруэнтность** - это согласованность между тем, что терапевт чувствует, и тем, как он ведет себя по отношению к клиенту.

Условия терапевтического процесса

1. Два человека находятся в контакте.
 2. Один из них, клиент, пребывает в состоянии неконгруэнтности, ранимости и тревожности.
 3. Другой человек, психотерапевт, конгруэнтен в отношениях.
 4. Психотерапевт испытывает безусловное позитивное отношение к клиенту.
 5. Психотерапевт переживает эмпатическое понимание внутренней системы координат клиента.
 6. Клиент воспринимает, во всяком случае в минимальной степени, условия 4 и 5.
- 

Процесс терапии:

1. Клиент все более свободно начинает выражать свои чувства через вербальные и/или моторные каналы.
2. Выражаемые им чувства имеют отношение скорее к "Я", чем к не-"Я".
3. Он все лучше различает объекты своих чувств и восприятий... его переживания точнее представляются в символах.
4. Выражаемые им чувства все чаще указывают на неконгруэнтность между некоторыми его переживаниями и Я-концепцией.
5. Он приходит к осознанию угрозы такой неконгруэнтности... благодаря устойчивому безусловному позитивному отношению со стороны психотерапевта

6. Он полностью осознает чувства, которые в прошлом искажались или не осознавались.
7. Его Я-концепция реорганизуется, чтобы ассимилировать и включить эти переживания, которые ранее искажались или не осознавались.
8. По мере продолжения реорганизации Я-структуры Я-концепция становится все более конгруэнтной переживаниям... ослабляется защита.
9. Он все более способен к переживанию безусловного позитивного отношения со стороны психотерапевта без ощущения угрозы.
10. Он все сильнее ощущает безусловное позитивное самоуважение.
11. Он все сильнее чувствует себя как локус оценки.
12. Он реагирует на переживание в меньшей степени с учетом условий ценности, а в большей степени основываясь на организмическом оценивающем процессе

Результаты для личности и поведения

1. Клиент становится более конгруэнтным, более открытым к своим переживаниям, менее склонным к защите.
2. Соответственно он склонен к большей реалистичности, объективности, экстенциональности в своем восприятии.
3. Таким образом, он более эффективно решает стоящие перед ним задачи.
4. Улучшается, приближается к оптимуму его психологическая адаптация...
5. Как результат возрастания конгруэнтности "Я" и опыта... снижается восприимчивость к угрозе.
6. Как следствие пункта 2, восприятие своего идеального "Я" становится реалистичным, более достижимым.
7. Вследствие изменений 4 и 5 реальное "Я" становится более конгруэнтным идеальному "Я".

8. В результате этого и исходя из 4 ослабляется всякое напряжение...
9. Возрастает степень позитивного самоуважения.
10. Он воспринимает локус оценки и локус выбора находящимися внутри себя... ощущает себя более уверенным и более ответственным за свою жизнь... его ценности определяются процессом организмического оценивания.
11. Как следствие 1 и 2, он точнее и реалистичнее воспринимает других.
12. Он более склонен принимать других вследствие снижения потребности в искажении их восприятия.
13. Его поведение заметно меняется.
 - а) ...возрастает доля поступков, которые могут быть "присвоены", как принадлежащие "Я".
 - б) ...удельный вес поведения... ощущаемого как "не мое", снижается.
 - в) ...в результате поведение воспринимается как находящееся под собственным контролем.
14. Как следствие 1, 2, 3, поведение становится более креативным, исключительно адаптивным... более полно выражающим собственные цели и ценности

К. Роджерс выделяет следующие шаги процесса

ПОМОЩИ:

- 1) клиент приходит за помощью;
- 2) определяется ситуация;
- 3) поощрение свободного выражения;
- 4) советующий принимает и проясняет;
- 5) постепенное выражение позитивных чувств;
- 6) обнаружение позитивных импульсов;
- 7) появление инсайта;
- 8) прояснение выбора;
- 9) позитивные действия;
- 10) возрастание инсайта;
- 11) растущая независимость;
- 12) уменьшающаяся потребность в помощи.