

СПЕЦИФИКА ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ КЛИЕНТОВ, ПЕРЕЖИВШИХ ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ

Олифирович Н.И., Республика Беларусь

Развитие цивилизации сопровождается крупными катастрофами с глобальными или региональными последствиями, перед лицом которых человек чувствует себя бессильным либо беспомощным. Активное участие или пребывание в экстремальных ситуациях обуславливает не только сильные эмоциональные переживания во время катастроф, но и возможность длительных изменений поведения, особых нарушений психики, получивших название посттравматического стрессового расстройства. Жертвы психической травмы могут страдать от ряда обстоятельств травматического события (внезапности, экспозиций смерти), от собственного поведения и отношения (недостаток контроля, невозможности что-либо изменить), из-за отсутствия подобного опыта и др.

В индивидуальном психологическом консультировании на этапе сбора информации выявляется наличие-отсутствие одного или нескольких признаков ПТСР, таких как: возврат в травматическую ситуацию; фиксация на травме; уход от травмирующих переживаний; эмоциональные нарушения; диссоциация; притупленность и отстраненность и др.

Диагностирование одного или нескольких из вышеперечисленных признаков свидетельствуют о необходимости проведения консультативной или психотерапевтической работы с пострадавшим. Тактика работы с конкретным клиентом зависит от времени, прошедшего с момента психотравмирующей ситуации. По мнению А.Н.Моховикова (1999), целесообразно различать клиентов, которые обратились к психологу: 1) в пределах первых полутора месяцев; 2) в течение полугода; 3) по истечении полугода после травмирующего события. Общим принципом работы с клиентом является установление вначале временной, а затем причинной связи между травмой и возникшими проблемами.

Опыт работы с клиентами, обратившимися за помощью после катастрофы 30 мая на переходе станции метро "Немига", показал, что в первое время у клиентов преобладали сильные эмоциональные нарушения: повышение чувствительности, бессонница, враждебность, тревога, потеря контроля над собой, трудности при попытке сосредоточиться на какой-либо деятельности. Задачи психолога-консультанта, в первую очередь, были направлены на стабилизацию эмоционального состояния, снижение интенсивности переживаний и формирование утраченного чувства безопасности и доверия к миру.

При работе с клиентами в течение полугода после экстремальной ситуации внимание акцентируется на переживании травмы клиентом, исследовании и проработке травматических воспоминаний и их интеграции. Главная задача консультирования по истечении полугода после травмы – это одновременная интеграция травмы и реинтеграция личности с дальнейшим развитием устойчивости клиента к травматическим переживаниям.