

раз, когда клиент начинает восхищаться психологом, идеализировать его или, наоборот, злиться и обижаться, последний должен сделать терапевтические отношения с клиентом фокусом работы. Задача консультанта – с первой встречи задуматься о том, какой тип отношений больше подходит данному клиенту? Что позволит клиенту измениться – более поддерживающие или, наоборот, более авторитетные отношения? Какова оптимальная психологическая дистанция между психологом и клиентом? На чем фокусироваться здесь-и-теперь: на мыслях или чувствах, содержании или процессе, стабильности или гибкости? На эти вопросы консультант отвечает постоянно, на каждой сессии.

Отношения между психологом (психотерапевтом) и клиентом проходят несколько стадий: начальную, рабочую и завершающую. На начальной стадии наиболее важным является установление таких отношений, которые позволяют клиенту чувствовать себя в безопасности (метафорически она соответствует параноидно-шизоидной фазе в развитии ребенка классификации М.Кляйн). Именно на этой фазе устанавливаются границы отношений, заключается контракт, определяются цели и задачи работы. Рабочая фаза связана с поиском альтернативных путей, способов бытия клиента. Эта фаза связана с установлением отношений близости, привязанности, доверия клиента к терапевту. Завершающая фаза связана с ассимиляцией нового опыта и перенесением его в реальную жизнь клиента, то есть обретением свободы бытия-в-мире.

УДК 370.153

Н.И.ОЛИФИРОВИЧ, Т.А.ЗАЕКО, Т.А.ВЕЛЕНТА

Республика Беларусь, Минск, УО «БГПУ им. М. Танка»

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ СЕМЬЕ С ДЕТЬМИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Трудности, связанные с прохождением детьми подросткового возраста, часто становятся источником внутрисемейного напряжения и обострения психологических проблем у членов семьи. Данный семейный кризис связан с необходимостью членов семьи приспособиться к факту взросления подростка. Подросток находит новые модели жизни, расширяя сферу своих социальных контактов и выходя за пределы семьи

С достижением ребенком подросткового возраста перед семьей встает необходимость в структурных изменениях. Подростковый кризис, с точки зрения семейной системы, можно рассматривать как внутрисемейную борьбу за поддержание прежнего иерархического порядка. Родители больше не обладают всей полнотой власти и должны считаться с все возрастающей компетентностью подростка. Родителям следует предоставлять

подростку больше автономии, и быть более гибкими в принятии его возрастающей независимости. И снова разрешение проблем на данном этапе будет зависеть от способа решения критических задач, коммуникации и ведения переговоров, выработанных на более ранних стадиях развития.

В тот период, когда дети входят в подростковый возраст, супруги часто сталкиваются с переменами в собственной жизни. На этом этапе супружеские отношения проходят переоценку. В условиях раскола родительской (супружеской) диады ребенок склонен объединяться с тем или другим родителем для обретения большей свободы. В результате может возникнуть такое структурное нарушение как межпоколенная коалиция.

Признаками, свидетельствующими о переживании семьей данного нормативного кризиса, являются: рост напряжения в детско-родительской подсистеме, выражающийся в периодическом возникновении конфликтов, взаимных обидах и претензиях, упреках; проблемное поведение подростка (агрессивное поведение, побеги из дома, алкоголизм, наркомания и др.); резкое падение школьной успеваемости; соматизация подростка: булимия, анорексия, бессонница, аллергические заболевания, дерматиты, гастриты, частые головные боли и т.д.; подростковая депрессия; актуализация супружеских проблем, нерешенных на предыдущих этапах развития семьи, либо связанные с индивидуальными кризисами супругов; общая неудовлетворенность членов семьи сложившейся семейной ситуацией; чувство одиночества у матери, связанное с отдалением ребенка от семьи; ригидность семьи, характеризующаяся непринятием ее членами факта возрастающей самостоятельности подростка.

Психологи-консультанты отмечают, что количество обращений за психологической помощью, связанных с этим периодом, намного превышает количество обращений, связанных с другими возрастными детьми. Резко расширяется диапазон запросов: от проблем первой, чаще неразделенной, любви и взаимоотношений конфликтного характера до опасности наркомании и алкоголизма.

Подростковый период выделяется также благодаря тому обстоятельству, что сам подросток может впервые самостоятельно обратиться в психологическую консультацию лично. В то же время особенностью психологического консультирования семьи с подростками является часто встречающееся отсутствие мотивации у подростка, пришедшего на консультацию с родителями. Зачастую ребенка приводят родители, желающие в нем что-то изменить, а он часто даже не знает, куда и зачем его привели.

Консультируя подростков, психолог-консультант должен учитывать психологические нормативные задачи возраста. К ним обычно относят: отделение от родителей и обретение подлинной психологической независимости; преодоление кризиса идентичности, ролевой диффузности («само-

идентификация»); новый этап социализации в среде сверстников. основанный на установлении более глубоких эмоциональных отношений вне семьи; принятие растущей сексуальности подростка.

Психологические задачи подростка связаны, прежде всего, с самоопределением в трех сферах: сексуальной, психологической (интеллектуальной, личностной, эмоциональной) и социальной.

Как правило, на первичный прием приглашается родитель, обратившийся за психологической помощью. При этом важен факт прихода на консультацию второго родителя и самого подростка.

Возможны несколько вариантов работы:

1 вариант. Оба родителя и подросток обращаются за консультацией. В том случае, если родители осознают трудности, возникающие в семье в связи с взрослением ребенка, адекватной формой помощи будет совместное семейное консультирование.

2 вариант. Подросток и родители обращаются за помощью, но основная проблема заключается не в их взаимоотношениях, а в трудностях подростка вне семьи (например, в общении с друзьями, учителями и т.д.). В дальнейшем работа строится с самим подростком. Задачей психолога является выяснение обоснованности жалоб и принятие решения об адекватной форме дальнейшей работы (например, тренинги общения, индивидуальное консультирование или психотерапия). Родители могут быть привлечены для работы в параллельной родительской группе, либо консультироваться отдельно от ребенка.

3 вариант. Родитель обращается за помощью по поводу проблем ребенка, но сообщает при этом, что последний не мотивирован сотрудничать с психологом. В такой ситуации наблюдается и утрата доверия между родителем и ребенком. Рекомендуется встретиться отдельно с подростком и родителем. Психологу необходимо выяснить причины амбивалентных чувств к ребенку, уточнить характер недовольства родителя. В то же время постепенно завоевывая доверие ребенка, психолог должен переориентировать его на более искреннее и честное взаимодействие с родителем. После этого их можно объединить и проводить совместное консультирование, обучать способам разрешения конфликтных ситуаций и т.п.

4 вариант. Родитель обращается по поводу проблем ребенка, однако при взаимодействии с ним выясняется, что в психологической помощи нуждается он сам. При достижении ребенком подросткового возраста у родителей могут актуализироваться как тревога расставания, страх одиночества, страх надвигающейся старости, так и их собственные нерешенные подростковые проблемы (сепарация, индивидуация и обретение идентичности). В данной ситуации необходима работа с родителем.

5 вариант. Полная потеря контакта и взаимного доверия между подростком и родителями. Ребенок отказывается идти в консультацию, так как воспринимает всех взрослых (родителей, педагогов, консультанта) как следователей. Важно понять, что лежит в основе такой реакции и каков вклад родителей в такое поведение ребенка.

Таким образом, если семья обращается за психологической помощью, важно определить локус проблем данной семьи: индивидуальные проблемы одного из членов семьи (когнитивные, эмоциональные, поведенческие нарушения, личностные расстройства ребенка или одного из родителей); проблемы в супружеской, в детско-родительской подсистеме; проблемы в семейной системе в целом; проблемы взаимодействия семьи с внешним социальным окружением. Определение локуса проблем семьи обуславливает выбор методов и приемов психологической работы.

Важной задачей на начальном этапе консультирования является установление контакта с подростком и мотивирование его на участие в работе. Подросток соглашается работать только тогда, когда ему интересен сам процесс и при восприятии его как полноправного участника. В основе работы с ним должны лежать принципы диалогического общения. Особенностью такого контакта являются равноправные отношения с психологом с подростком с целью совместного изучения конкретной психологической ситуации и путей ее разрешения.

УДК 37.015.31(046.2)

И.В.ОРЛОВА

Республика Беларусь, Минск, ГУО РИВШ

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РЕФЛЕКСИЯ КАК ЭЛЕМЕНТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Одна из важнейших проблем личностно-ориентированной образовательной парадигмы в системе высшей школы – это проблема психологического здоровья преподавателя вуза. Психологическое здоровье можно описать как систему, включающую ценности собственного «Я» и ценности других людей, положительное отношение человека к себе и другим. Современная образовательная ситуация в качестве приоритетов выделяет такие профессионально важные качества, которые обеспечивают успешную реализацию педагогической деятельности и создают условия для реализации потребности личности в самоопределении, самовыражении, самореализации и самоактуализации. В данном контексте педагогическая рефлексия должна рассматриваться как важнейший фактор преодоления и пре-