# Лекция 1. Теоретические основы психологической помощи. Основы оказания психологической помощи отдельным лицам, определенным группам людей, в том числе персоналу организаций (4 ч.).

Начало истории развития психологической помощи следует искать в глубине веков. Еще в медицинском папирусе Эберс (XVI в. до н.э.), содержащем около тысячи прописей целебных снадобий и зелий, приводятся слова заклинаний, необходимых при применении лекарств.. Античные короли принимали услуги "консультантов", античные книги "консультировали". С конца XVII в. делаются попытки научно объяснить психические методы лечения, предлагаются все новые и новые их варианты. Начиная с "магнетического флюида" венского врача А.Месмера следуют: в XIX столетии — Джеймс Бред (гипноз), в XX в. — Зигмунд Фрейд (психоанализ), Карл Роджерс (клиент-центрированная терапия), Фредерик Перлз (гештальт-терапия), Милтон Эриксон (нетрадиционный гипноз и терапия), Вирджиния Сатир (семейная терапия) и многие другие (Лакосина, Ушаков, 1984). И если первоначально психотерапия была прерогативой медиков, то в начале XX в. к ним постепенно присоединяются работники других социальных служб, а в 1950-х гг. в США содержательно и организационно обособляется консультативная психология.

Понятие “психологическая помощь” отражает некоторую реальность, некую психо-социальную практику, полем деятельности которой является совокупность вопросов, затруднений и проблем, относящихся к психической жизни человека. Даже такое схематическое членение понимания человека довольно явственно указывает на сферу приложения усилий, отражаемых словосочетанием “психологическая помощь”. Очевидно, что областью деятельности соответствующего специалиста является широкий круг проблем, относящихся именно к срединному звену указанного трехчлена: проблемы, в которых отражаются особенности психической жизни человека как социального существа, равно как и особенности сообщества, в которых отражается психологическая специфика его функционирования. **Психологическая помощь есть область и способ деятельности, предназначенные для содействия человеку и сообществу в решении разнообразных проблем, порождаемых душевной жизнью человека в социуме**. Ясно поэтому, что понимание проблематики психологической помощи связано с пониманием психики как такого пространства (уровня, способа) человеческого бытия, многообразие и многогранность которого и определяет совокупность проблем в деятельности соответствующего специалиста: межличностные отношения, эмоциональные внутриличностные (как глубинные, так и ситуативные) конфликты и переживания; проблемы социализации (выбор профессии, создание семьи, разные формы общественных отправлений), проблемы персонализации (возрастные и экзистенциальные), т.е. весь спектр эмоционально-смысловой жизни человека как общественного существа, наделенного психикой. **Содержание психологической помощи заключается в обеспечении эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки человеку или сообществу в трудных ситуациях, возникающих в ходе их личностного или социального бытия.** Легко заметить, что в глубинной основе психологической помощи обнаруживается свойственная различным уровням движения (существования) материи способность к самоорганизации, структурированию. Тот же инстинкт помощи существует и у животных. В человеческом же обществе феномен помощи существовал всегда, хотя в качестве социального института возник и оформился только к середине ХХ века, вызвав к жизни появление целого ряда новых профессионалов: социальный работник, психолог - консультант, психолог-психотерапевт. И это — помимо уже традиционных фигур священника, психиатра и психоаналитика. Более подробное разграничение сфер деятельности внутри указанного круга специалистов и вне его требует углубления в историю становления и оформления психологической помощи как особого социального института.

Анализ многочисленной, практически необозримой литературы по проблематике “counseling” показывает, что нет буквально ни одной области человеческой (личной и общественной) жизни, в которой человек оставался бы без психологической помощи. Самый общий контент-анализ доступных нам источников, а также впечатления от совместной работы с американскими и европейскими коллегами позволяют выделить следующие главные области применения науки и искусства психологической помощи.

1. Психическое (и духовное) развитие ребенка. Специальными проблемами здесь становятся: психологическая помощь ребенку в преодолении эдипова комплекса; удовлетворение эмоциональных запросов в обретении личностной идентичности в процессах культурного, этнического и этического самоопределения; психологическая помощь в избегании эмоциональных травм при осознании неизбежности смерти либо в случае действительной потери родителей и близких родственников; содействие в выработке устойчивых ценностных и моральных норм, особенно в критический период развития, и другое.

2. Экзистенциальные и личностные проблемы подростка. Главное направление работы в данной области — помощь в преодолении кризиса психологического отделения от родителей и идентификация подростка с другими значимыми лицами. По существу, психолог-консультант и психотерапевт сталкиваются здесь со всем возможным спектром проблем подросткового возраста — чувством неполноценности, осознанием ограниченных возможностей родителей, сексуальными проблемами, борьбой за личный и социальный статус, процессами трансформации инфантильного религиозного сознания и т.п.

3. Брак и семья. Институт супружества остается одной из наиболее насыщенных сфер деятельности психологов-консультантов и семейных психо+ терапевтов. Супружеские и родительские конфликты, семейные кризисы, отношения в семье — привычные проблемы в этой области. Уже ставшие привычными 50% разводов с небольшими вариациями в первых браках в дополнение к традиционным проблемам добрачного консультирования, обычной семейной и супружеской психотерапии в последние десятилетия выдвигают на одно из важных мест проблематику психологической помощи разведенным, незамужним и неженатым, равно как и консультирование и психологическую поддержку при заключении повторных браков.

4. Проблематика психического и личностного здоровья. Традиционная превентивная и текущая помощь при психических и соматических заболеваниях, при душевных и духовных страданиях, связанных с расстройствами настроения, алкоголизмом, наркоманией, житейскими стрессами, конфликтами, пограничными состояниями и т.п.

5. Отдельной и глубоко разработанной областью психологического вспомоществования является такая важная и почти совершенно отсутствующая у нас сфера деятельности, как психологическая помощь умирающему и психотерапия горя.

6. Проблемы пожилого возраста. Выработка адекватного ему миросозерцания, удовлетворение эмоциональных запросов пожилых людей, отклик на возникающие религиозные проблемы, регулярный патронаж и помощь в организации соответствующего стиля и способа жизни — все это обычный круг забот психологического попечения на Западе.

7. Места заключения, больницы, казармы, студенческие городки — давно уже освоенные области работы, где проблемы личности, общения, психического состояния, а также духовности представляют собой настолько же привычные, насколько и требующие постоянного усилия проблемы.

8. Психологическая помощь и поддержка в кризисных ситуациях: внезапная смерть, попытка суицида, изнасилование, измена, потеря любви, работы и т.п.

9. Школьное консультирование, охватывающее проблемы отношений учителя и учащихся, учащихся между собой, вопросы отношений с родителями, проблемы школьной успеваемости, развитие способностей, отклонения в поведении и т.п.

10. Профессиональное консультирование, включающее в себя как общую ориентировку в выборе той или иной профессии, так и частные вопросы: как составить “резюме”, как и где получить вторую профессию, где найти работу по своим возможностям и т.п.

11. Психологическая помощь, относящаяся к кросскультурной проблематике: барьеры в адаптации, преодоление этнических предрассудков и стереотипов у эмигрантов, наконец, самостоятельная проблема подготовки консультантов для работы с этническими меньшинствами, исключающая опасность отношения профессионала к клиенту не как к личности, а как к представителю этноса или расы.

12. Управленческое консультирование (консультирование в организациях). Возникший в 1970-е годы, к настоящему времени данный вид социально-психологической помощи обладает широким спектром возможностей, включающих помощь в принятии управленческих решений, тренинг коммуникативных навыков, отслеживание и разрешение конфликтов, работа с персоналом и т.п. При этом нельзя не отметить любопытное обстоятельство, касающееся развития психологической помощи в тех или иных странах в зависимости от уровня экономического развития и качества жизни. Так, в развитых странах Европы и Америки, где после Второй мировой войны материальные проблемы существования в целом были разрешены, широкое распространение получила так называемая гуманистическая парадигма, в пределах которой отстаивались и служили рабочим материалом в практике психологической помощи экзистенциальные ценности и понятия: встреча, выбор, подлинность, самореализация, бытие. А основной акцент приходился и приходится на уникальность, ценность и безусловную значимость личности, личностного бытия, что, собственно говоря, и находится в центре проблематики психологической помощи. В странах же третьего мира и бывшего “социалистического лагеря” упор делался не столько на личность, сколько на социальные и социально-психологические аспекты бытия, так как ученые ясно осознавали пагубное воздействие патологического общества на человека, в котором обычная позиция личности — это позиция жертвы. Показательным в этом смысле является направление, созданное в 1960-е годы в Бразилии психоаналитиком Норберто Кеппе, работавшим вначале в Вене вместе с В. Франклом, названное им “интегральным психоанализом”. Отличительная черта этого направления — упор на исследование патологии общества развивающихся стран, порождающего специфические личностные проблемы. Отсюда такие названия работ, как “Социопатология”, “Патология власти”, “Освобождение через осознание” и их просветительский пафос\*.