

методики изучения социальной удовлетворенности людей; методики диагностики качества и образа жизни в обществе; методики оценки репутации; методики изучения общественного мнения и общественных настроений; методики изучения политического лидерства.

Бочанцева Л. И.

ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВА НОРМАЛИЗАЦИИ ЗАТРУДНЕННОГО ОБЩЕНИЯ АНТИСОЦИАЛЬНОЙ ЛИЧНОСТИ

Особое место среди методов группового воздействия на затрудненное общение антисоциальной личности занимает гештальт-терапия, созданная американским психологом Ф. Перлзом и получившая большую практическую популярность. Он перенес закономерности образования фигуры, установленные в гештальтпсихологии в сфере восприятия, в область мотивации человеческого поведения. Возникновение и удовлетворение потребностей он рассматривал как ритм формирования и завершения гештальтов. Функционирование мотивационной сферы осуществляется по принципу саморегуляции организма.

Как отмечают Я. Старак, Т. Кей, Д. Олдхейм, основным принципом гештальт-терапии является принцип реальности, актуальности как во внутриличностном, так и в межличностном аспектах человеческого существования.

Необходимо отметить, что целью гештальт-терапии как психологического средства воздействия является снятие блокировок, пробуждение потенциально существующих в человеке естественных ресурсов, способствующих его личностному росту, достижению ценности и зрелости, полной интеграции личности клиента.

Как показывает теория и практика, гештальт-терапия открывает широкие возможности для коррекции различных отношений и искажений взаимодействия, что, в свою очередь, удовлетворяет и наш интерес к данному психологическому средству. Исходя из понятия целостности личности, данное направление позволяет направить фокус работы сразу на все уровни и компоненты, составляющие структуру «я» личности, — когнитивный, аффективный, поведенческий.

Направление Ф. Перлза позволяет выявить различные формы и стратегии регулирования индивидуумом своего поведения на социальном, психологическом и биологическом уровнях. Поэтому любые нарушения поведения рассматриваются Ф. Перлзом, П. Гудменом и Р. Хефферлиным как нарушения нормального процесса взаимодействия организма с окружающей средой на всех уровнях: аффективном, когнитивном и поведенческом.

Как отмечают Н. М. Лебедева и Е. А. Иванова, в аффективной сфере методика гештальт-терапии помогает: почувствовать собственную ценность, приобрести искренность в отношении чувств к самому себе и другим, научиться адекватно выражать собственные чувства (позитивные и негативные), научиться более точно вербализовать свои эмоциональные состояния, почувствовать неадекватность некоторых своих реакций.

В когнитивной сфере происходит осознание и понимание характерных защитно-компенсаторных механизмов, собственных мотивов, потребностей, особенностей общения и поведения, то есть того, как он выглядит, как его воспринимают другие, и нет ли в этом расхождений, а также понимание и осознание собственной роли в возникновении конфликтных ситуаций.

В поведенческой сфере методика гештальт-терапии помогает закрепить новые паттерны общения и поведения, связанные с поддержкой, взаимоотношением, ответственностью, а также расширить и сделать более гибким диапазон выразительных средств.

Г. Уилер справедливо указывает на то обстоятельство, что гештальт-терапия существенно отличается от других подходов своим пристальным вниманием к стратегиям и паттернам поведения человека, что обуславливает и наш интерес к данному направлению психотерапии. При этом ученый отмечает, что наиболее сильными воздействиями считаются экзистенциальные (на уровне «здесь-и-сейчас»), эмпирические, основанные на знании, возникающие в процессе осознания явлений, и чувственные, основанные на открытии себя.

В связи с вышеизложенным применение методики «гештальт» позволит не только нормализовать общение личности, но и ослабить проявления анти-социальности в поведении, воздействуя на личностный рост.

Для достижения цели — нормализации затрудненного общения анти-социальной личности посредством гештальта — необходимо решение ряда взаимосвязанных задач:

1. Ознакомление участников группы с понятием общения, его характеристиками и связями с другими понятиями (активность личности, направленность, межличностные отношения, взаимодействие), а также со спецификой гештальт-групповой работы.

2. Оказание помощи участникам в осознании себя частью группы и группового процесса как целого; повышение сплоченности группы как фактора, обеспечивающего эффективность взаимодействия.

3. Оказание помощи группе в процессе прохождения основных фаз развития, создание поддерживающего климата доверия и безопасности.

4. Осознание участниками особенностей своего общения с окружающими людьми, а также собственного эмоционального отношения к перспективе нормализации своего общения и снижения антисоциального поведения, определяющие характер взаимоотношений с окружающими.

5. Выявление мотивов межличностного общения.

6. Развитие у участников группы эмпатии и рефлексии.

7. Осознание участниками новых паттернов общения и поведения, характерных для незатрудненного общения.

8. Определение динамики эмоционального состояния группы в процессе гештальт-групповой работы.

Опираясь на структурный и функциональный аспекты принятого анализа феномена затрудненного общения личности, была разработана последовательная схема нормализации общения с применением гештальт-терапии:

1. Извлечение из общего багажа знаний элементов, относящихся к ситуации межличностного общения, потребностям и эмоциональному состоянию испытуемых.

2. Объективация, осмысление выделенных элементов, приобретение ими новых личностных качеств и коммуникативных умений, способствующих процессу становления оптимального общения и снижению антисоциальности у участников тренинга.

3. Формирование когнитивных связей, которые представляют собой основные «заготовки» корректируемой диспозиционной структуры общения.

4. Актуализация и осмысление мотивационного компонента общения.

5. Формирование поведенческой готовности испытуемых к изменению своего общения. Целенаправленная последовательность поступков или намерений образует изменение поведения и общения личности в сфере межличностного взаимодействия, обусловленное преследованием осознанных личных целей.

Для решения вышеперечисленных задач средствами гештальт была применена модель группового взаимодействия или «тематический гештальт». В этой модели психолог выступает руководителем группы, а его руководство более гибкое, чем при классической модели гештальт-групповой работы. Он принимает предложения, исходящие от членов группы, всячески поощряет и приветствует групповое взаимодействие. Работа с одним человеком сопровождается групповой активностью. Психолог стимулирует групповое осознание, аналогичное тому, что переживает участник на «горячем стуле», а общее упражнение выступает подготовкой к индивидуальной работе. Таким образом, взаимодействие может привести к завершению гештальтов сразу у нескольких членов группы.

В такой модели работа каждого члена группы является социально значимой, а группа представляет собой определенную динамическую целостность. Работа в группе может быть очень интенсивной и достаточно драматичной, в которой участники не только могут получить поддержку, но и вступить в конфронтацию, и, кроме этого, почувствовать себя одновременно и уникальным созданием, и членом социальной группы. Переживаемые в группе сильные эмоции приносят освобождение и чувство удовлетворения.

Заканчивая характеристику гештальт-терапии как психологического средства отметим, что критерием эффективности выбранного нами средства является результативность, которая выражается в том, насколько успешно антисоциальная личность с затрудненным общением осознает свои проблемы, мобилизует свои ресурсы и обретает внутреннее согласие. Другой важный критерий эффективности выбранного средства — легкость, с которой антисоциальная личность проходит путь личностного взросления. Заканчивая описание гештальт-терапии, хочется отметить, что теория чрезвычайно эффективна для совершенствования стиля межличностного взаимодействия, а сама по себе практика гештальт-терапии красива и впечатляюща.

Волкова В. В.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОТЕРАПИИ ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Традиционно в виктимологии (учении о жертве, от лат. *victim* — жертва; *logos* — учение) психологическая интервенция и психотерапия проводятся с жертвами, уже перенесшими различные формы насилия: либо это работа непосредственно после события, либо с отсроченными последствиями травмы в виде различных личностных расстройств, в частности посттравматического стрессового расстройства.

Однако очевидно, что, кроме психотерапевтической работы с последствиями перенесенной травмы, не менее важна работа собственно с комплексом жертвы, или виктимностью, в первую очередь — с целью профилактики превращения потенциальной жертвы в жертву реальную, или латентной виктимности в виктимность реализованную.

Вопросу о различии между консультированием и психотерапией посвящено немало работ, как отечественных, так и зарубежных авторов (Кочюнас Р., 1998; Роджерс К., 1999; Айви А., Айви М., 1999; Фицджеральд Р., 2001; Бьюдженталь Дж., 2001; Малкина-Пых И. Г., Таланов В. Л., 2003). В целом это различие связано с уровнем консультативного взаимодействия, на который решается пойти клиент и к которому профессионально готов психолог. Кроме того, следует иметь в виду, что клиент — это психически здоровый человек, то есть он не может быть психически больным человеком или находиться в состоянии, пограничном с психотическим.

Особенности виктимной структуры личности (психологии жертвы) проявляются в следующем:

- клиент-жертва подавляет специфические факты, мысли, чувства, поведенческие реакции по отношению к себе, другим и происходящим событиям. Тем самым он поддерживает принятые им в детстве решения