

ПАЦИЕНТ ПСИХОЛОГА-ПСИХОТЕРАПЕВТА

В.Г.КАЗАЧКОВА, Е.А.РОЖДЕСТВЕНСКАЯ*

Практические психологи-психотерапевты замечают, что есть люди, обращающиеся за психотерапевтической помощью в трудные моменты жизни, но есть и достаточно большая категория таких, которые избегают психологических консультаций.

В литературе имеются указания, что настороженность и отказ от сотрудничества с психологом-психотерапевтом у многих людей связаны со страхом перед вторжением в их жизнь постороннего, могущего причинить им зло, нанести ущерб их социальному статусу. Мотив нежелания вмешательства консультанта зачастую связан с убежденностью в том, что потенциальные клиенты сами сумеют справиться с возникающими проблемами, что у них все достаточно хорошо в жизни, что они живут сегодняшним днем.

Другая причина отказа от психотерапевтической помощи связана с недостаточной информированностью о возможностях данного вида помощи. Так, М.С.Яницкий (1991) отмечает различия между русским и американским клиентом в плане его подготовленности к работе с практическим психологом. Как показывают его наблюдения, русский клиент просто не знает, что такое психотерапевтическая помощь, часто не может сформулировать своих проблем или ищет их источник в стороне от действительного.

Другие авторы (С.Кратохвил, 1978; Б.С.Братусь, И.Я.Розовский, В.Н.Цапкин, 1988) отмечают некоторые особенности личности пациента, способствующие эффективности психотерапии. К ним относятся следующие: способность активно включаться в совместную деятельность, способность воспринимать корригирующую информацию и реорганизовывать в соответствии с ней свое поведение, высокий уровень

* *Казачкова* Валентина Георгиевна – медицинский психолог-психотерапевт Томской областной психиатрической больницы, кандидат психологических наук; *Рождественская* Елена Анатольевна – психолог, кандидат психологических наук, доцент Томского государственного педагогического института.

заинтересованности больного в совместной деятельности и общении. Немаловажное значение имеет возраст пациента (пожилые люди становятся менее податливыми изменениям), социальная и эмоциональная зрелость, определяющая устойчивость взглядов и поведения, достаточная сообразительность, позволяющая быстрее достичь согласия по проблеме и понять зависимость между своими симптомами и конфликтными переживаниями.

Нам кажется небезынтересным и достаточно важным в практическом плане попытаться проследить, кто же обращается за помощью, какие личностные качества наших клиентов побуждают их к контакту с психологом.

В качестве исходной нами выдвинута гипотеза, что к психологу обращаются не просто «слабые», не умеющие справляться с жизненными трудностями люди, но, главным образом, те, кто склонен к рефлексии, интересуется своим внутренним миром, своими психологическими особенностями и возможностями, стремится реализовать вновь приобретенные знания на практике.

Объектом исследования служат 113 человек (33 мужчины, 80 женщин), обратившихся за психотерапевтической помощью в Томскую областную психиатрическую больницу в течение 1991-93 годов. Возраст испытуемых от 19 до 40 лет.

В качестве методов исследования применены метод ауто-идентификации и идентификации по словесным характерологическим портретам Э.Г.Эйдемиллера, опросник Г.Айзенка, соционический тест Н.Д.Вайсбанда, метод незаконченных предложений в модификации В.Г.Казачковой.

По темпераментным проявлениям среди наших испытуемых преобладают холерики (30%) и меланхолики (50%). Их приводит к психологу свойственная им эмоциональная нестабильность. Холерики в стрессовых ситуациях не всегда способны контролировать свои эмоции и могут обращаться за помощью. Меланхолики делают это из-за повышенной эмоциональной ранимости, замкнутости, отчужденности, которые возникают у них при неблагоприятных условиях. Представители того и другого темперамента – люди чувствительные.

Характерологические особенности представлены в основном лабильным (50%) и сенситивным (30%) типами акцентуаций.

Лабильные испытуемые характеризуются чрезвычайной изменчивостью настроения от незначительных причин, иногда даже и без особого повода (от легкой гипоманиакальности до субдепрессии), добротой, искренней привязанностью, хорошей интуицией. Интуиция этих лиц часто касается того, как к ним относятся люди, которые их окружают. Их «ахиллесова пята» – отвержение со стороны значимых лиц. В друзья они склонны выбирать своего рода «психотерапевта», т.е. человека, который бы их поддерживал, утешал, разделял с ними горести и радости.

Для сенситивов характерна крайняя чувствительность, впечатлительность, ранимость, чувство собственной неполноценности, невысокая общительность. Они так же, как и лабильные, придают большое значение тому, как к ним относятся окружающие, сильно переживая недоброжелательность или подозрение в неблагоприятных поступках, а также испытания типа «экзаменов».

У пациентов с такими характерами всегда находятся причины для консультаций с психологами.

По высшим эмоциям (классификация Б.И.Додонова) все пациенты в большинстве случаев с выраженными альтруистическими и эстетическими проявлениями. Именно такое отношение к себе, к людям и миру в целом побуждает их при решении своих проблем обращаться за консультацией к специалисту. Они решительные, боевые люди (полно представлены эмоции борьбы). Это позволяет сделать активный шаг к разрешению проблем. Многие из них умеют также оперировать знаниями, имеют выраженные гностические эмоции. Психологическая консультация – это как раз тот момент, когда знания о себе и о проблеме расширяются и углубляются. К этому стремятся наши пациенты.

По принадлежности к определенному социотипу согласно данным соционического теста Вайсбанда среди наших подопечных преобладают «гуманисты» (32,1%), «хранители» (11,7%), «энтузиасты» (11,7%), «посредники» (12,4%). Остальные типы встречаются реже.

«Гуманист», по описаниям социоников, является наиболее тонким «психологом». (Мы отметим только психологическую проницательность представителей того или иного типа, добавляя собственные наблюдения.) Это люди с гуманистической направленностью, способные на «безусловную» любовь к людям. Человек этого социотипа умеет создавать у окружающих положительное эмоциональное состояние. Нравственные нормы понимает шире, чем «хранитель», глубоко проникает в суть человеческих взаимоотношений, очень постоянен и привержен определенным нравственным ценностям. Хорошо понимает людей, интересуется мотивами поступков, душевными качествами, точно определяет, каков человек на самом деле, а не каким хочет казаться.

«Хранитель» характеризуется как обладатель эмоционально-чувственного мышления, стремящийся в поведении выдерживать красоту морально-этических норм. Несмотря на хорошую интуицию в межличностных отношениях, общается на далекой психологической дистанции, т.к. опасается отрицательного к нему отношения. Демонстрирует стремление влиять на людей, которое связано и с тонким сенсорным познанием. Как «психолог» привлекает интересом к изучению норм поведения, а также активностью в выборе и принятии решений, творческим к этому подходом. Окружающих привлекает в нем также последовательность, вежливость, корректность.

«Энтузиаст», мышление которого носит также эмоционально-чувственный характер, является «специалистом» по этике эмоций. Он

умеет тонко оценить каждый взгляд, каждое движение, сразу же знает, с каким человеком ему будет «тепло», а с каким – «холодно». Будучи очень гибким в проявлениях эмоций, никогда не допустит нарушений этики в выражении чувств. Всегда умеет подобрать в общении те интонации, которые необходимы и достаточны в данной ситуации. Обладая к тому же еще и тонкой сенсорикой ощущений, чувствует другого, можно сказать, «спиной», запоминает комфортные и некомфортные ощущения. Они служат ему в общении определенным индикатором, на знак которого можно ориентироваться, наслаждаясь приятным и избегая неприятного.

«Посредник» не просто понимает людей, но помогает им чувствовать себя уютно, комфортно, непринужденно, тепло и радостно. Людей привлекает его миролюбие, дипломатичность, мягкость в общении, стремление вызвать приятные эмоции. В трудной ситуации может быть своего рода «психотерапевтом», т.к. умеет рассеять тревогу, снять напряжение, выслушать, посочувствовать.

Таким образом, анализ полученных данных показывает, что к помощи психотерапевта склонны прибегать личности чувствительные, тонко воспринимающие окружающее, стремящиеся к глубокому познанию своего собственного внутреннего мира, своих психологических особенностей, а также придающие большое значение межличностным отношениям, имеющие искренний интерес к другим людям и не желающие доставлять им огорчений. Другими словами, «к психологу ходят психологи». Если к вам на прием приходит клиент-«психолог», следует донести до него эту мысль, объяснить сущность его интереса к приобретению психологических знаний. Если ярлык «слабого» человека, не справляющегося с жизнью, мягко говоря, не очень престижен и часто служит тормозящим фактором при решении вопроса об обращении к психологу, то возведение клиента в ранг «психолога» способствует его самоутверждению и поощряет к сотрудничеству. Такая оценка делает пациента более восприимчивым, гибким и открытым, что, в свою очередь, оптимизирует обращаемость к специалисту, а психологическое консультирование делает более эффективным.