

2. Муздыбаев, К. Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ /К. Муздыбаев //Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – № 2. – Том 1.– С. 102 – 113. Электронный ресурс [Www.jourssa.ru/?q=ru/1998-2](http://www.jourssa.ru/?q=ru/1998-2) \ Дата доступа 30.11.2015.

3. Будыкин, С.В. Психологические последствия экстремальных ситуаций у сотрудников правоохранительных органов и гражданских лиц /С.В. Будыкин, Н.В. Дворянчиков // Психологическая наука и образование. – 2013. – № 2. – С. 5 – 12.

4. Магомед – Эминов, М.Ш. Трансформация личности / М.Ш. Магомед – Эминов. – М.: ПАРФ, 1998 – 496 с.

5. Scott M.J. Translating the psychobiology of post-traumatic stress disorder into clinically useful analogy /M.J. Scott, S.G. Stradling // British Journal of Medical Psychology. – 2001. – V. 74. – 249 – 254 pp.

6. Иванова, С.П. Социокультурная среда как фактор развития личности / С.П. Иванова // Вестник Псковского государственного университета Серия «Психолого-педагогические науки». – 2015 – № 1 – С. 27 – 36.

7. Бурлачук, Л.Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. Л.Ф. Бурлачук, Е.Ю. Коржова. М.: Российское педагогическое агентство, 1998. – 263 с. – Кооб. Ру. Дата доступа 27.04.2015.

8. Парфенова, Н.Б. О подходах к классификации и диагностике жизненных ситуаций / Н.Б. Парфенова //Вестник Псковского государственного университета Серия «Социально – гуманитарные и психолого-педагогические науки» 2009. Выпуск 9 - С. 109 – 117.

9. Блейхер, В.М. Клиническая патопсихология: Руководство для врачей и клинических психологов. / В.М. Блейхер, И.В. Крук, С.Н. Боков. – М.: Издательство Московского психолого – социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2002. – 512 с.

MECHANISMS FOR THE FORMATION OF THE PSYCHOLOGICAL PROBLEM UNDER THE ACTION OF THE PSYCHOLOGICALLY TRAUMATIC SITUATION OR THE PSYCHOLOGICALLY TRAUMATIC ENVIRONMENT

Sokolov Emilia – PhD, associate professor of the department of psychology, educational establishment «Francisk Skorina Gomel State University», Gomel, Republic of Belarus, emiliasokolova@yandex.ru

Key words: psychological problem, situation, environment, subject, life difficulties, stages, mechanisms.

In the article, the mechanism of the transition from a psychotraumatic situation (psycho-traumatic environment) to a psychological problem is considered. The method of research – a theoretical analysis of the literature and logical analysis. As a result of the research, it was established that the mechanism of transition from a psychotraumatic situation to a psychological problem includes a number of consecutive stages. The process begins with the emergence of a situation that creates life's difficulties. The next stage recognizes the difficulties that create obstacles to the realization of the need, they are experienced. Person tries to overcome these difficulties, but realizes that his abilities are not enough. At the second stage, a holistic psychological problem in the mind of a person has not yet developed. At the third stage, a holistic neoplasm arises in the human mind - a psychological problem that includes its interconnected understanding, its experiences, the ways to solve problems or to break out of experiences, and their respective effectiveness. The study allowed to deepen the understanding of the mechanisms of the emergence of a psychological problem, and can be useful to a practical psychologist working with the psychological problems of clients.

УДК 159.99:159.9.016:615.851

Э. А. Соколова,

канд. мед. наук, доцент кафедры психологии, учреждение образования
«Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины,
Гомель, Республика Беларусь,
emiliasokolova@yandex.ru

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА В ПСИХОТЕРАПИИ А. ЧАПМЕН И М. ЧАПМЕН-САНТАНЫ

Ключевые слова: психологическая проблема, проблемно-ориентированная психотерапия, восприятие, энергетические потоки, регуляторы психического здоровья, смысл, переживание.

В статье рассматривается понимание психологической проблемы в проблемно-ориентированном подходе А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны. В понимании авторов подхода проблема воспринимается, переживается, является проблемой субъекта, имеет для него смысл, и человек ищет пути решения проблемы. Проблема, в понимании А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны, имеет когнитивную составляющую, которая недостаточно

сформирована, имеет предпосылки и условия своего возникновения, имеет свою динамику. Психическая травма приводит к нарушению энергетических потоков, что, по мнению А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны, лежит в основе психологической проблемы. А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана подробно описывают нормальные и патологические регуляторы психического здоровья. Они показывают проблемы взаимодействия психотерапевта с клиентом, связанные как с особенностями психотерапевта, так и особенностями клиента. Проведенное исследование раскрывает понимание психологической проблемы в проблемно-ориентированном подходе А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны, и может быть полезно практическому психологу при работе с клиентами.

Актуальность исследования. Многочисленные проблемы человеку приходится решать, и не всегда успешно, в течение всей своей жизни. Помощь в решении проблем призван оказывать психолог или психотерапевт. При этом до настоящего времени нет единого общепризнанного определения понятия «психологическая проблема». Существует значительное количество подходов к оказанию психологической помощи клиенту. Одним из них является проблемно-ориентированная психотерапия, разновидностью которой является проблемно-ориентированная психотерапия А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны [1]. Анализ понимания психологической проблемы в проблемно-ориентированной психотерапии А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны не проводился. Возможно, такой анализ позволит установить, что же такое «психологическая проблема», что, в свою очередь, поможет практическому психологу в решении психологических проблем клиента.

Целью исследования является установление понимания психологической проблемы в проблемно-ориентированной терапии А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны. **Метод исследования** – логический анализ и интерпретация текста с позиции интерпретирующего этот текст психолога. Сам текст не приводится, однако, приводится ссылка на высказывание, с указанием страницы текста, где имеется это высказывание. В понимании психологической проблемы мы опирались на собственные исследования, основанные на анализе многочисленных источников, посвященных изучению проблем и психологических проблем [2]. Курсивом выделены итоги обсуждения.

Результаты исследования. А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана используют термин «проблема» [1]. Грань между понятием «проблема» и психологическая проблема» также не обозначена в современной психологии, поэтому, возможно, авторы пишут именно о психологической проблеме.

О психологической проблеме можно говорить, если:

– она воспринимается, осознается и понимается [2]. Проблемно-ориентированная психотерапия школы А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны не используют понятия «сознание» и «бессознательное», считая их не научными [1, с. 47]. Одним из основных понятий в проблемно-ориентированной терапии А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана считают понятия «восприятие-невосприятие» [1, с. 44]. Они отмечают, что проблема пациента имеет свои причины, которые пациент не всегда воспринимает, как не всегда воспринимает нюансы эмоционального отношения других к себе в процессе межличностных отношений [1, с. 70]. Кроме этого, пациент не всегда отдает себе отчет о своих значимых личностных характеристиках [1, с. 31], имеющих значение, с точки зрения психотерапевта, для возникновения и наличия проблем [1]. То есть, авторы пишут не только о невосприятии, но и о непонимании человека, у которого имеется проблема, – ее предпосылок. *Это свидетельствует о том, что в проблемно-ориентированном подходе А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны, во-первых, речь идет о наличии когнитивной составляющей проблемы, во-вторых, указывается, что эта когнитивная составляющая недостаточно сформирована;*

– проблема для человека имеет смысл [2]. Как пишут А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана, психотерапевт получает от пациента информацию о сути проблем пациента и предпосылках этих проблем [1, с. 29]. Это значит, что клиент выделяет проблему, и понимает, что у него имеется проблема. Она для него имеет смысл, иначе бы он не обратился со своей проблемой за помощью к психологу. *Проблема в проблемно-ориентированном подходе А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны имеет смысл для человека;*

– она переживается [2]. Авторы рассматривают многие ситуации взаимодействия с другими людьми, в которых проявлялась проблема пациента, а также многообразие переживаний, которые пациент испытывал при этих ситуациях взаимодействия [1, с. 41]. А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана выделяют чувства, сопровождающие событие, как указание на ценность события и самостоятельную ценность чувств [1, с. 71]. Авторы указывают на депрессивные переживания, страхи, сопровождающие проблему [1, с. 72]. *То есть, в проблемно-ориентированной терапии А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны проблема переживается;*

– она является проблемой субъекта [2]. А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана указывают, что пациент сам определяет, какой смысл для него имеют те или иные события [1, с. 35]. Это значит, что человек их воспринимает, понимает и придает им тот или иной смысл. Возможно, что смыслом события для него является возникновение вследствие этого события проблемы. То есть, человек проявляет активность в отношении своей проблемы. Активность является качеством субъекта [3], поэтому человек в проблемно-ориентированном подходе А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны является субъектом своей психологической проблемы;

– психологическая проблема имеет предпосылки и условия своего существования [2]. В основе возникновения психологических проблем, по мнению А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана, могут лежать нездоровые энергетические потоки или дефицит энергии [1, с. 117]. Про энергетический потенциал и дефицит энергии пишет З. Фрейд [4]. Понятие «понижение» энергетического потенциала рассматривается и в исследованиях В.Н. Мясищева, который считал, что утомление протекает с нарушением силового фонда организма [5].

А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана рассматривают нездоровые энергетические потоки, которые, по мнению авторов, приводят к проблеме или лежат в основе проблемы [1]. При этом основной источник нарушения энергетических потоков авторы видят в психической травме, вызванной межличностными отношениями прошлого [1, с. 118], но не склонны связывать все проблемы пациента с психологической травмой детства [1, с. 32]. Авторы указывают, что каждая черта личности пациента имеет свою предысторию в межличностных отношениях [1, с. 60]. А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана указывают на роль в формировании личностных черт особенностей энергетических потоков, при разных ситуациях взаимодействия [1, с. 117]. *Авторы описывают предпосылки и условия возникновения проблем;*

– психологическая проблема имеет динамику [2]. А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана опираются на понимание энергетических потоков для связи отдельных феноменов в единое целое [1, с. 127]. Понятие «энергетический поток» для них связано с динамикой жизни и динамикой проблемы [1, с. 127]. *Авторы указывают на наличие динамики проблем;*

– психологическая проблема проявляется в субъективных и объективных симптомах [2]. Представления проблемно-ориентированных психотерапевтов школы А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана опираются на наблюдаемые при взаимодействии людей поведенческие и вербальные проявления [1, с. 52]. Авторы указывают на наличие симптомов психологической проблемы [1, с. 32]. *Авторы подробно рассматривают симптомы проблемы;*

– проблема имеет действенную составляющую [2]. А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана пишут, что в процессе жизни постоянно возникают эмоциональные проблемы, которые человеку приходится решать [1, с. 79]. *Человек не только воспринимает, понимает и переживает проблему, но и пытается ее решить.*

А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана указывают на некоторые виды проблем: эмоциональные проблемы, проблемы взаимодействия, проблемы регуляции психического здоровья. К регуляторам эмоционального здоровья А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана относят: способы решения эмоциональных проблем; поведение человека в межличностных отношениях, и ряд других [1].

По мнению А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны, главной проблемой человека может явиться поиск нормальных регуляторов психического здоровья и необходимость ухода от использования его патологических регуляторов [1].

Патологические регуляторы психического здоровья в *проблемно-ориентированном подходе А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны* включают: уход от контактов, который снижает возможности получения при этих контактах риска эмоциональной травмы, и обеспечивает человеку определенную эмоциональную стабильность; регрессию, связанную с избавлением от психического напряжения в контактах; отрицание, которое дает на время избавление от негативных переживаний, связанных с проблемой; навязчивые мысли и действия, которые временно избавляют от негативных переживаний; и другие. Патологические регуляторы, по мнению авторов, с одной стороны, помогают человеку снизить эмоциональную напряженность своих проблем, с другой – приводят к негативным последствиям [1].

Рассматривая взаимодействие клиента с психотерапевтом, авторы указывают на ряд проблем такого взаимодействия. 1. У психотерапевта могут быть проблемы, влияющие на его взаимоотношения с пациентом. 2. В процессе диалога пациента и психотерапевта происходит обмен не только вербальной, но и невербальной информацией. На основе, полученной от психотерапевта, главным образом, невербальной информации пациент решает, о чем ему стоит говорить психотерапевту, а о чем нет, так как, он считает, что психотерапевта это не интересует [1], *то есть психотерапевт во взаимодействии с клиентом является субъектом, у которого также могут быть проблемы, которые он понимает и переживает.*

Во взаимодействии с психотерапевтом патологическими регуляторами являются: безропотное согласие, нападки на психотерапевта, заигрывание, комплименты в адрес психотерапевта [1]. *Клиент во взаимодействии с психотерапевтом ведет себя активно, пытаясь каким-то образом повлиять на психотерапевта.*

Появление проблем во взаимодействии – это негативная составляющая, однако, взаимодействие в психотерапевтическом процессе включает и позитивную составляющую – то, что психотерапевт соучаствует в переживаниях пациента [1], общую направленность на решение проблемы клиента, доверие клиента, активный поиск психотерапевтом симптомов проблемы и способов ее решения. Учитывая, как активность клиента, так и активность психотерапевта во взаимодействии друг с другом, можно отнести понимание взаимодействия психотерапевта и клиента в проблемно-ориентированной психотерапии А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны к межсубъектному.

Обсуждение результатов исследования. В исследовании выявлены особенности понимания психологической проблемы авторами

одного из направлений проблемно-ориентированной психотерапии А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны. Новым, по сравнению с пониманием психологической проблемы другими авторами, является:

- исключение понятия «осознание» применительно к психологической проблеме;
- выделение роли энергетических потоков в ее возникновении;
- обозначение регуляторов психического здоровья, в том числе, патологических регуляторов;
- показ неоднозначности роли патологических регуляторов в профилактике и решении психологических проблем;
- указание на действие патологических регуляторов во взаимодействии психотерапевта и клиента как со стороны психотерапевта, так и со стороны клиента.

Выводы:

1. А. Чапмен и М. Чапмен-Сантана употребляют термин «проблема», однако, учитывая их понимание проблемы, речь идет о проблеме психологической.

2. В понимании А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны, состав психологической проблемы включает взаимосвязанные между собой понимание, переживание, способы решения проблем, что соотносится с пониманием психологических проблем в исследованиях других авторов [2, 6].

3. К особенностям понимания психологической проблемы в проблемно-ориентированной психотерапии А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны относится исключение применительно к пониманию психологической проблемы термина «осознание».

4. В проблемно-ориентированной психотерапии А. Чапмен и М. Чапмен-Сантаны значительное место отводится пониманию регуляторов психического здоровья, среди которых авторы выделяют патологические регуляторы.

5. Авторы подробно описывают симптомы психологической проблемы.

6. За счет понимания роли энергетических потоков в возникновении психологической проблемы, роли регуляторов психического здоровья, подробного анализа симптомов психологической проблемы понимание психологической проблемы обогащается и углубляется.

Список цитированных источников

1. Чапмен, А. Проблемно-ориентированная психотерапия / А. Чапмен, М. Чапмен-Сантана; пер. с англ. и общая ред. А. Копытина. – СПб.: Питер, 2001. – 240 с.