

# **ОСОБЛИВОСТІ ІНТЕРПРЕТАЦІЙ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ ФАХІВЦІВ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФІЛЮ ДІЯЛЬНОСТІ**

**Афанасьєва Н.Є.,**

**Національний університет цивільного захисту України, доцент  
кафедри загальної психології, кандидат психологічних наук, доцент**

**Постановка проблеми.** Актуальними питаннями екстремальної та кризової психології є вивчення психосоціальних наслідків катастроф, надзвичайних ситуацій, особливих умов діяльності, їх вплив на психічне здоров'я фахівців ризиконебезпечних професій і розробка методів мінімізації таких наслідків. За допомогою психологічного консультування можна суттєво полегшити стан людини і певною мірою запобігти наслідки психологічної травми.

Професії екстремального профілю пов'язані з дією найсильніших стресогенних факторів. Невизначеність обстановки, яка складається, постійне очікування небезпеки, необхідність безперервного логічного та психологічного аналізу мінливої обстановки, напруження уваги, зіткнення з людським горем надають потужного і неоднозначного впливу на психіку людини, вимагають мобілізації всіх її фізичних і психічних можливостей для ефективного вирішення поставлених завдань. Тому психологічне консультування є важливим чинником збереження професійного здоров'я та професійного довголіття.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Інтерпретація у психологічному консультуванні – це процес надання додаткового значення або нового пояснення внутрішнім переживанням або зовнішнім подіям клієнта, або зв'язування між собою розрізнених ідей, емоційних реакцій і вчинків, вибудовування певного причинного зв'язку між психічними явищами [6].

Історично інтерпретація розглядалась як найвища інстанція в ієрархії принципів та одна з базисних технік у психоаналізі. У сучасному психоаналізі

інтерпретація використовується і як синонім вербального та невербального впливів на пацієнта, і як специфічне різноманіття вербальної участі у психоаналітичному процесі [5].

Характерною рисою позитивної психотерапії Н. Пезешкіана, наприклад, є намагання отримати від клієнтів найбільш широкий огляд можливостей інтерпретації окремих симптомів чи захворювання у цілому [4].

Використання метатеоретичної та транскультурної інтерпретації та реінтерпретації сприяє розширенню горизонтів усвідомлення поведінки, визнанню відносності власної системи цінностей, що зумовлює розхитування пересторог і бар'єрів на шляху психотерапевтичної комунікації та пошук альтернативних можливостей клієнтів [6].

Інтерпретація як узагальнення передбачає перехід до іншого масштабу уявлення про ситуацію або приведення в єдину систему розрізнених, не пов'язаних у свідомості клієнта деталей психологічної ситуації, що сприяє новому розумінню власних проблем; інтерпретація як аналогія за допомогою певного яскравого образу, метафори стимулює мисленнєві можливості клієнта, сприяє самостійному пошуку ним способів вирішення психологічної задачі [1].

Інтерпретація як одне з консультативних завдань передбачає також інтерпретацію невербальної поведінки клієнта [2].

В екзистенційній парадигмі інтерпретація виділяється окремим етапом процесу надання клієнту психологічної допомоги. На цьому етапі взаємодії з клієнтом психолог може запропонувати власну інтерпретацію проблем клієнта у вигляді гіпотези, версії, спостерігаючи за реакцією суб'єкта або спільно з ним знаходити прийнятний варіант інтерпретації психологічної ситуації, відфіксувавши уже «активізовані області» для подальшого осмислення та інтерпретації [3].

Але сучасні підходи до психологічного консультування та до використання конкретних технік, зокрема, інтерпретації, не дають змістовної характеристики специфіки консультування фахівців ризиконебезпечних професій.

**Метою** даної статті є аналіз проблеми інтерпретування змісту висловлювань, досвіду, поведінки та почуттів клієнтів – представників даної категорії спеціалістів.

**Виклад основного матеріалу.** Аналіз професійної діяльності, професійно-важливих якостей особистості, травматичного досвіду тощо дозволив нам визначити специфіку консультування даної категорії клієнтів. Це: ускладнений процес встановлення консультативного контакту та складання контракту, опір процесу консультування загалом, низька рефлексивність, особливості запитів і мотивів звернення за допомогою, гендерний аспект, низька готовність до прийняття інтерпретацій, амбівалентність почуттів і / або алекситимія і т.п. Все це висуває особливі вимоги, як до процесу консультування, так і до особистості консультанта.

Виходячи зі специфіки поставленої нами мети, ми вважаємо за краще таке визначення, менш оцінне і директивне: інтерпретація передбачає ознайомлення клієнта з гіпотезами про внутрішні зв'язки або сенси схем його поведінки, здійснюване для подальшого обмірковування клієнтом. У такому розумінні інтерпретація надає клієнтові більше свободи у вирішенні його проблем.

Інтерпретація – складна техніка. Для того щоб використовувати її правильно, слід враховувати ряд додаткових моментів: 1 ) готовність клієнта до прийняття інтерпретації, запропонованої консультантом; 2 ) адекватність даного моменту бесіди для формулювання інтерпретації. Для того щоб інтерпретація була прийнята, вона повинна бути у певному сенсі очевидною для клієнта, тобто безпосередньо впливати з того, що докладно обговорювалося за час бесіди. Пропонована інтерпретація будується консультантом на підставі власних гіпотез та інформації, що підтверджує або спростовує їх. При інтерпретації консультант випереджає свідомі вербалізації клієнта настільки, щоб стимулювати подальше обдумування, але все ж не до такої міри, щоб клієнт безнадійно відстав.

Разом з інтерпретацією у консультуванні фахівців ризиконебезпечних професій часто використовується конфронтація. У даному випадку консультант представляє увазі клієнта ідеї та почуття, які можна охарактеризувати як неявні і несвідомі. Застосовуючи цей метод, консультант зіштовхує клієнта з його власними висловлюваннями, однак пов'язує минуле з сьогоденням, вказує на риси подібності, на відмінності та невідповідності, які не усвідомлені клієнтом.

Види інтерпретацій, які використовуються у процесі консультування фахівців екстремального профілю:

➤ Асоціативна інтерпретація. У цьому варіанті інтерпретації консультант пропонує гіпотезу, яка встановлює зв'язок, вказує на асоціацію між явними або неявними думками і почуттями клієнта. Розрізняють чотири основні форми асоціацій: 1. За подібністю. Консультант може об'єднувати дві ідеї із схожим змістом. 2. За контрастом. Консультант може виявляти асоціацію між двома несхожими речами. 3. За суміжністю. Консультант може виявляти асоціацію між речами, суміжними у часі або просторі. 4. За віддаленістю. Консультант може виявляти асоціацію між ідеями чи почуттями, розділеними у часі або просторі. У всіх випадках асоціативної інтерпретації консультант може пов'язувати один з одним почуття або ідеї, які виявлялися на попередніх сеансах, і які мають якесь відношення до почуттів, висловлюваним клієнтом зараз. Можна сказати, що тим самим консультант долає просторову або часову розрізненість думок і почуттів клієнта, щоб зробити їх більш зрозумілими, стимулювати тонку їх диференціацію або ж сприяти інтеграції думок і почуттів.

➤ Навідні інтерпретації. У цьому випадку консультант натякає клієнту на певні ідеї та почуття, пов'язані з уже актуалізованим матеріалом. Мається на увазі, що ці ідеї і почуття «несвідомо представлені» у матеріалі клієнта, хоча і не вербалізовані їм свідомо. За допомогою такої інтерпретації існуючі зв'язки вербалізуються. Навідна інтерпретація відрізняється від власне інтерпретації тим, що у бесіду не привносить нічого нового – за винятком того, що «несвідомо», вельми неявно малося на увазі у висловлюваннях клієнта. При власне інтерпретації увазі клієнта пропонуються гіпотези або смислові

паралелі, які консультант може, як вважати, так і не вважати неявно представленими у матеріалі клієнта.

У навідних інтерпретаціях виділяють п'ять різновидів. 1. Задаюча темп інтерпретація. У цьому випадку консультант формулює відображення таким чином, щоб дещо прискорити темп для клієнта. Консультант лише трохи випереджає мислення клієнта, однак саме у тому напрямку, в якому, як він вважає, підсвідомо рухається сам клієнт. 2. Селективна інтерпретація. Застосовуючи цей тип, консультант вибірково виділяє ті почуття чи ідеї, виражені клієнтом, які консультант вважає терапевтично значущими, хоча клієнт і не вбачав у цих почуттях чи ідеях подібних особливостей. 3. Інтерпретація за допомогою ярликів. У даному випадку консультант використовує деякі з поширених у психології ярликів, які, можливо, допоможуть клієнту краще зрозуміти ситуацію. 4. Інтерпретація нездорових або неспроможних психологічних установок. 5. Гумористична інтерпретація. У цьому різновиді інтерпретації консультант вдається до гумору, який допомагає клієнтові знайти перспективу, допомагає краще переносити тривожність, яка нерідко забирає сили, необхідні для прийняття рішень.

Зміст інтерпретацій визначається конкретною стадією консультаційного процесу. На перших сеансах може виявитися необхідним, щоб консультант інтерпретував психологічні установки клієнта по відношенню до консультацій взагалі, а також значення його опору. Спочатку інтерпретації загальні і гіпотетичні, а головне їх призначення зводиться до роз'яснення клієнтові суті процесу і до розкриття нових перспектив для мислення клієнта. Пізніше інтерпретації приймають вид роз'яснень того, як формуються і працюють захисні механізми, пов'язані з неусвідомленими спонуканнями клієнта. На цій, середній, стадії процесу консультант надає своїм інтерпретаціям більшу конкретність. Наприкінці фази «проробки» він дає інтерпретації більш загальні і декілька невизначені, щоб спонукати клієнта самостійно зайнятися інтерпретаціями. Крім того, консультант має на меті зняти наявні питання, а не піднімати нові проблеми. Кращі інтерпретації формулюються на основі власних

виразів і термінів клієнта. Консультанту не обов'язково у точності повторювати слова клієнта, проте він повинен дотримуватися такого ж загального стилю і концептуального рівня.

*Недоліки методу інтерпретацій.* Інтерпретаційна техніка несе небезпеку передчасного перекладу проблеми клієнта у надмірно інтелектуальну площину, тим самим сприяючи зловживанню інтерпретацією в якості захисного механізму. Відбувається це тому, що клієнт шукає всі можливі засоби, щоб оберегти себе від усвідомлення своїх почуттів. Він не готовий покласти відповідальність за контроль над своїми почуттями на консультанта. Однак є можливість ефективно застосовувати інтерпретації для підсилення саме емоційної залученості клієнта.

**Висновки.** Основна мета використання інтерпретацій у консультуванні фахівців екстремального профілю – у здійсненні самоінтерпретацій, відображенні почуттів, розвитку рефлексивності.

### Література

1. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования : проблемный подход / П. П. Горностай, С. В. Васьковская. – К. : Наукова думка, 1995. – 128 с.
2. Лабунская В. А. Проблема обучения кодированию – интерпретации невербального поведения / В. А. Лабунская // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18, №5. – С. 85–94.
3. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Мэй Р. – М. : Независимая фирма «Класс», 1994. – 144 с.
4. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия / Пезешкиан Н. – М. : Институт позитивной психотерапии, 2006. – 464 с.
5. Сандлер Дж. Пациент и психоаналитик : основы психоаналитического процесса / Сандлер Дж., Дэр К., Холдер А. – М. : Смысл, 1995. – 194 с.
6. Славская А. Н. Интерпретация как предмет психологического исследования / А. Н. Славская // Психологический журнал. – 1994. – Т. 13, № 3. – С. 78–88.

## **АННОТАЦИИ**

### **ОСОБЕННОСТИ ИНТЕРПРЕТАЦИЙ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Афанасьева Н.Е.**

В статье представлен теоретический анализ особенностей психологического консультирования специалистов экстремальных видов деятельности. Особое внимание уделено использованию такой консультативной техники, как интерпретация. Выявлено, что для клиентов данной категории следует использовать технику интерпретации специфическим образом, учитывая те параметры, которые не имеют значения при консультировании других категорий клиентов.

**Ключевые слова:** психологическое консультирование, специалисты экстремального профиля, техники психологического консультирования, техника интерпретации.

### **ОСОБЛИВОСТІ ІНТЕРПРЕТАЦІЙ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ ФАХІВЦІВ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФІЛЮ ДІЯЛЬНОСТІ**

**Афанасьєва Н.Є.**

У статті представлений теоретичний аналіз особливостей психологічного консультивання фахівців екстремальних видів діяльності. Особливу увагу приділено використанню такої консультативної техніки, як інтерпретація. Виявлено, що для клієнтів даної категорії слід використовувати техніку інтерпретації специфічним чином, враховуючи ті параметри, які не мають значення при консультиванні інших категорій клієнтів.

**Ключові слова:** психологічне консультивання, фахівці екстремального профілю, техніки психологічного консультивання, техніка інтерпретації.

## **PARTICULAR INTERPRETATIONS IN THE PSYCHOLOGICAL COUNSELLING SPECIALISTS OF EXTREME ACTIVITY PROFILE**

**Afanasieva N.**

The paper presents is a theoretical analysis of the features of professional psychological counseling extreme activities. Special attention is given to the use of such an advisory technique, as an interpretation. Found that the clients should use the technique of interpreting the specific way given the parameters that have no values when advising other clients.

**Keywords:** psychological counseling, specialists extreme profile, psychological counseling techniques, techniques of interpretation.