

УДК 159.9

Теоретичні аспекти психолого-педагогічної консультації як одного з видів психологічної допомоги студентам вищого навчального закладу

Пляка Л. В.

У статті розглянуто зміст понять «консультація», «консультування», «психологічне консультування». Наукове дослідження висвітлює проблему надання психологічної допомоги суб'єктам освітнього середовища вищого навчального закладу, визначає специфіку психолого-педагогічного консультування як окремого виду психологічної допомоги. Автор звертає увагу на мету, завдання та принципи взаємодії «клієнт – консультант» в процесі надання психологічної допомоги учасникам навчально-виховного процесу.

Ключові слова: консультація, психологічна консультація, клієнт, індивідуальне консультування.

В статье рассмотрено содержание понятий «консультация», «консультирование», «психологическое консультирование». Научное исследование освещает проблему предоставления психологической помощи субъектам образовательной среды высшего учебного заведения, определяет специфику психолого-педагогического консультирования как отдельного вида психологической помощи. Автор обращает внимание на цель, задание и принципы взаимодействия «клиент – консультант» в процессе предоставления психологической помощи участникам учебно-воспитательного процесса.

Ключевые слова: консультация, психологическая консультация, клиент, индивидуальное консультирование.

Maintenance of concepts «consultation», «advising», «psychological advising», is considered in the article. Scientific research lights up the problem of grant of psychological help to the subjects of educational environment of higher educational establishment, determines the specific of the psychological advising as a separate type of psychological help. An author pays attention to aim, task and principles of co-operation a «client is a consultant» in the process of grant of psychological help to the participants of educational-educator process.

Keywords: consultation, psychological consultation, client, individual advising.

Постановка проблеми. Розвиток психологічної науки в нашій країні і за її межами супроводжується підвищенням інтересу до проблем надання психологічної допомоги. Психологічне консультування виникло у відповідь на потреби людей, які шукають допомоги і підтримки кваліфікованого фахівця. Цей вид допомоги є однією з основних форм практичного застосування професійних можливостей психолога в усіх сферах життєдіяльності і, зокрема, у системі освіти.

У житті кожної людини бувають такі критичні моменти, коли ускладнюються взаємовідносини з оточенням, загострюються внутрішні суперечності, стають нестерпними переживання стосовно свого положення, яке здається безвихідним. Особливо потребують кваліфікованої психологічної допомоги молоді люди (студенти), становлення життєвих позицій і переконань яких пов'язане з віковими кризами, розвитком емоційно-вольової сфери, формуванням професійного світогляду тощо. Саме психолого-педагогічне консультування, як один з видів надання психологічної допомоги студентам вищого навчального закладу, покликане допомогти їм вирішити психологічні проблеми.

Аналіз останніх досліджень. Питання психологічного консультування впродовж останніх років привертає увагу науковців (Г. Бурменська, І. Дубровіна, О. Карабанова, В. Острова, В. Панок та ін.). Вітчизняними психологами розроблені різні теоретичні підходи щодо практичної консультативної допомоги, а саме: особистісний підхід (В. Рибалка), діалогічний підхід (різні його напрями розробляються А. Копйовим, О. Соколовою, Т. Флоренською та ін.), осмислення психологічної допомоги в контексті православно-християнства (Б. Братусь, С. Хоружий, Ю. Міславський, А. Зубов, Г. Онищенко та ін.), суб'єктивно-особистісний підхід (І. Вінов) тощо.

Враховуючи сучасний стан розробки даної проблеми ми ставимо перед собою завдання проаналізувати, узагальнити та викласти основні теоретичні аспекти психолого-педагогічної консультації як одного з виду психологічної допомоги студентам вищого навчального закладу.

Виклад основного матеріалу. Психолого-педагогічне консультування – один з основних видів надання психологічної допомоги учасникам навчально-виховного процесу вищого навчального закладу, що ґрунтується на рекомендаціях, порадах та психологічній підтримці.

У теорії і практиці психологічної допомоги в нашій країні широко застосовуються праці західної психології, котра має свої традиції щодо тлумачення понять «консультування». Відомий психолог і психотерапевт Р. Нельсон-Джоун розглядає термін «консультування» як особливий вид допомоги, як психологічний процес [6]. Психолог і психотерапевт К. Роджерс [12] впевнений, що психологічне консультування являє собою структуровану, вільну від розпоряджень взаємодію, яка забезпечує можливість клієнта свідомо досягти позитивних змін в особистісному житті.

З'ясовуючи зміст поняття «консультація», передусім звернемося до словників, які відображають певну інтеграцію усіх сучасних підходів до визначення тих чи тих понять. Так у тлумачному словнику української мови А. Івченка, термін «консультація» подається у такому визначенні: порада фахівця з якого-небудь питання [3, с. 192]. С. Ожегов [8] визнає «консультацію» як раду спеціалістів; установу, що надає поради.

У вітчизняній психології загальноприйнятим є розуміння психологічного консультування як психологічної допомоги. Зокрема, Б. Карвасарський [4] зауважує, що психологічне консультування

передбачає допомогу клієнту в усвідомленні його проблеми і пошуку шляхів та способів її вирішення. Поділяючи цю думку, російські психологи Б. Мещеряков та В. Зінченко стверджують, що психологічна консультація забезпечує повноцінну орієнтацію клієнта в самому собі, у ситуації, що склалася [13, с. 325].

У галузі вікової та педагогічної психології поняття «психологічне консультування» найчастіше трактується як вид психологічної допомоги, що має діагностично-рекомендаційний характер і є засобом підвищення психологічної компетентності педагогів і батьків (І. Дубровіна) [14]. Досліджуючи цю проблему, вітчизняні науковці В. Панок, Н. Чепелева, Т. Титаренко [10, с. 269] стверджують, що кожна психологічна консультація передбачає глибинні зміни в особистості людини.

З огляду на викладене зауважимо наявність акцентів у визначенні поняття «психологічне консультування» як одного з видів психологічної допомоги студентам вищого навчального закладу. Психологічне консультування має діагностично-рекомендаційний характер; є засобом підвищення психологічної компетентності учасників навчально-виховного процесу вищого навчального закладу; передбачає допомогу клієнту в усвідомленні його психологічної проблеми і пошуку шляхів та способів її вирішення; забезпечує повноцінну орієнтацію суб'єкта освітнього простору в самому собі, у ситуації, що склалася; передбачає глибинні зміни в особистості.

Здійснений аналіз дефініцій психологічної консультації уможливив зробити висновок: психологічне консультування – це кваліфікована допомога психолога клієнту (клієнтам) у пошуку шляхів вирішення особистісної чи професійної проблеми, визначенні психологічних особливостей індивіда та шляхів професійного чи індивідуального розвитку. Психологічне консультування є видом спеціально організованого спілкування, в процесі якого психолог допомагає клієнтові актуалізувати додаткові сили і здібності, щоб знайти вихід із складних для нього обставин.

Психолого-педагогічне консультування, як вид психологічної допомоги студентам вищого навчального закладу, орієнтовано на психічно здорову особистість, частіше на її сьогодення і професійне майбутнє. Студентів, які потребують консультативної чи корекційної допомоги, називають клієнтами.

Клієнт – це нормальна, фізично і психічно здорова людина, у житті якої виникли проблеми психологічного чи поведінкового характеру, яка нездатна вирішити їх самостійно і тому потребує сторонньої допомоги [9]. Е. Лютова-Робертс у своїх дослідженнях стверджує, що психологічне консультування повинен проводити психолог, який може інформувати клієнта, пропонувати йому на вибір готові варіанти рішень, давати рекомендації та професійні поради [5].

Згідно твердження Б. Карвасарського [4] існує три основні підходи до психологічного консультування:

- проблемно-орієнтоване консультування, яке фокусується на аналізі сутності внутрішніх і зовнішніх причин проблеми, пошуку шляхів її вирішення;
- особистісно-орієнтоване консультування спрямоване на аналіз особистісних причин виникнення проблемних і конфліктних ситуацій;
- психологічне консультування орієнтоване виявлення ресурсів для розв'язання психологічної проблеми.

У вищому навчальному закладі практичний психолог в процесі надання психолого-педагогічної консультації активно використовує особистісно-орієнтований підхід, який надає можливість студентам отримати адресну допомогу у вирішенні психологічних проблем,

Головною метою психологічного консультування, на думку К. Роджерса [12], є досягнення клієнтом самопізнання. Дослідник стверджує, що процес саморозвитку особистості керується теорією самоаналізу, згідно якої кожна людина може самостійно або за допомогою консультанта досліджувати свої підсвідомі процеси: визначати чинники, що заважають особистісному зростанню, розкривати їх причини, прояви і наслідки, виявляти взаємозв'язки з іншими схильностями, що дозволяють позбавитися від невпевненості в собі.

Основним змістом роботи практикуючого психолога у вищому навчальному закладі є проблема збереження психічного здоров'я всіх учасників педагогічного процесу, допомога у розв'язанні різноманітних особистісних і професійних проблем, які мають психологічне підґрунтя. Згідно проведених досліджень, у багатьох студентів, що навчаються у вищому навчальному закладі, виникають проблеми психологічного характеру, які вони нездатні вирішити самостійно і звертаються за допомогою до своїх батьків, товаришів, викладачів, лікарів та психологів. Такими проблемами психологічного характеру студентів є: адаптація першокурсників до нових умов навчання, труднощі у навчанні, невпевненість у собі, особистісний та професійний саморозвиток, подолання страхів, конфліктні ситуації як з ровесниками так і з викладачами, стресові та депресивні стани, що є наслідком конфліктів тощо.

Завданням психолого-педагогічного консультування студентам вищого навчального закладу є надання психологічної інформації, яка сприяє подоланню внутрішньоособистісного конфлікту, активізації психічних ресурсів і виробленню адекватних форм поведінки у складних життєвих ситуаціях. Саме від ефективності психологічної допомоги значною мірою залежить якість підготовки майбутніх фахівців.

Психолого-педагогічне консультування студентів вищого навчального закладу здійснюється психологом у вигляді порад та рекомендацій. Основною його метою є:

- формування у студентів психологічної компетентності та культури;
- розвиток професійних здібностей;
- оптимізація міжособистісної взаємодії з суб'єктами освітнього простору;
- сприяння особистісному та професійному розвитку;

- розвиток життєвих навичок, спрямованих на заохочення вести здоровий спосіб життя тощо.

В. Горяніна стверджує, що кожна консультативна взаємодія унікальна й неповторна [2]. Взаємодія «студент – психолог» побудована таким чином, що створюється безпечна атмосфера довіри, яка заохочує вольову поведінку клієнта, сприяє позитивним змінам особистості. Практичний психолог на консультації уважно слухає студента, надає йому можливість розповісти про свою психологічну проблему, вести себе вільно, без страху засудження чи покарання. Психолого-педагогічне консультування, як окремий вид психологічної допомоги студентам, відрізняється від інших видів психологічної допомоги рядом особливостей, а саме:

- особливості проблематики;
- немедична парадигма в розумінні клієнта;
- спрямованість на зміну поведінки й розвиток особистості студента вищого навчального закладу;
- орієнтація на професійне майбутнє студентів;
- короткочасний та епізодичний характер психологічної консультації тощо.

В. Панок, Н. Чепелева, Т. Титаренко [10] взаємодію «клієнт – консультант» розрізняють за тривалістю їхньої співпраці, а саме:

- разова консультація (триває 45–60 хв.);
- короткотермінове консультування (триває впродовж 3–4 зустрічей);
- середньотермінове консультування (здійснюється впродовж 10–15 зустрічей);
- тривале консультування (психолог працює з клієнтом впродовж року).

Життя студентів будується за нормами і правилами навчального закладу, де відбувається навчання, що в свою чергу зумовлює у них певні психологічні труднощі. Допомогти студентам у вирішенні психологічних проблем покликана саме психологічна служба. Психологічна допомога студентам здійснюється фахівцями психологічної служби через індивідуальні та групові консультації, за допомогою мережі Інтернет в режимі «on-line» тощо.

Українські психологи В. Панок та В. Острова [11, с. 108] у своїх дослідженнях звертають увагу на те, що індивідуальне консультування може виконувати не лише функцію психологічної підтримки, а й просвіти та психологічного забезпечення навчально-виховного процесу, зокрема сприяти полегшенню адаптації студентів до умов навчання тощо.

Так під час індивідуальної психолого-педагогічної консультації психолог може здійснювати:

- інформування студента (надання інформації за результатами психодіагностичного дослідження);
- корекцію (зміна ставлення студента до себе, свого відношення до певних видів навчальної діяльності чи обставин).

Індивідуальні консультації психолога допомагають студентам позбутися таких психічних станів як тривожність, страх, стрес, депресія тощо. Ці стани заважають їм здійснювати особистісний та професійний саморозвиток, якісно здобувати професійні знання, виконувати професійні обов'язки, будувати професійні перспективи, налагоджувати стосунки з однолітками та викладачами. Після кваліфікованої індивідуальної психолого-педагогічної консультації студент вищого навчального закладу має можливість швидко і якісно вирішити свої психологічні проблеми і продовжувати самостверджуватись як в особистісному так і в професійному житті.

Групове консультування студентів зорієнтоване на виявлення і ефективне подолання наявних психологічних труднощів в процесі спільної навчально-пізнавальної діяльності, ефективне вирішення конфліктних ситуацій у студентському колективі, налагодження комфортної комунікативної взаємодії суб'єктів педагогічного простору.

Психолого-педагогічне консультування студентів в режимі «on-line» має свої переваги і недоліки. За допомогою мережі ІНТЕРНЕТ студент має можливість швидко отримати інформацію чи відповідь на сформульоване ним конкретне запитання, ознайомитися з літературою психологічного характеру, отримати тестові методики, результати індивідуального психодіагностичного дослідження тощо. Практика стверджує, що ця форма проведення психолого-педагогічної консультації студентам вищого навчального закладу не може повністю замінити безпосереднє спілкування з психологом і забезпечити якість надання психологічної допомоги. Перевагою такого виду психолого-педагогічного консультування можна вважати оперативність і своєчасність отримання психологічної інформації.

Ефективність психологічної консультації як одного з видів психологічної допомоги студентам вищого навчального закладу забезпечується завдяки дотриманню таких принципів взаємодії «студент – психолог»:

- принцип добровільності (студент сам звертається до психолога);
- принцип конфіденційності (психолог зберігає у таємниці все, що стосується клієнта);
- принцип доброзичливого ставлення до клієнта (вияв емоційної теплоти й поваги, вміння прийняти студента таким, яким він є);
- принцип професійної мотивованості (психолог захищає інтереси клієнта).

Р. Немов [7] зауважує, що реалізація принципів психологічного консультування можлива за таких умов:

- клієнт, який звертається до психолога, повинен мати реальну проблему психологічного характеру та усвідомлюване бажання якнайшвидше її вирішити;
- психолог, до якого звернулися за допомогою, повинен мати досвід психологічного консультування і відповідну професійну психологічну підготовку;

▪ витрати часу на консультування повинні бути достатніми для розуміння і пошуку оптимального вирішення психологічної проблеми, яка хвилює клієнта, а також для успішного її подолання спільно з клієнтом;

▪ клієнт повинен чітко дотримуватися наданих психологом-консультантом рекомендацій.

Критерієм ефективності психологічного консультування, на думку Г. Абрамової, є поява в іншої людини (клієнта) нових переживань з приводу своєї проблеми [1]. Отже, кожна психолого-педагогічна консультація студентам вищого навчального закладу покликана сприяти їхньому особистісному та професійному розвитку, спонукати їх до ефективного вирішення проблем психологічного чи поведінкового характеру.

ВИСНОВОК. У вищому навчальному закладі психолого-педагогічне консультування є видом спеціально організованого спілкування, в процесі якого психолог на основі спеціальних професійно-наукових знань надає кваліфіковану допомогу студентам в оперативному розв'язанні психологічних проблем, виявленні особистісних ресурсів чи створенні перспективних програм професійного особистісного розвитку. Кожна психолого-педагогічна консультація передбачає розвиток психологічної компетентності студентів, покликана розширити межі їх самопізнання, набуття навичок подолання життєвих труднощів, зняття психологічної напруги, формування впевненості у собі тощо.

Література.

1. Абрамова Г. С. Практикум по психологическому консультированию / Г.С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, М. : «ACADEMIA» 1995. – 128 с.
2. Горянина В.А. Психологические предпосылки непродуктивного стиля межличностного взаимодействия / В. А. Горянина // Психологический журнал. – 1997. – № 6. – С. 73 – 83.
3. Івченко А. О. Тлумачний словник української мови / А. О. Івченко. – Х. : Фоліо, 2006. – 540 с.
4. Клиническая психология: учебник / под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб. : Питер, 2004. – 960 с.
5. Лютова-Робертс Е. К. Тренинг начинающего консультанта: ведение доверительной беседы / Е. К. Лютова-Робертс – СПб.: Речь, 2007. – 307 с.
6. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования / Р. Нельсон-Джоунс. – СПб. : Питер, 2002. – 464 с.
7. Немов Р. С. Основы психологического консультирования / Р. С. Немов. – М. : Владос, 1999. – 528 с.
8. Ожегов С. И. Словарь русского языка / С. И. Ожегов / под ред. Н. Ю. Шведовой. – [18-е изд.] – М. : Рус.яз., 1986. – 797 с.
9. Осипова А. А. Введение в теорию психокоррекции / А. А. Осипова. – М. : Московский психолого-социальный институт; Воронеж : «МОДЭК», 2000. – 315 с.
10. Основи практичної психології / В. Панок, Н. Чепелева, Т. Титаренко. – К. : Либідь, 2001. – 534 с.
11. Панок В. Г. Психологічна служба вищого навчального закладу (організаційно-методичні аспекти) / В. Г. Панок, В. Д. Острова. – К. : Освіта України, 2010. – 230 с.
12. Роджерс К. Р. Клиент-центрированная психотерапия: Теория, соврем. практика и применение / пер. с англ. Т. Рожковой и др. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2002. – С. 36-97.
13. Современный психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – М. : АСТ; СПб. : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2007. – 490 с.
14. Словарь начинающего психолога / под. ред. И. В. Дубровиной – [2-е изд.]. – СПб. : Питер, 2009. – 160 с.