

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия»

Особенности восприятия клиентом и психотерапевтом процесса психотерапии

Новикова Юлия Юрьевна

Студент (специалист)

Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта, Калининград, Россия

E-mail: JNovikova2008@yandex.ru

В настоящее время психотерапия приобретает всё большую популярность в нашем обществе. Популяризации психотерапевтических услуг в средствах массовой информации, высокие стрессовые нагрузки в повседневной жизни людей, эффективность психотерапии в случае различной патологии - это лишь те немногие факторы, которые оказывают непосредственное влияние на рост востребованности психотерапии среди населения.

Важным фактором обеспечения эффективности качества психотерапевтического процесса является феномен, описываемый в литературе как «терапевтический альянс». Понятие терапевтического альянса по-разному определяется в различных психологических школах. Так, в психоанализе проблема терапевтического альянса описывается с позиции как рационального сотрудничества, так и переноса (или отношений зависимости). Считается, что соглашение с аналитиком пациент может заключить лишь при наличии «адекватного эго», которое и определяет рациональное сотрудничество, однако его главной мотивирующей силой является трансферентная привязанность к аналитику, которая исключает зрелые отношения. В когнитивно-поведенческом подходе терапевтический альянс описывается с позиции ориентации на прояснение, артикуляцию и когнитивное пере-структурирование различных эмоциональных реакций, которые возникают в результате общения и взаимодействия терапевта и пациента (Пуговкина О.Д., Холмогорова А.Б.) [1].

Несмотря на множество определений «терапевтического альянса», они схожи в одном - этот феномен неизменно включает в себя взаимодействие клиента и психотерапевта, обязательно сопровождающееся процессом восприятия или перцепции. Соответственно здесь мы сталкиваемся с одной стороны, с восприятием процесса психотерапии клиентом, с другой - с восприятием психотерапевта. Одной из характеристик восприятия является субъективность, т.е. разные люди могут воспринимать одно и то же событие по-разному. Следовательно, одно и то же событие в психотерапии клиент и психотерапевт могут воспринимать и интерпретировать с точки зрения собственных субъективных переживаний и социального опыта. Хороший терапевтический альянс подразумевает установление таких отношений, в которых бы эта разница в восприятии оказалась бы минимальной. Таким образом, можно предположить, что восприятие процесса психотерапии может оказывать непосредственное влияние на качество этого процесса и его результаты. Например, сильные различия в восприятии психотерапевтического процесса и невозможность их проработки в диаде «психотерапевт - клиент/пациент» могут привести к преждевременному уходу последнего из психотерапии (так называемому «drop-out»). Кроме того стоит отметить, что чаще всего клиенты/пациенты приходят к психотерапевту с уже сложившимися отношениями и ожиданиями относительно терапии, что оказывает сильное влияние на её ход, особенно на ранних этапах. Именно несоответствие реальности ожиданиям клиента является одной из доминирующих причин внезапного ухода клиента после первых терапевтических сессий. Также в поле восприятия могут попадать не только вербальные, но и невербальные средства общения. Ведь помимо слов клиент и психотерапевт используют жесты, мимику, интонацию голоса и другие средства, которые также могут восприниматься определённым образом обеими сторонами взаимодействия и влиять на качество терапевтического альянса.

J. Owen, R. J Reese, K. Quirk и E. Rodolfa занимались исследованием взаимосвязи терапевтического альянса и тем, как клиент воспринимает поведение терапевта во время психотерапии. Они разработали опросник «Alliance in Action» с помощью которого изучили, как клиент воспринимает определенные интервенции и действия психотерапевта. Авторами было установлено, что качественная интерпретация результатов данного опросника позволяет определить качество терапевтического альянса - то есть восприятие клиентом терапевтического процесса напрямую связано с особенностями его взаимодействий с терапевтом [3]. M. B. Battles и J. S. Berman исследовали влияние вербальных и невербальных сигналов, используемых терапевтом, на его восприятие клиентом. Они обнаружили, что равное количество вербальных и невербальных сигналов создаёт наиболее положительный портрет терапевта, нежели преимущество одного из них. Портрет терапевта в восприятии клиента оказывает сильное влияние на весь процесс психотерапии [2].

Цель нашего исследования: выявить качественные характеристики восприятия психотерапевтического процесса клиентом и психотерапевтом.

Объект исследования: психотерапевтический процесс.

Предмет исследования: качественные характеристики восприятия психотерапевтического процесса клиентом и психотерапевтом.

Гипотеза исследования: неконгруэнтность в восприятии психотерапевтического процесса клиентом/пациентом и терапевтом касается следующих аспектов взаимодействия: область эмоциональных переживаний (клиенты склонны рассматривать терапевта более поддерживающим, нежели сам терапевт себя считает), область контроля и власти (контроль процесса, по мнению клиентов, принадлежит терапевту), область ожиданий относительно терапевта и психотерапии (наличие предыдущего опыта прохождения психотерапии, знание целей и сроков психотерапии), представления клиента о себе во время работы с терапевтом .

Методы исследования: теоретические (анализ литературы по проблеме исследования); эмпирические - анкетирование (социально-демографические сведения), составленная нами анкета восприятия психотерапевтического процесса клиентом и терапевтом; метод качественного анализа результатов.

Экспериментальное исследование проводилось на базе психологических центров и частных психологических кабинетов г. Калининграда. Результаты пилотажного исследования показывают, что в восприятии содержания психотерапевтической работы (а именно, понимание клиентом и терапевтом высказываний друг друга) существенных отличий не обнаруживается. О наличии трудностей во взаимодействии, скорее указывают клиенты, нежели чем терапевты, при этом характер трудностей касается, скорее их эмоциональных реакций на первые встречи.

Источники и литература

- 1) Пуговкина О.Д., Холмогорова А.Б. Терапевтический альянс в психотерапии // Современная терапия психических расстройств. М., 2011. No. 3. С. 14-21.
- 2) Battles M. B., Berman J. S. The impact of conversational acknowledgers on perceptions of psychotherapists // Psychotherapy Research, 2012. Vol. 22(6). P. 648-655.
- 3) Owen J., Reese R. J, Quirk K., Rodolfa E. Alliance in action: A new measure of clients' perceptions of therapists' alliance activity // Psychotherapy Research, 2013. Vol. 23. No. 1, P. 67-77.