

## **ФОРМУВАННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ**

*The term psychotherapeutic identity of future psychologists is considered in the article. The main problems faced by the modern work of the psychotherapeutic direction. The current state of training of students of psychologists is analyzed. A survey was conducted among students of psychology regarding future professional activities. Methods of formation of psychotherapeutic identity in students-psychologists are offered. The definition of psychotherapeutic identity has been studied*

Починаючи з 24 лютого 2022 року, Україна розпочала існування у новій реальності. Бойові дії, політичні, економічні та інформаційні зміни, які відбуваються навколо нашої держави, переплітаються та формують нову історичну хвилю в житті суспільства. Звертаючи увагу на наукові публікації, що присвячені основним соціальним, історичним, економічним, політичним аспектам становлення та збереження країни, автори розглядають та аналізують суспільство як єдиний організм, який функціонує і бореться за виживання подібно до того, як звичайна людина намагається подолати важку хворобу. Все це є дійсно так, якщо розглядати події саме з історичної точки зору, де більша частина дослідників спирається на результати соціологічних досліджень і на «сухі» цифри.

Метою даної публікації є прагнення звернути Вашу увагу на особистість та її функціонування в умовах, коли ведуться бойові дії. Адже здорова і фізично, і психічно людина є основою формування та функціонування майбутнього суспільства. Після початку повномасштабної війни в Україні, після отримання достовірної інформації стосовно жаклих наслідків бойових дій, ми звернули увагу на те, що у психологів і психотерапевтів дуже мало або взагалі відсутня інформація стосовно того, яким чином надавати психологічне консультування або здійснювати якісну психотерапевтичну допомогу як людям, які отримали психологічне травмування, але й що не менш важливо, як контролювати і відслідковувати психологічний стан психолога, що надає допомогу.

Звертаю Вашу увагу, що в Україні офіційно діють досить багато представників різних психологічних шкіл і напрямків, кожна з яких побудована на певних теоретичних основах, але психологія (також як і кожна психологічна школа) як наука в останні десятиріччя ставила перед собою завдання формування та розвитку гуманістичної особистості, що є основою виховання гуманістичного населення України.

Сьогодні, досліджуючи поняття психотерапевтичної ідентичності, можна, визначити одночасно індивідуальний, соціальний, культурний і політичний феномени. При цьому множинність розуміння даної категорії велика, що інколи використовується в абсолютно протилежних значеннях. Зокрема, під ідентичністю можна розуміти внутрішню індивідуальність, певне «ядро» людини; те, що робить її собою і відрізняє від оточуючих, й, одночасно, ідентичність розглядається як наша тотожність з іншими або як наша позиція у соціальному просторі (можливість бути ідентифікованим / категоризованим з погляду владних структур) [Карікаш В., 2009].

Подібна різноманітність трактувань і перспектив сильно ускладнює реалізацію загальних проектів з проблем ідентичності, особливо між різними дисциплінами. Водночас суспільні трансформації в умовах глобалізації кидають виклик як самому поняттю «ідентичність» (що вже міцно увійшло як у науковий, так і в побутовий обіг політиків, менеджерів і медійників), так і феномена, який вони описують. Ідентичності змінюються, втрачають свою цілісність, стабільність і вкоріненість, стають пластичними, незакріпленими і множинними. Утім все одно ця проблема залишається найактуальнішою в психологічній науці.

У нас майже відсутній досвід роботи з такою кількістю травмованих (війною) людей, що включають як дітей, дорослих, так і людей похилого віку. Ми не можемо брати до уваги досвід другої світової війни, на мою думку, оскільки до цінності життя однієї людини і розвитку особистості у радянські часи було інше ставлення, у той час, як сучасне світове суспільство фокусує увагу на цінності життя кожної людини.

І перша проблема, яка постає в країні, коли ведуться бойові дії, - якісно підготувати майбутніх психологів, що зможуть надавати необхідну психологічну допомогу. Тобто, по суті, сьогодні нам необхідно розробляти і накопичувати досвід не лише, як саме надавати допомогу, але і як формувати студентів-майбутніх психологів відповідно до нових вимог українського суспільства в умовах, які, на жаль, склались. Основною проблемою стає те, що сучасна система вищої професійної освіти психологічного напрямку спрямована на теоретичне засвоєння знань, що призводить до того, що майбутній психолог має самостійно вирішувати та обирати напрям своєї психологічної діяльності і додатково продовжувати навчання для отримання психотерапевтичного досвіду. Саме на цьому етапі починає формуватися психотерапевтична ідентичність майбутнього психотерапевта.

Процес формування психотерапевтичної ідентичності майбутнього психолога та психотерапевта відбувається протягом певного часу та проходить через низку успіхів й екзистенційних криз, так званих «П'ять вершин долі» [Карікаш В., 2009]. Автор зазначає що процес проходить протягом певних п'яти етапів.

Актуальним залишається питання «Як допомогти і не нашкодити?» Які методи психологічного втручання будуть дієвими? Проблема полягає в тому, що з боку держави ніяк не регулюється діяльність надання психологічної допомоги. Відсутній загальний алгоритм або протокол надання психологічної допомоги (окрім деяких напрямів психотерапії). І головне, як нам підготувати та сформувати нову психотерапевтичну ідентичність у сучасних студентів-психологів, оскільки і під час бойових дій формується нова реальність для майбутніх психологів.

Тема психотерапевтичної ідентичності стає ключовою у своєму переосмисленні під час сучасної реальності. Сьогодні необхідно включати у підготовку майбутніх студентів-психологів не лише основні вимоги до процесу формування особистості психотерапевта (професійна підготовка, розвиток гуманістичної психології, здатність до критичного мислення тощо), а й враховувати формування відповідальності майбутнього психотерапевта. У це поняття необхідно включити здатність до відповідальності за надання психотерапевтичних послуг, розуміння та окреслення допомоги, яку може надати сам психотерапевт.

Формування психотерапевтичної ідентичності майбутнього психолога або психотерапевта означає вироблення здатності до надання своєчасної та відповідальної психологічної допомоги, що спирається на доказові методи психотерапії, своєчасна супервізія, що підтримує та надає допомогу психотерапевту.

Для виконання психотерапевтичної діяльності майбутньому психологу замало отримати тільки вищу професійну освіту у ЗВО. Для надання психотерапевтичних послуг необхідно додатково пройти навчання, яке також ще має тривати протягом 4 років (за обраним напрямом психотерапії). Майбутні психотерапевти мають мати досвід особистісної та групової терапії, проведення зустрічей з клієнтами під кураторством супервізора. Упродовж цього навчання у майбутніх психотерапевтів формується психотерапевтична ідентичність.

Якщо повертатись до проблем формування професійної ідентичності сучасних психологів під час навчання у ЗВО, то було проведено локальне опитування серед студентів-психологів третього курсу НАУ. Більшість респондентів не пов'язують своє майбутнє саме з психотерапевтичною діяльністю. Близько 60% опитуваних вже мають певні професійні плани (розглядають психотерапію для особистісних потреб), що досить опосередковано пов'язані з психологією, інші 40% бажають пов'язати свою діяльність з психологією, але ще не визначили для себе напрям, в якому вони будуть працювати. Дуже складно формувати професійну самоідентичність психотерапевта у сучасних умовах у майбутніх психологів. Основною проблемою, на мою думку, стає те, що коли абітурієнт обирає свою майбутню професійну діяльність «практична психологія», зазвичай він сприймає це якось загально і не розуміє, з чим саме буде пов'язана його майбутня фахова активність. Необхідно зазначити, що умови життя такі, що близько 80% одразу після початку навчання у ЗВО або після закінчення першого курсу починають або працювати, або шукати роботу (дуже часто робота не пов'язана з майбутньою професією). Довчившись до 3 курсу, вони переживають певні професійно-навчальні кризи. Для студента залишається важливою робота, оскільки це фінансова незалежність і певний досвід (як життєвий, так і професійний). З іншого боку, дуже складно відмовитись від навчання, оскільки для вступу у ЗВО було витрачено чимало психологічних, моральних та економічних сил, що частково мотивує студента продовжувати навчання. Цей фактор, звісно, накладає відбиток на навчальну діяльність студента, а отже і на формування його майбутньої професійної ідентичності. Саме в цей період, на нашу думку, необхідно пропонувати студенту варіанти професійної діяльності у психологічному напрямі, організовувати певні майстер-класи та семінари, спрямовані на формування психотерапевтичної ідентичності майбутнього психолога. Окремо слід зазначити, що при отриманні психологічної освіти у ЗВО студенти не завжди виробляють навички, або ці навички сформовані недостатньо для надання психотерапевтичної допомоги. І це, не дивлячись на те, що офіційно, випускних ЗВО має право надавати консультативні послуги після отримання диплома. Необхідно зауважити, що професійна діяльність психотерапевта передбачає орієнтування на роботу з різними проблемами людей з різних прошарків населення. Тобто, насамперед це діяльність, професія типу «людина-людина». Психотерапевту необхідно формувати в собі готовність брати спочатку відповідальність за свою діяльність, розуміти наслідки психологічного втручання та консультування, орієнтуватись у методах психотерапевтичної допомоги.

З огляду на зазначене вище, дослідивши тему психотерапевтичної ідентичності психотерапевта, можна обґрунтувати деякі поради стосовно формування психотерапевтичної ідентичності студентів-психологів під час навчання.

Необхідно інформувати студентів-першокурсників про можливості їхньої майбутньої професійної діяльності більш детально, розкривати всі напрями роботи, що можуть бути доступні і, звичайно, враховувати їхні можливості і побажання. На мою думку, у настільки молодому віці дуже складно самостійно сформулювати для особистості своє бачення майбутнього. Добре структурована інформація може допомогти майбутньому психотерапевту або психологу хоча б окреслити напрями своєї майбутньої професійної діяльності.

Починаючи з другого курсу, з допомогою особистісно зорієнтованого підходу необхідно допомагати студентам обирати ту сферу психологічної науки, в якій вони будуть більш зацікавленими, і подальшому формувати і розвивати необхідні навички та компетентності. Тобто, всі види академічної роботи студента мають бути максимально спрямовані на ту сферу психологічної науки, яка є для нього найбільш цікавою (сімейна психологія, дитяча психологія тощо). Тим самим ми допоможемо йому сформувати базу теоретичних знань, що в майбутньому будуть спрямовані на формування практичних навичок.

На третьому курсі, коли більшість студентів-психологів зазвичай втрачають мотивацію до навчання, необхідно пропонувати різні напрями терапевтичної роботи, оскільки саме терапевтична діяльність дозволяє зрозуміти студентам-психологам, чи здатні вони виконувати таку суспільну функцію та брати на себе таку відповідальність за клієнтів.

Враховуючи зазначене вище, можна зробити висновок, що формування психотерапевтичної ідентичності у майбутніх психотерапевтів або у психологів – це довготривалий процес, що розпочинається з бажання оволодіти професією психолога та триває майже протягом всієї професійної діяльності. Для успішного формування психотерапевтичної ідентичності необхідно враховувати всі зазначені фактори.

У сучасних умовах ведення військових дій на території України, протягом наступних років гострою буде потреба в якісно підготовлених психотерапевтах, які матимуть змогу гідно та відповідально і професійно надавати психологічну допомогу та психологічну підтримку населенню України.