

Гаврилькевич В. К. Питання для роздумів тим, хто хоче займатися психологічним консультуванням і психотерапією / В'ячеслав Костянтинович Гаврилькевич // Форум психіатрії та психотерапії: збірка статей / Українська Спілка Психотерапевтів; Кафедра психіатрії та психотерапії ФПДО Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького. – Львів : ПП «Видавництво «БОНА», 2021. – Т. 13. – С. 64-65.

ПИТАННЯ ДЛЯ РОЗДУМІВ ТИМ, ХТО ХОЧЕ ЗАЙМАТИСЯ ПСИХОЛОГІЧНИМ КОНСУЛЬТУВАННЯМ І ПСИХОТЕРАПІЄЮ

В. К. Гаврилькевич

Хмельницький національний університет

У сучасній галузі вищої освіти є багато можливостей здобути професію психолога, а різноманітні професійні психологічні і психотерапевтичні спілки пропонують різноманітні можливості отримати статус консультанта чи психотерапевта за тим чи іншим методом психотерапії. Тільки при усьому цьому різноманітті пропозицій на ринку вищої професійної освіти в галузі психології та психотерапії у більшості випадків ще не розвинена практика професійного відбору кандидатів на отримання професійного статусу консультанта чи психотерапевта. Пошук відповіді на питання: «Варто чи не варто мені займатися практичною діяльністю у сфері психологічного консультування або психотерапії?», – має здійснити сам кандидат на отримання відповідного професійного статусу.

Щоб допомогти здобувачам професійного статусу психолога-консультанта чи психотерапевта краще усвідомити їхню особистісну здатність або нездатність до цієї практичної діяльності, ми пропонуємо поміркувати про таке. Психологічне консультування і психотерапія пов'язані із зануренням розуму і почуттів у недосконалість і дисгармонію душі (внутрішнього світу) інших людей. (Люди у яких в душі панує лад і гармонія, не звертаються за допомогою до психолога чи психотерапевта).

Дисгармонійні енергії іншої людини так чи інакше впливають на консультанта (психотерапевта), проникають у його внутрішній світ під час його спілкування з клієнтом. У зв'язку із цим, тому, хто бажає взяти на себе роль консультанта (психотерапевта), варто дати самому собі щирі відповіді на такі питання.

1 Чи достатньо розвиненим є його самоусвідомлення, щоб розпізнати і відстежити у своєму внутрішньому світі чужі дисгармонійні руйнівні душевні енергії?

2 Чи достатньо в нього внутрішньої сили і здатності зберігати, утримувати внутрішню рівновагу і душевну гармонію, доторкаючись до неврівноважених і дисгармонійних енергій інших людей?

3 Чи достатньо у нього сили внутрішнього вогню свідомості і волі, яким можна переварити дисгармонійні руйнівні енергії і перетворити їх на гармонійні та будівничі?

4 Чи достатньо в нього запасу внутрішньої енергії, щоб ділитися нею з іншими людьми, які приходять за допомогою? Адже люди приходять за тим, щоб поспілкувавшись із консультантом (психотерапевтом) і ставши з ним на деякий час (який не обов'язково обмежується лише рамками очної зустрічі) поєднаними як сполучені посудини, поповнити у своїй душі нестачу енергії за рахунок енергії консультанта (психотерапевта), який добровільно викликався допомагати іншим.

Якщо хоч на одне із цих питань консультант (психотерапевт) не може дати ствердну відповідь і сказати впевнено без коливань і тіні сумніву: «Так», – то краще консультативно-психотерапевтичною практикою не займатися. Тому що, регулярне контактування з чужими руйнівними енергіями призведе до руйнувань у душі, або у стосунках, або у тілі консультанта (психотерапевта), або у всіх цих сферах разом узятих.

Хай навіть клієнт заплатить за консультацію чи сеанс психотерапії великі гроші, але навіть величезні гроші не компенсують тому, хто взявся

займатися психологічним консультуванням (психотерапією): 1) дефіцит самоусвідомлювання; 2) дефіцит здатності зберігати, утримувати внутрішню рівновагу; 3) дефіцит і слабкість внутрішнього вогню свідомості і волі, якими можна перетворювати дисгармонійні енергії на гармонійні; 4) дефіцит внутрішнього енергетичного ресурсу.

Стосовно останнього пункту, звісно, можна зауважити, що задоволення від великої заробітної плати певним чином відновлює внутрішній енергетичний ресурс. Проте, якщо за першими трьома пунктами є явний дефіцит (а його ніякими грошима не компенсувати), то й за четвертим пунктом дефіцит не доведеться довго чекати. Без достатньо розвиненого самоусвідомлення не досягти достатньо розвиненої саморегуляції для утримання внутрішньої рівноваги та перетворювання дисгармонійних енергій на гармонійні. За відсутності розвиненої свідомої саморегуляції та стабільної внутрішньої психічної рівноваги енергетичний ресурс особистості швидко виснажується і призводить до професійного (психічного, емоційного) вигорання. Тому ми і стверджуємо, що ніякі гроші отримані від клієнтів, не компенсують дефіцит внутрішнього енергетичного ресурсу, бо вирішальним чинником наявності цього ресурсу у людини є її здатність берегти його і доцільно використовувати. Ця здатність тісно пов'язана із ступенем самоусвідомлення, свідомої саморегуляції і самовладання людини.