

Гаврилькевич В. К. Значення первинного інтерв'ю в клієнтцентрованій психотерапії, його мета і завдання / В. К. Гаврилькевич, Л. О. Подкоритова // Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції, (Хмельницький, 22 квітня 2021) / [ред. колегія: Є. М. Потапчук (голов. ред.), В. К. Гаврилькевич, Л. О. Подкоритова] ; М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т, Каф. психол. та педагог. [та ін.]. – Хмельницький : Кафедра психології та педагогіки ХНУ, 2021. – С. 17-19.

Гаврилькевич В. К., Подкоритова Л. О.
Хмельницький національний університет

ЗНАЧЕННЯ ПЕРВИННОГО ІНТЕРВ'Ю В КЛІЄНТЦЕНТРОВАНІЙ ПСИХОТЕРАПІЇ, ЙОГО МЕТА І ЗАВДАННЯ

Поняття «інтерв'ю» означає, що одна людина розпитує іншу людину, щоб отримати певну інформацію. В контексті психотерапевтичної допомоги, первинне інтерв'ю потрібне для того, щоб зібрати інформацію, потрібну для побудови подальшої психотерапевтичної роботи. Слово «первинне» вказує на те, що це інтерв'ю відбувається під час першої психотерапевтичної зустрічі психотерапевта з клієнтом. Сам факт першої зустрічі і бесіди психотерапевта з клієнтом зовсім не означає, що психотерапевтичний процес розпочнеться і пройде всі стадії аж до його успішного завершення.

Психотерапевтичний процес розпочнеться і може бути успішним, якщо є в наявності *необхідні та достатні умови психотерапії*, вказані К. Роджерсом:

- 1) двоє людей – психотерапевт і клієнт – перебувають у психологічному контакті;
- 2) клієнт перебуває у стані неконгруентності, він вразливий і сповнений тривоги, та хоча б трохи визнає свою неузгодженість і має бажання розв'язати свої проблеми;
- 3) психотерапевт є більш конгруентним, ніж клієнт, у даній ситуації та даній проблемі (конгруентність психотерапевта);
- 4) психотерапевт виявляє до клієнта безумовне позитивне ставлення (безумовне прийняття);
- 5) психотерапевт здійснює емпатійне пізнання системи внутрішніх відношень клієнта (емпатія);
- 6) клієнт хоча б у деякій мірі сприймає конгруентність, емпатію і прийняття його психотерапевтом.

Відповідно до цієї концепції, перш за все має бути встановлений *психологічний контакт* між психотерапевтом і клієнтом, тобто вони мають вступити у процес спілкування, щоб досягти у процесі психотерапевтичної взаємодії *спільної мети*.

Щоб досягти будь-якої спільної мети, психотерапевтичної в тому числі, треба докласти відповідних зусиль усім учасникам спільної діяльності. Причому ці зусилля і дії всіх учасників мають бути узгодженими між собою в часі й просторі. В контексті психотерапевтичної діяльності ця узгодженість стосується не тільки часу й простору зовнішнього фізичного світу (точний час початку і тривалість кожної зустрічі, регулярність і місце психотерапевтичних зустрічей), а й внутрішнього світу учасників психотерапевтичної взаємодії. Зокрема, на нашу думку, має бути узгодженість між:

- тим, що потрібно клієнту і тим, що йому дає психотерапевт;
- уявленнями клієнта про себе і про свої стосунки із своїм внутрішнім і зовнішнім світом і тим, як психотерапевт розуміє ці уявлення клієнта;
- емоційними переживаннями клієнта і тим, як психотерапевт їх відчуває і сприймає;
- тілесними реакціями і діями клієнта і тим, як психотерапевт їх бачить і співвідносить з внутрішніми переживаннями клієнта;
- тим, що психотерапевт повідомляє клієнту і тим, як клієнт сприймає і розуміє вербальні і невербальні повідомлення психотерапевта;

– готовністю психотерапевта якісно виконувати свої професійні обов'язки стосовно всіх аспектів психотерапевтичної взаємодії з клієнтом і готовністю клієнта взяти на себе і виконувати відповідні зобов'язання у психотерапевтичній взаємодії з психотерапевтом, щоб досягти бажаної мети.

Досягнення узгодженості на всіх зазначених вище рівнях між двома людьми може потребувати певного часу. І навіть, якщо така узгодженість між ними вже потенційно існує, то потрібен час, щоб її відчутти, зрозуміти й усвідомити її наявність. Необхідне спілкування і взаємне пізнання співрозмовників протягом певного часу, щоб з'ясувати наявність чи відсутність між ними узгодженості, та досягти її за необхідності. У психотерапевтичній взаємодії цей процес взаємного пізнання психотерапевта і клієнта розпочинається від самого початку їхньої першої зустрічі та входження їх у психологічний контакт, який може мати різну глибину: від формального поверхневого до щирого глибоко особистісного, який можливий за умови, що між клієнтом і психотерапевтом є велика довіра.

Тому, за умови, що клієнт дійсно усвідомлює наявність у себе психологічних проблем і має щире бажання їх розв'язати, під час першої зустрічі він також має знайти для себе відповідь на питання: «Чи можу я довіритись цьому психотерапевту?» Адже почуття довіри є дуже важливим для будь-яких конструктивних стосунків між людьми.

Стосовно довіри у психотерапевтичних стосунках голова секції клієнт-центрованої терапії Української спілки психотерапевтів О. Мироненко зазначає: «Стосунки, які виникають між терапевтом і клієнтом – важливий чинник, що впливає на ефективність психотерапії. Якщо між двома людьми немає достатньої довіри і близькості, то важко багато чого досягти в цих стосунках. Важливі для кожної людини стосунки мають кілька бажаних характеристик. Відчуття довіри і безпеки є одними з найважливіших у психотерапевтичному процесі. Іншими характеристиками є такі: взаємна повага й розуміння, відкритість, прийняття й чесність. Те, чим ми наповнюємо наші стосунки, безпосередньо пов'язане з тим, наскільки наповненим є наше власне життя» [1, с. 5].

А психотерапевт згідно із зазначеною вище третьою необхідною умовою психотерапії має знайти для себе відповідь на питання: «Чи є я більш конгруентним, ніж клієнт, у даній ситуації та даній проблемі?»

Якщо ці поставлені клієнтом і психотерапевтом питання вирішуються позитивно, то реалізація психотерапевтом і клієнтом наступних необхідних і достатніх умов психотерапії породить психотерапевтичний процес. Він може розпочатися вже під час першої зустрічі та первинного психотерапевтичного інтерв'ю, яке, будучи успішним, виконує як *діагностичну*, так і *психотерапевтичну функцію*.

Первинне психотерапевтичне інтерв'ю так само, як і психотерапевтичний процес в цілому, має свою мету. Ось як сформулював мету первинного інтерв'ю О. Мироненко у своїй статті «Специфічні аспекти первинного інтерв'ю у клієнт-центрованій психотерапії» (2009). Метою первинного інтерв'ю є створення стосунків, які допомагають клієнтові отримати доступ до інтенсивних, пригнічених почуттів, усвідомити, виразити і пізніше неупереджено і об'єктивно обговорити їх (Мироненко О., 2009).

Всю послідовність кроків під час першої зустрічі О. Мироненко (2009) описує таким чином:

- 1) встановлення стосунків з клієнтом;
- 2) надання загальної інформації про те, що таке клієнт-центрована терапія;
- 3) діагностика й оцінка проблем і очікувань клієнта;
- 4) вселення надії;
- 5) отримання від клієнта підтвердження бажання залучитися до психотерапевтичного процесу (терапевтичний контракт).

Здійснення зазначених послідовних кроків під час першої зустрічі має привести до сформульованої мети. В нашому розумінні, ці кроки є завданнями першої зустрічі, послідовне вирішення яких є кроками до мети.

В іншій своїй праці «Первинне інтерв'ю в психотерапії: від контакту до діалогу», опублікованій у 2011 році, О. Мироненко говорить, що *первинне інтерв'ю має діагностичну і терапевтичну мету*; і що за підсумками первинного інтерв'ю встановлюються покази для психотерапії та її попередній прогноз (Мироненко О., 2011). Відповідно до такого розуміння мети первинного інтерв'ю автор формулює *завдання первинного інтерв'ю*:

1) створення терапевтичних стосунків та атмосфери довіри, розуміння і близькості між терапевтом і пацієнтом (робочий альянс, рапорт), які допомагають пацієнтові отримати доступ до інтенсивних, пригнічених почуттів, усвідомити, виразити і пізніше неупереджено і об'єктивно обговорити їх;

2) діагностика – з'ясування характеру і специфіки проблеми пацієнта, як і того, який внутрішній конфлікт приховується за нею;

3) виявлення і посилення мотивації пацієнта на користь психотерапії;

4) спільна діяльність терапевта і пацієнта задля прийняття і досягнення взаємоприйнятних цілей;

5) взаємодія терапевта і пацієнта в контексті професійних стосунків, як вербальна, так і невербальна, з метою діагностики та сприяння пацієнтові у досягненні поставленої ним мети;

6) формулювання психотерапевтичного контракту, узгодження характеру психотерапії (індивідуальна, групова чи сімейна), її тривалості, частоти та тривалості сеансів, місця та часу їх проведення (Мироненко О., 2011).

Із наведених вище переліків послідовних кроків (завдань) першої зустрічі психотерапевта і клієнта та первинного психотерапевтичного інтерв'ю видно, що в них частина пунктів є подібними, але є і відмінні пункти.

Узагальнивши викладену вище інформацію та зважаючи на те, що в клієнтцентрованій психотерапії клієнт, так само як і психотерапевт, є рівноправним учасником побудови психотерапевтичних стосунків і суб'єктом психотерапевтичного процесу, успіх якого залежить не тільки від активності психотерапевта, а й від активності клієнта, ми так сформулювали мету і завдання первинного інтерв'ю в клієнтцентрованій психотерапії.

Мета первинного інтерв'ю в клієнтцентрованій психотерапії – взаємне пізнання психотерапевта і клієнта (діагностичний аспект) та вирішення питання про подальшу психотерапевтичну співпрацю для досягнення спільної мети і створення необхідних і достатніх умов (за К. Роджерсом) для психотерапевтичного процесу (психотерапевтичний аспект).

Завдання первинного інтерв'ю в клієнтцентрованій психотерапії:

1) знайомство і створення терапевтичних стосунків та атмосфери довіри, розуміння і близькості між психотерапевтом і клієнтом (робочий альянс, рапорт), які допомагатимуть клієнтові отримати доступ до інтенсивних, пригнічених почуттів, усвідомити, виразити і пізніше неупереджено і об'єктивно обговорити їх;

2) надання клієнтові загальної інформації про те, що таке клієнтцентрована терапія;

3) діагностика – з'ясування характеру і специфіки проблем та очікувань клієнта; а також вирішення психотерапевтом питання, чи є він більш конгруентним, ніж клієнт, у даній ситуації та даній проблемі, і чи може взятися допомагати клієнтові, чи має спрямувати клієнта до іншого фахівця;

4) вселення надії, виявлення і посилення мотивації пацієнта на користь психотерапії;

5) визначення можливої бажаної та взаємоприйнятної для клієнта і психотерапевта мети їхньої психотерапевтичної взаємодії;

6) отримання від клієнта підтвердження бажання залучитися до психотерапевтичного процесу для досягнення визначеної мети та формулювання психотерапевтичного контракту, узгодження характеру психотерапії (індивідуальна, групова чи сімейна), її тривалості, частоти та тривалості сеансів, місця та часу їх проведення.