

Снігур О. М., м. Одеса

аспірантка ОНУ ім.І.І. Мечникова

**ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП КОНСУЛЬТУВАННЯ У РОБОТІ
ПСИХОЛОГА-ВОЛОНТЕРА З ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ**

В сучасних умовах розвитку країни широкого поширення здобув волонтерський рух, який виконує значну кількість соціально необхідних функцій. Невід'ємне місце тут посідає волонтерська психологічна допомога різним категоріям людей, які відчули на собі наслідки АТО, зокрема, переселенцям, військовослужбовцям та їх сім'ям. Зупиняючись на проблемі надання психологічної допомоги військовим варто взяти до уваги статистику психологічних наслідків для військових, які перебували у зоні бойових дій. Оскільки достеменних даних відносно української статистики поки не відомо, ми спираємось на статистику інших країн у яких проводились воєнні дії. Таким чином, якщо взяти до уваги статистику В'єтнамської війни в 1988 році у 30,6% американців спостерігалось посттравматичний стресовий розлад, у 22,5% - часткове. У 55,8% осіб, що мають посттравматичний синдром, були виявлені прикордонні нервово-психічні розлади, ймовірність опинитися безробітним у них в 5 разів більше в порівнянні з іншими, розлучення були у 70%, ізоляція від людей - у 47,3%, вираз ворожості - у 40%, потрапили до в'язниці або були заарештовані - 50%. Все це свідчить про актуальність надання психологічної допомоги військовим задля запобігання прояву ПТСР у майбутньому [5].

Водночас, волонтерська робота передбачає ряд особливостей, які відрізняють її від звичайної професійної діяльності. Урахування цих особливостей може допомогти у підвищенні ефективності діяльності психолога-волонтера. Волонтерство – це добровільна діяльність на благо інших, яка здійснюється фізичними особами на засадах неприбуткової діяльності. Таким чином, людину, яка добровільно надає безоплатну соціальну допомогу та послуги інвалідам, хворим особам та соціальним групам, що опинилися в складній життєвій ситуації, називають волонтером. Волонтер – це людина, яка володіє неабиякими комунікативними навичками і приваблює до себе людей, розуміє проблеми оточуючих та співчуває їм, має бажання безкорисливо допомогти вирішувати проблеми інших людей [2]. Такі особливості волонтерства, а також особливості надання

психологічної допомоги в результаті отримання психологічної травми актуалізують певні ризики такої діяльності, а також підвищують вимоги до психолога-волонтера при наданні психологічної допомоги бійцю. Отримання психологічної травми у процесі знаходження в АТО передбачає необхідність урахування закономірностей травмофокусованої терапії у психологічному консультуванні. Також, до особливостей таких умов терапії може належати потреба у психологічній допомозі, але відсутність чітко визначеного запиту, що обумовлено особливостями психологічної травми. З іншого боку, особливості волонтерської діяльності відображаються на наданні психологічної допомоги, адже, за рахунок особливостей волонтерства може зменшуватись мотивація клієнта до роботи, нерозуміння цілі та особливостей психологічної допомоги, «розмивання кордонів» у роботі психолога з клієнтом, перехід такої допомоги у дружню підтримку, гуманітарне волонтерство тощо. При цьому, варто зазначити, що психологічну допомогу можна розділити на першу психологічну допомогу на місці події, невдовзі після травмуючих подій, яка має свої особливості, та допомогу більш відкладену у часі, яку ми аналізуємо у нашому дослідженні.

Виникнення вищенаведених ризиків у роботі психолога-волонтера може бути передбачено на підготовчому етапі консультування бійця. Адже, згідно Ейдеміллеру на першому етапі психологічного консультування відбувається встановлення контакту і приєднання консультанта до клієнтів. Досягається за допомогою дотримання конструктивної дистанції, що допомагає оптимальному спілкуванню. Обговорення психотерапевтичного контракту: розподіл відповідальності, тривалість роботи, тривалості одного сеансу, періодичності зустрічей. Консультант зазвичай відповідає за забезпечення безпеки консультації, за технологію доступу до дозволу проблем клієнта, а він, у свою чергу, за власну активність та щирість. Уточнення проблеми клієнта з метою максимальної її суб'єктивізації і тестування ресурсів клієнта або його сім'ї[6].

Особливої уваги на підготовчому етапі надання психологічної допомоги заслуговує психотерапевтичний контракт, який полягає у системі домовленостей про особливості перебігу процесу психологічної допомоги. Психолог та клієнт намагаються отримати якомога більше інформації одне про одного та дійти згоди щодо основних моментів спільної діяльності. Як правило оговорюється освіта та кваліфікація психолога; права, обов'язки та відповідальність обох сторін; загальна тривалість роботи; очікувані результати тощо. Вирішення організаційних питань, таких як місце зустрічей, їх графік та тривалість стабілізують психологічну взаємодію, надають стосункам рівень професійності, зменшують вплив різних психологічних механізмів, зокрема трансферу та контртрансферу [3]. Р. Кочюнас наголошує, що контракт спонукає клієнта до розуміння власних проблем через усвідомлення потреби в психологічній допомозі [4]. До того ж процес укладання психологічного контракту є перманентним, розсіяним у часі, при цьому сам контракт, або окремі його положення можуть набувати нового змісту у процесі роботи [1]. Слід зауважити, що в залежності від звичайного консультування надання психологічної допомоги військовим може не передбачати виокремлення запиту та мети її надання, а бути орієнтоване на стабілізацію бійця.

Таким чином, в сучасних умовах розвитку суспільства особливої актуальності набуває волонтерський психологічний рух. Водночас, надання психологічної допомоги потребує урахування всіх умов такої діяльності, в особливості на підготовчому етапі консультування.

Список літератури

1. Берн Э. Групповая психотерапия.–М.:Академический Проект,2001.– 464 с.
- 2.Вайналоха, Р. Х. Волонтерський рух в Україні: тенденції розвитку / Р. Х. Вайнола, А. Й. Капська, Н. М. Комарова. – К.: Академпрес, 2002. – 467с.
- 3.Горбунова В.В. Контракт у практичній психології // Практична психологія соціальна робота. – № 2. – 2005. – С. 1-5.

4.Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. – М.: "Академический проект", 1999 – 240 с.

5.Караяни А. Г. Психологическая реабилитация участников боевых действий // 9.Психологическая реабилитация участников боевых действий / Под ред. А. Г. Караяни, М. С. Полянского. - М, 2003.

6. Эйдемиллер Э. Г., Юстискис В. В. Психология и психотерапия семьи. — СПб.: Питер, 1999.