

Кісарчук З.Г. Історико-культурні передумови становлення психотерапії як наукової дисципліни / З.Г.Кісарчук // Актуальні проблеми психології [Т.3 : Консультативна психологія і психотерапія] : Зб. наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред.: С. Д. Максименка, З.Г. Кісарчук – Ніжин: Міланік, 2008. – Вип.5. – С. 5 – 19.

-5-

Історико-культурні передумови становлення психотерапії як наукової дисципліни.

З.Г. Кісарчук
Інститут психології ім. Г.С.
Костюка

Статтю присвячено розгляду еволюції поглядів на психотерапію як професію і наукову дисципліну та важливих передумов, що сприяли становленню її самостійного статусу. Детально аналізується науковий період розвитку психотерапії, простежується її взаємодія з головними соціокультурними тенденціями у розвитку суспільства в історичній ретроспективі. Розглядаються процеси, що притаманні сучасному етапу розвитку психотерапії.

Ключові слова: психотерапія як наукова дисципліна, історико-культурні передумови, психоаналітичний, поведінковий та гуманістичний рухи в розвитку психотерапії, медична та психологічна моделі психотерапії, інтегративні процеси.

Постановка проблеми

Розвиток психотерапії, як і будь-якої галузі знань, являє собою складний, багатогранний процес, пов'язаний із накопиченням фактів, еволюцією ідей та становленням і зміною теорій. Аналізування етапів розвитку психотерапії відкриває багатий і цікавий матеріал як щодо особливостей та мінливостей її історичного шляху, так і щодо її поступового становлення як самостійної науки.

Виокремлюють два великі (основні) періоди розвитку психотерапії: донауковий, який охоплює тисячоліття, та науковий — період професійної психотерапії, що, почавшись у ХІХ сторіччі і породивши велику кількість її напрямів, шкіл та течій, триває досі [8]. У даній статті зупинимося на тих моментах і тенденціях в розвитку психотерапії, які стали важливими передумовами до сучасного її розуміння і становлення як наукової дисципліни.

-5-

Результати теоретичного аналізу проблеми

Психотерапія (або щось подібне до неї) виникала на певних стадіях розвитку будь-якого суспільства. Її форми залежали від соціального запиту, обумовленого менталітетом людей та основними тенденціями розвитку суспільства. Так, у стародавні часи панувала магічна свідомість і відповідні їй «психотерапевтичні» практики, спрямовані на задовбрювання різноманітних надприродних сил. Ці практики, що спирались на міфологію стародавньої культури, теологічні тлумачення, таємні інтуїтивні знання адептів, віру людей знайшли своє вираження в різнорідних обрядах як досить простих та неவிбагливих, так і складних химерних обрядах-ритуалах, завжди оточених ореолом таємничості. Містика була головною парадигмою тлумачення психічних явищ, в тому числі душевних захворювань, а також допомоги хворому. У якості «психотерапевтів» виступали жерці, шамани, чаклуни та інші адепти містичного знання.

У міру розвитку суспільства, становлення наукового знання та зрушень у свідомості людей містично-магічні підходи поступово змінювались метафізичними, для яких вже була характерна певна наукова реалістичність. Захворювання, в тому числі і психічні, починають розглядатися як явища природного характеру, з'являються перші спроби відповідного цим захворюванням лікування. Так, в античній культурі існували методи допомоги людині, які вельми нагадують сучасну психотерапію. На думку Р.Мея, в елліністичний період цієї культури (період занепаду Греції) психотерапія мала форму психологічних та етичних систем, призначенням яких була допомога індивіду в пошуку джерела сили та цілісності, набуття здатності вистояти і, навіть, стати щасливим у суспільстві, яке радикально змінюється і вже не може захищати. Філософи, які у цей час фактично виконували функції психотерапевтів, у своїх лекціях розмірковували як про загальні стратегії досягнення душевного спокою, так і про конкретні засоби подолання, наприклад, нічних кошмарів або різного роду фобій [6]. У творах цілителів Стародавнього Риму теж описуються конкретні психотерапевтичні прийоми допомоги хворому: вивчення його хибних думок, використання у роботі з ним корисної дії цікавих розповідей та зовнішніх вражень; гімнастика; читання вголос тексту з помилками для пробудження критичної здатності; відвідання театральних вистав, здатних розвіяти печаль та розігнати тривогу тощо [8].

Пізніше, у середньовіччі, наукова думка знову опинилася під владою містики та схоластики. Всюди у Європі палали вогнища інкві-

зиції, на яких спалювали не лише чаклунів та відьом, а й депресивних хворих з ідеями самозвинувачення, осіб з істеричними розладами, параноїків та інших психічно хворих людей. В ті часи в суспільстві знову актуалізувались тенденції магічної свідомості і, як наслідок, психотерапія знову стає частиною обрядів, тепер уже і християнських. Функції «психотерапевтів» виконували як чаклуни, відьми, ясновидці та інші подібні постаті, так і священники, зокрема в особі інквізиторів. Особливо чітко це простежується у XIV –XV століттях з їх інквізиційними процесами щодо психічнохворих та показовими стратами відьом. Саме в ті часи були створені спеціальні посібники для діагностики відьомства і одержимості дияволом та їх подолання [8].

Лише у XVIII ст., після Великої французької революції, яка спричинила не тільки корінні зміни у суспільному житті Європи, але й могутній розвиток науки, були подолані марновірства і забобони стосовно психічних захворювань та їх лікування і склалися наукові передумови для розвитку психіатрії і психотерапії. У цьому процесі особливо вагомою була роль наукового осмислення явища гіпнозу. Гіпнотичні феномени, відомі із стародавніх часів, наприкінці XVIII – початку XIX ст. викликали посилений інтерес у зв'язку із діяльністю Франца Антона Месмера та його послідовників, що практикували так званий «магнетизм». Раптові зцілення людей, які, завдяки фізичному контакту з магнетизером, або торкаючись «намагнетизованих» ним предметів, впадали в трансівні стани і позбавлялись своїх симптомів, спонукали представників науки шукати раціоналістичне пояснення даних феноменів. Зазначимо, що на той час суспільство вже було готове до такого пояснення і потребувало його. Серед дослідників гіпнозу як наукового явища і лікувального методу слід згадати Д. Бреда, А. Л'єбо, І.Бернгейма, Ж.Шарко, А.Фореля. Їх ідеї надихали дослідження гіпнозу у наступних поколіннях (З. Фройд, І. Павлов, В.Бехтерєв, Дж. Шульц та інші відомі вчені), в результаті яких було розроблено ряд теоретичних концепцій стосовно механізмів гіпнозу, методів визначення гіпнабельності та гіпнотизації, сфер застосування гіпнозу. Головним же результатом цих досліджень, якщо мати на увазі контекст становлення наукової психотерапії, було з'ясування ролі психогенних факторів у розвитку невротичних захворювань. Таким чином, як зазначають автори «Психотерапевтичної енциклопедії» [8], гіпноз та його дослідження стали початком всієї наукової психотерапії у всьому розмаїтті її методів.

Визначним для розвитку психотерапії виявився кінець XIX – початок XX ст. В 1872 році Д. Т'юк вперше ввів у науковий обіг термін

«психотерапія» — в опублікованій ним книзі «Ілюстрація впливу розуму на тіло» один із розділів мав назву: «Психотерапія». У цей період у медицині поряд із подальшим розвитком гіпнозу та інших сугестивних технік, і значною мірою на противагу їм, починають розроблятися нові методи психотерапевтичного впливу. Так, швейцарський невропатолог П.Дюбуа як альтернативу терапії навіюванням запропонував метод, який апелював перш за все до розуму, мислення клієнта; французький лікар Дж. Дежерін, критикуючи як гіпноз за його директивність, так і раціональну терапію за нехтування емоційною підтримкою пацієнта, розробив метод психотерапії на основі переконання, що включав як основний елемент емоційний контакт між пацієнтом та лікарем для створення довірчих стосунків між ними. Іншим прикладом психотерапевтичного підходу, що передбачав теплу та відкриту атмосферу спілкування, був метод психотерапії, розвинутий німецьким лікарем Дж. Марциновським. Сутність його полягала у формуванні у пацієнта духовного світоспоглядання, завдяки якому він підіймався над своєю обтяженою проблемами особистістю і починав розглядати себе як частину людства, природи, одночасно усвідомлюючи свою індивідуальність та самоцінність власного існування [8].

В кінці XIX ст. Європою поширились ідеї екзистенціалізму, джерелом яких вважається вчення релігійного мислителя Сьорена К'єркегора (1813-1855 рр). Згідно цього вчення, в центрі уваги філософів має бути людське існування в його духовному сенсі – екзистенція, яка проявляється тривогою, піклуванням, любов'ю, совістю, відповідальністю тощо і досягається людиною в граничних та екстремальних станах (боротьба, страждання, смерть). Згадані вище методи психотерапії Дж. Дежеріна та Дж. Марциновського несуть очевидний відбиток цих філософських ідей. Сам розвиток філософії у напрямку екзистенціалізму з його увагою до людини та людського існування в їх конкретних проявах показує, що і у XIX столітті у якості спеціалістів «по душі» виступали не тільки лікарі, але й філософи. Взагалі, як зазначає М.М. Решетніков, психіатрія та психотерапія як самостійні напрямки з'явилися — всупереч поширеній думці — не стільки як результат розвитку медицини, скільки завдяки імплікації філософського та психологічного знання (гуманітарного знання) в медичну (біологічно орієнтовану) науку і практику [10].

Надзвичайним проривом у розвитку психотерапії стали дослідження і практична діяльність З. Фрейда, початок яких припадає знову ж таки на кінець XIX ст. Постать З. Фрейда досі залишається най-

авторитетнішою у історичному контексті наукової психотерапії завдяки створенню ним психоаналізу – цілісної теоретичної системи, що включає в себе теорії загального психічного розвитку людини, психологічного походження неврозів і психоаналітичної терапії. Психотерапія в цілому, а психоаналітична зокрема, зобов'язані З.Фройдом тим, що він вперше показав важливість дослідження дитинства для розуміння природи психіки людини, обґрунтував наявність великого шару «несвідомого» в людській психіці та його детермінуючу роль у функціонуванні і розвитку особистості, довів терапевтичну доцільність розкриття несвідомих психічних процесів та розробив методи їх аналізу.

Якщо розглянути феномен появи і бурхливого розвитку психоаналізу з точки зору суспільних передумов, то перш за все слід відмітити високий авторитет медичної науки у Європі того часу і готовність суспільства та свідомості людей до сприйняття думки про складність і суперечливість людської психіки, в тому числі ідеї про пошук коренів ряду захворювань у заблокованій сексуальній сфері. Крім того, простежується певний зв'язок між суспільно-політичним укладом життя та досить тривалими і дорогими формами психоаналітичної психотерапії, адже її «користувачами» ставали переважно представники середнього класу, освічені, заможні, які мали час на психотерапію і розглядали її не тільки як лікування, але й як форму самопізнання, сповнене духовності, корисне і цікаве проведення часу.

В цілому психоаналіз, на думку Мюррея Боуена, призвів до справжньої революції в психіатрії і психотерапії і став рушійною силою могутнього розвитку психотерапевтичної галузі знань в цілому [2]. Сам З.Фройд був лікарем і розглядав свою теорію як подальший розвиток медицини. Разом з тим психоаналіз фактично став однією з перших психологічних моделей психотерапії, важливі характеристики якої (надання великого значення взаємодії і взаємостосункам між терапевтом і пацієнтом; використання розмовної, а не медикаментозної терапії; необов'язковість постановки діагнозу; необхідність для терапевта проходження власної терапії і необов'язковість для нього професійної медичної підготовки тощо) суттєво відрізнялись від моделі, прийнятої на той час в медицині. Отже, можна сказати, що поява психоаналізу, можливо, навіть, всупереч бажанням З. Фрейда, стала першим серйозним кроком для поступового виокремлення психотерапії в самостійну, в тому числі і від медицини, галузь знань і окрему професію. Зокрема, на думку М.М. Решетнікова, заснування у 1913 році професійного психоаналітичного співтовариства вперше створило умови для

виокремлення категорії спеціалістів, які займалися виключно душевним станом пацієнта (і нічим більш) і для перетворення аматорської психотерапії в професійну [10].

Розвиток психотерапії на початку ХХ ст. перш за все був пов'язаний із подальшим розвитком, зміцненням та розширенням психоаналітичного руху – доопрацювання та надання З.Фройдом цілісності і завершеності своїй психотерапевтичній системі; поява нових теорій, течій, шкіл; розширення географії психоаналізу; зростаючий його вплив не тільки на психіатрію і психологію, але й на літературу, мистецтво, культурологію, соціологію та інші сфери суспільного життя. Разом з тим той час був знаменний також поступовим розвитком біхевіоризму – напряму у психології, що став теоретичним підґрунтям поведінкової психотерапії.

В психології виникнення біхевіоризму як самостійного напряму прийнято пов'язувати з ім'ям американського психолога Д.Уотсона, який всупереч методології домінуючої на початку ХХ ст. інтроспективної психології з її орієнтацією на дослідження свідомості, закликав розглядати психологію як об'єктивну експериментальну науку, основним предметом якої є поведінка. Спираючись на дослідження Е.Л.Торндайка, І.П.Павлова, В.М.Бехтерева та інш., Д.Уотсон планував побудувати науку, вільну від суб'єктивних методів, у якій би всі сфери поведінки людини розглядались в об'єктивних термінах «стимул-реакція» і яка б була надійним підґрунтям для розв'язання актуальної для суспільства проблеми прогнозування і контролю поведінки [5; 7].

Закладена Д. Уотсоном наукова школа біхевіоризму стрімко розвивалась. Цей потужний процес Л.Краснер назвав поведінковим рухом в американській психології, який виник під впливом суспільних сил (зміна ритму життя, сплеск суспільної активності, зростання популярності точних наук, поява соціального замовлення на формування адекватної поведінки тощо) і, в свою чергу, здійснив зворотній вплив на суспільство, в надрах якого він виник [5]. Вплив теорій біхевіоризму, особливо концепції оперантного наuczіння Б.Скіннера, на психотерапевтичну практику суттєво відчувся в 50-ті роки минулого століття, коли власне і виник термін «поведінкова психотерапія». Як і передбачав Д.Уотсон, основною метою цього виду психотерапії стало формування і закріплення здатності до конкретних дій та набуття технік, що дозволяють покращити самоконтроль. [7].

У становленні поведінкової психотерапії як окремого напряму велику роль відіграли дослідження Дж. Вольпе і А.А. Лазаруса (ЮАР),

Д.Шапіро і Г.Айзенка (Англія), Н.Азріна, Т. Айллона і А.Бандури (США). Завдяки цим дослідженням в 1960-1970-х рр. поведінкова психотерапія довела свою ефективність і стала одним із провідних напрямів не тільки в американській, але й у світовій психотерапії.

Подальший розвиток поведінкової психотерапії пов'язують із відходом від початкової парадигми («стимул-реакція») і розглядом когніцій як проміжних змінних, що регулюють емоційні, мотиваційні і моторні процеси та пояснюють зв'язок між стимулом і поведінкою. Відповідно використовуються більш продуктивні когнітивні та соціальні теорії навчання, а також теорії перероблення інформації, комунікації та інш. (А.Елліс, А.Бек, Д.Мейхенбаум, М.Махоні та інш.) Таким чином, можна сказати, що поведінкова психотерапія – це напрям, який постійно розвивається, змінюючи теорії, модифікуючи старі і розширюючи спектр нових методик. В цілому ж поведінковий рух, започаткувавшись у лоні експериментальної психології, подібно до психоаналізу, що розвинувся на здобутках медицини, сприяв зміцненню авторитету психотерапії у суспільстві, становленню її як науки і окремої професії.

Наступний етап в історії психотерапії пов'язаний із виникненням і розвитком гуманістичного напрямку. Як вже зазначалося вище, гуманітарне знання було постійним фактором розвитку психотерапії. Уточнюючи це твердження скажемо, що становлення психотерапії як науки і практики є результатом постійної взаємодії біологічно зорієнтованої та гуманітарно зорієнтованої гілок знань, у ході якої то одна, то інша з них виходила на перші позиції. У 60-70 рр. ХХ ст. у Європі та США склалися умови, за яких гуманітарний аспект розвитку психотерапії найбільше відповідав потребам суспільства, у якому актуалізувалися проблеми смислу життя, самотності, відокремленості, формальності людських стосунків тощо. У вирішенні цих проблем психоаналітичні і поведінкові підходи поступалися гуманістичним, які стрімко розвивалися і виступили у своїй сукупності як третя сила в психотерапії.

Розвинувшись на теоретичних засадах гуманістично-екзистенційної психології (Г. Олпорт, Г.Мюррей, Дж.Келлі, Ш.Бюлер, К.Роджерс, А.Маслоу, Р.Мей та інш.), гуманістична психотерапія вирізняється такими загальними принципами, як визнання провідної ролі свідомого досвіду у розвитку людини, цілісного характеру її природи, акцентування свободи волі, спонтанності, творчого потенціалу індивіда. Згідно з теоріями основоположників гуманістичного напрямку (А. Маслоу, К.Роджерс), для людини характерно також прагнення до

самоствердження і позитивного росту: у А.Маслоу – це прагнення до самоактуалізації як вища людська потреба; у К.Роджерса – це вроджена тенденція людини до розвитку своїх оптимальних здібностей. Фрустрація цих важливих потреб веде до послаблення людини, розвитку різних патологічних змін. Гуманістичний напрям визнається як найменш однорідний в психотерапії, що поєднує у собі такі різні методи, як клієнт-центровану психотерапію К. Роджерса, логотерапію В.Франкла, екзистенційний аналіз Ж.-П. Сартра, гуманістично-екзистенційну психотерапію Дж. Бюдженіаля, гештальттерапію Ф.Перлза, біоенергетичний аналіз О.Лоуена, трансперсональну психотерапію та інші.

Що стосується ролі гуманістичного напрямку у становленні психотерапії як наукової дисципліни, то у свій час саме цей напрям зазнав найбільше критики за свою «ненауковість», суб'єктивізм, невіразні технології, «трюкацтво», тяжіння до містики та інші особливості. Разом з тим гуманістична психологія і психотерапія, акцентуючи унікальність людської природи взагалі і кожної окремої людини зокрема, змогла запропонувати для вивчення її внутрішнього світу – сфери інтуїції, смислів, цінностей, інтенцій – більш чутливі методи (екзистенційні, феноменологічні), ніж, наприклад, біхевіоризм, який досліджує людину переважно з точки зору причинно-наслідкових пояснень. З часової перспективи видно також, що гуманістичний рух суттєво вплинув на розвиток інших напрямів психотерапії. Вже говорилося вище про трансформаційні процеси в поведінковій психотерапії, яка змушена була розширювати рамки своїх теорій для врахування змінних, що регулюють як зовнішню поведінку, так і внутрішні психічні процеси людини. Суттєвих змін зазнала і психоаналітична парадигма, зокрема сучасний психоаналіз відрізняється від класичного саме більш гуманістичними установками у взаємостосунках «пацієнт - психотерапевт». Отже, гуманістичний напрям вніс свій особливий внесок у розвиток психотерапевтичної науки і практики і, як зазначають його дослідники [12], продовжує мати свої специфічні завдання, пов'язані із дослідженням і розвитком людської особистості в контексті пильної уваги як до її актуального досвіду, так і до історичного і культурного фону її становлення.

До цього часу мова йшла переважно про еволюційні процеси в західній психотерапії. Якщо ж звернутися до вітчизняної психотерапії, то шлях її розвитку яскраво підтверджує висловлені вище міркування стосовно взаємозв'язку та взаємодії психотерапії і суспільної свідомості. Як відомо, в Російській імперії, а згодом і в Радянському

Союзі функціонування психотерапії було обмежене виключно медичною галуззю, і, навіть, там вона мала вельми звужене поле діяльності. До 1917 р. однією з головних причин такого становища була позиція Православної церкви, яка перешкоджала впливу світської науки на дослідження та лікування душі. У радянські часи спеціальною «соціальною терапією» займалися ідеологічні працівники комуністичної партії – сама партія активно протидіяла поширенню будь-яких ідеологічно сторонніх теорій впливу, позитивно оцінювались у державі головним чином гіпноугестивні підходи у їх директивному варіанті. І все ж дослідники історії вітчизняної теорії і практики психологічної допомоги говорять про серйозні передумови для розвитку психотерапії, які склалися у російському суспільстві на початку ХХ ст. Так, О.Ф.Бондаренко виділяє три напрямки наукового пошуку, що стосувались практичного опанування психологічної проблематики [1]. Перший з них, медико-біологічний, пов'язаний з іменами І.М.Сеченова, І.П.Павлова, В.М.Бехтерева, О.О.Ухтомського та інш., мав яскраво виражену природничо-наукову спрямованість і став у подальшому основою медичних моделей радянської психотерапії (В.М. Мясищев, В.М.Блейхер, Б.Д. Карвасарський, В.Є. Рожнов та інш.). Другий напрямок – філософська психологія, яка розвинулась у лоні православної духовної традиції російської культури і предметом розгляду якої були не лише стосунки людини з Богом, але й взаємостосунки з ближніми, норми цієї взаємодії і взагалі поведінки людей, їх ставлення до речей та явищ світу. Саме в рамках цього напряму з'явилися перші книги, спрямовані не просто на загальне керування та настанову в житті, а й на розраду та духовну підтримку в стражданнях. Третій напрямок пов'язується із становленням радянської культурно-історичної психології і ім'ям Л.С. Виготського. Проблематика психологічної допомоги у доробку цього видатного вченого найчіткіше відображена в методологічних працях та роботах з дефектології. Як підкреслює О.Ф.Бондаренко, саме завдяки плідній діяльності Л.С.Виготського в роки розгрому російської філософії й культури зберігся зв'язок з європейськими та американськими течіями й традиціями в психології, що дало змогу утримати вітчизняну психологічну науку від падіння у прірву занепаду.

Тільки після послаблення тоталітарного режиму, в середині 80-х років ХХ ст., вітчизняна психотерапія почала поступово входити у контекст світової: вводиться викладання психотерапевтичних дисциплін у вищих навчальних закладах відповідного профілю; вивчаються західні моделі психотерапії та специфіка їх застосування на

вітчизняному ґрунті; розвивається терапевтичне психологічне знання в науці, активно досліджуються теоретико-методологічні аспекти психологічної допомоги; на основі наукової рефлексії психологічної практики розробляються власні оригінальні підходи і моделі у психотерапії та психологічному консультуванні; створюються професійні асоціації, які намагаються об'єднувати спеціалістів за їх інтересами, організовувати систематизовану спеціальну освіту, професійне спілкування, контакти із закордонними колегами тощо. Сьогодні можна говорити про цілу низку проблем, що переживає вітчизняна психотерапія на етапі свого становлення, однак вона стрімко розвивається, і цей розвиток, маючи свою соціокультурну специфіку, іде все ж таки у контексті процесів, що притаманні сучасному європейському та світовому психотерапевтичному простору.

Що стосується цих процесів, то можна сказати, що сучасний етап розвитку психотерапії у світі характеризується декількома виразними тенденціями. Насамперед, продовжує зростати популярність психотерапії у суспільстві, в зв'язку з чим вона все ширше включається не тільки у різні галузі медицини і психології, але й у інші сфери соціальної практики людини. Розвиваються споріднені із психотерапією види діяльності – теорія і практика психологічного консультування, організаційне консультування, коучінг та інш. Під впливом дії соціокультурних, економічних, психологічних чинників продовжують з'являтися також нові підходи, концепції, методичні прийоми у вказаних сферах.

Разом з тим у психотерапії є помітною і інша тенденція – інтегративний рух, прагнення до синтезу різних підходів, утворення цілого ряду нових напрямків і шкіл, які називають себе інтегративними [4]. Що ж спричинило розвиток цього руху в психотерапії? Виділяють наступні фактори його виникнення: розповсюдження багаточисельних форм та методів психотерапії, що ускладнювало їх вибір, а також вивчення та застосування; неадекватність жодного з психотерапевтичних напрямків щодо всіх категорій пацієнтів; пошук загальних базових процесів, характерних для всіх форм психотерапії, та поступове визнання того факту, що різні методи, по суті, мають більше схожого, ніж розбіжностей; приблизно однакова ефективність лікування незалежно від форм психотерапії; акцент на суттєвій ролі взаємовідносин „психотерапевт – пацієнт” за будь-яких форм психотерапії; соціально-економічні процеси в суспільстві, що висувають підвищені вимоги до якості, тривалості та ефективності лікування і здійснюють скоріше поєднуючий щодо психотерапевтів вплив, ніж роз'єднуючий.

Найзагальнішим фактором розвитку інтегративного руху в психотерапії визнається необхідність врахування психотерапевтом при виборі методів не стільки власних теоретичних позицій, скільки індивідуальних клініко-психологічних властивостей особистості пацієнта, а також особливостей його хвороби і потреб.

Отже, ідея інтеграції різних психотерапевтичних методів стала однією із провідних у сучасній психотерапії. Вироблені принципи, дотримання яких передбачає поняття інтегративності: використання еkleктизму як складової частини інтеграції; об'єднання можливостей відповідних наукових дисциплін – медицини, психології, соціології, педагогіки, нейрофізіології та інш., синтез теоретичних положень різних психотерапевтичних напрямів з урахуванням провідної концепції особистості та її розвитку, психопатології і симптомоутворення.

Наступною і, можна сказати, найсуттєвішою тенденцією у сучасній психотерапії є становлення її як самостійної наукової дисципліни і професії. В ряді країн світу психотерапія вже визнана як окрема, незалежна професія і наука. Самостійний статус закріплений за психотерапією Страсбурзькою Декларацією з Психотерапії, прийнятою Європейською асоціацією психотерапії 21 жовтня 1990 р. [13] Декларація проголошує, що:

1. Психотерапія є незалежною науковою дисципліною галузі гуманітарних наук, практична діяльність у якій являє собою незалежну та вільну професію.

2. Психотерапевтична освіта вимагає високого рівня теоретичної і клінічної підготовленості.

3. Гарантується та забезпечується розмаїття психотерапевтичних методів.

4. Освіта у галузі одного з психотерапевтичних методів здійснюється інтегрально: включає теорію, власний терапевтичний досвід, практичну діяльність під супервізією. Одночасно набуваються достатні уявлення про інші методи психотерапії.

5. Доступ до такої освіти можливий за умови широкої попередньої підготовки, зокрема у галузі гуманітарних та суспільних наук.

Отже, сьогодні психотерапія визнана самостійною наукою, незалежною і відмінною як від медицини, так і психології, у лоні яких вона довгий час розвивалась. Важливим завданням у зв'язку з цим є визначення наукових атрибутів нової науки — її об'єкта, предмета, цілей і завдань, методології і методів та інш. Хоча література з цього питання вельми нечисленна, і серед авторів немає однастайності у виділенні і визначенні властивостей психотерапії, спробуємо узагальнити ті відомості, які є.

Згідно сучасних поглядів, психотерапія, як самостійна наукова галузь складається з декількох важливих розділів: теорії — уявлень про природу людської психіки та внутрішні рушійні сили, механізми різних форм порушень; технічних прийомів та методів роботи; власне процесу та мистецтва психотерапії; проблем особистості самого терапевта та його професійної підготовки; питань психологічної діагностики; проблем наукового дослідження. Що стосується сутнісного **визначення** психотерапії, то у загальному вигляді її характеризують як особливий вид міжособистісної взаємодії, при якому пацієнтам (клієнтам) надається професійна допомога у розв'язанні проблем чи труднощів психічного характеру психологічними засобами [8]. У ряді визначень підкреслюється, що психотерапія – це наука (і мистецтво) надання компетентної планомірної та структурованої допомоги людині (пацієнту, клієнту) за допомогою душевних (психічних: інтелектуальних та емоційних) ресурсів іншої людини (підготовленого спеціаліста, психотерапевта).

Виділяють також декілька **моделей** психотерапії, при визначенні яких акцентуються дещо різні уявлення про її **цілі** і **завдання**. Так, описуючи **медичну модель** психотерапії, зазначають, що йдеться про метод лікування, який впливає на стан і функціонування організму людини у сферах психічної і соматичної діяльності [8]. У вітчизняній літературі прийнятим є визначення медичної психотерапії як системи лікувального впливу на психіку і через психіку на організм хворого. Вказується, що основна увага в медичній моделі психотерапії приділяється знанню нозології, синдромології, клінічної картини розладу, а основним її завданням є робота з симптомом та його ліквідація [3]. **Психологічну модель** психотерапії характеризують як метод впливу чи діяння, що приводить у рух процеси розвитку свідомості і особистості людини (розширення ідентичності, самореалізацію, научіння, особистісне зростання і т.д.). У даній моделі постановка діагнозу не є обов'язковою, а основне завдання пов'язане не стільки із зняттям симптомів, скільки із сприянням особистісному розвитку людини. В деяких джерелах виділяють так звану **філософську модель** психотерапії, що орієнтована на широкий комплекс явищ, які відбуваються у ході взаємодії і спілкування людей. Ще говорять про **соціологічну модель** як про метод інструментальної маніпуляції, що слугує цілям соціального контролю [8]. У подальшому викладі при розгляді інших характеристик психотерапії як науки ми будемо мати на увазі перш за все медичну і психологічну її моделі як відоміші і такі, що більше підпадають під загальне визначення психотерапії.

Об'єкт впливу в медичній моделі — «пацієнт», «хворий», в психологічній — частіше говорять про «клієнта», що підкреслює більшу рівноправність сторін у останній моделі, а також притаманні їй уявлення щодо більшої активності і відповідальності самої людини за розв'язання своїх проблем, ніж це має місце в медичній моделі. Відповідно психотерапевт у медичній моделі виконує директивну, експертну роль, у психологічній — скоріше партнерську, супроводжуючу. Зауважимо при цьому, що в медичній психотерапії зазвичай акцентується організмичний аспект об'єкту впливу, в психологічній — об'єктом практичного прикладання завжди виступає особистість.

Визначаючи **методологічні засади** психотерапії більшість дослідників констатують обмеженість природничо-наукової парадигми у поясненні процесів, притаманних психотерапії, і звертаються до гуманітарної традиції, перш за все до філософських і психологічних знань. Нагадаємо, що саме ці знання стали основою методологій провідних напрямів психотерапії, про які йшла мова вище. Наразі в літературі дискутується питання про розробку загальної цілісної методології, яка б відповідала усім напрямам сучасної психотерапії. Деякі автори висловлюють сумніви у можливості і доцільності розробки такої методології [10], однак всі відзначають необхідність вироблення загальних методологічних принципів [8,10]. Певним чином це завдання уже вирішується у міру розвитку інтегративного руху в психотерапії з характерним для нього пошуком та дослідженням загальних факторів психотерапевтичного впливу і прагненням до концептуального синтезу різних підходів. Що стосується методів психотерапії як конкретних **технік** та **прийомів**, то в медичній моделі традиційно використовуються сугестивні техніки, раціональна терапія, фармакологічні засоби; в психологічній моделі фармакологічні засоби зазвичай не використовуються, а прийоми і техніки вербальної і невербальної комунікацій варіюються у залежності від напрямів, підходів та шкіл психотерапії.

Як бачимо, є певні відмінності у властивостях медичної і психологічної моделей психотерапії. Разом з тим, як зазначають автори підручника «Психотерапія» [3], між ними немає прірви, оскільки їх об'єднує орієнтація на допомогу людям, частина з яких тяжіє до психологічної моделі, а частина складається з так званих «непсихологізованих» пацієнтів, яким більше підходить допомога у руслі медичної моделі. Отже, уявляється, що в новій парадигмі психотерапії дані моделі складають не альтернативу одна одній, а є певними полюсами психотерапевтичного простору, знання щодо яких повинен мати кожен психотерапевт.

Висновки

Психотерапія як особливий вид міжособистісної взаємодії, предметом якої є питання відновлення здоров'я, досягнення зрілості, переживання страждання чи усвідомлення смислу притаманна певним етапам розвитку будь-якого суспільства. Її виникнення і форми залежать від соціального запиту, обумовленого менталітетом людей та основними тенденціями розвитку суспільства.

Становлення психотерапії як науки і практики є результатом постійної взаємодії природничо зорієнтованої та гуманітарно зорієнтованої гілок знань, у ході якої домінування однієї чи іншої з них обумовлюється знову ж таки особливостями розвитку суспільства та його потреб. Показовою ілюстрацією цього процесу є послідовне виникнення, розвиток і взаємодія психоаналітичного, поведінкового та гуманістичного рухів в історії психотерапії.

Зміцнення авторитету психотерапії у сучасному суспільстві, її популярність як професійної допомоги, побудованої на засадах партнерства, не тільки в медицині і в психології, а й в інших сферах соціальної практики, обумовлюють її поступове виокремлення як самостійної наукової дисципліни і професії. Про це свідчать Страсбурзька декларація з психотерапії, а також інші суттєві тенденції в розвитку сучасної психотерапії: інтегративні процеси, пошук у галузі методології, теорії, методів дослідження тощо.

Література

1. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості. Харків, Фоліо, 1996. — 237 с.
2. Боуэн Н. Психотерапия — прошлое, настоящее и будущее. // Эволюция психотерапии. Том I «Семейный портрет в интерьере»: Семейная терапия. М «Класс», 1998 г.
3. Бурлачук Л.Ф., Кочарян А.С., Жидко М. Е. Психотерапия: Учебник для вузов, 2-е изд., СПб: «Питер», 2007. — 480 с.
4. Кісарчук З.Г., Лазос Г.П. Інтегративний підхід у сімейній психотерапії // Актуальні проблеми в психології. Том 3. Консультативна психологія і психотерапія. Збірник наукових праць. К. Міленіум, 2005 — вип. 3 Стор. 21-36.
5. Краснер Л. Бихевиоризм: история // Психологическая энциклопедия. 2-е изд. / под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. — СПб: Питер., 2006. С.61-62.

6. Мей Ролло Р. Терапия сегодня // Эволюция психотерапии. Том 3. «Let it be...» Экзистенциально-гуманистическая психотерапия. М., Класс, 1998. С. 72-84.
7. Психологическая энциклопедия. 2-е изд. / под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. — СПб: Питер, 2006 — 1096 с.
8. Психотерапевтическая энциклопедия. / под ред. Б.Д. Карвасарского. — СПб: Питер, 2000 — 1024 с.
9. Психотерапия: новая наука о человеке. Екатеринбург: «Деловая книга». М. «Академический проект», 1999. — 397 с.
10. Решетников М. М. Психотерапия — как концепция и как профессия / Форум психіатрії і психотерапії. Том 5 — 2004.С. 65-71.
11. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М. Прогресс. 1998. — 480 с.
12. Смит М.Б. «Гуманистическая психология» // Психологическая энциклопедия. 2-е изд. / под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. — СПб: Питер., 2006. С. 156-159.
13. Українська спілка психотерапевтів. Інформаційний довідник. Львів, 2006 – 2007, — 80 с.
14. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. // М. Наука., 1991. – 456с.