

Манілов І. Ф.,

*кандидат психологічних наук,
провідний науковий співробітник
Інституту психології імені Г. С. Костюка
Національної академії наук України*

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ НЕПОВНОЛІТНІХ МЕТОДОМ КОНФРОНТАЦІЙНОЇ СУГЕСТІЇ

Одним із найбільш перспективних та науково обґрунтованих напрямків психокорекційної та психотерапевтичної допомоги неповнолітнім з девіантною поведінкою є когнітивна психотерапія. Згідно її базових положень, емоціональні та поведінкові проблеми є наслідком порушень когнітивних процесів [5; 6]. Думки, які заважають людині долати різноманітні життєві ситуації та викликають неадекватні емоційні реакції називають дезадаптивними. У добре адаптованих людей, когнітивні стратегії сприйняття реальності відрізняються гнучкістю і здатністю змінюватися відповідно до нового досвіду. Коли здатність гнучко пристосовуватися до безперервних змін у середовищі порушується, починають виникати всілякі ригідні дезадаптивні думки і переконання, які, рано чи пізно, призводять до тих чи інших девіацій поведінки. У найбільш загальному вигляді цей процес виглядає наступним чином: провокаційна конфліктогенна ситуація – дезадаптивні когнітивні процеси – неадекватна емоційна реакція – девіації поведінки.

Більшість дезадаптивних когнітивних утворень формується вже в дитячому віці. Саме тому вкрай важливо починати їхню корекцію якомога раніше. Психокорекційний вплив, як правило, реалізується у чотири етапи: 1) ідентифікація дезадаптивних думок; 2) віддалення або виклик сумніву; 3) перевірка дезадаптивних думок на достовірність; 4) заміна дезадаптивних думок на адаптивні. Одними з головних інструментів корекційного впливу є переконування. Процес переконування, найчастіше, здійснюється шляхом зіткнення суперечливих несумісних думок, та вибудовування низки логічно узгоджених суджень, які призводять до перегляду колишніх поглядів на ті чи інші явища життя і формуванню нових, більш адаптивних. На жаль, такої форми психокорекційного впливу недостатньо для роботи з дітьми, що мають стійкі відхилення у поведінці. В першу чергу, це пов'язано з відсутністю у більшості девіантів необхідного досвіду і навичок логічного мислення, а також здатності утримувати увагу на нецікавій для них темі. Крім того, дезадаптивні думки характеризуються «автоматичністю»,

слабкою усвідомленістю, «его-синтоністю» та стійкістю [4]. Все це не дозволяє реалізовувати переконування у повній мірі. Крім того, багато девіантів, свідомо чи ні, пручається психологічним та педагогічним впливам аж до відкритих проявів негативізму. У такій ситуації більш прийнятною формою психокорекційного впливу є сугестія або навіювання. Навіювання дозволяє обминути свідомий опір і досягати бажаних змін з мінімальним рівнем конфронтації і у відносно короткі терміни [1].

Аналіз фахових досліджень з проблеми психологічної корекції девіантної поведінки неповнолітніх показав, що необхідно розробити такий метод сугестивного впливу, який дозволив би: 1) здійснювати навіювання переважно у стані неспання, що дозволить проводити сугестію не тільки гіпнотерапевтам, але й звичайним психологам; 2) навіювати ідеї, які не є прямою антитезою дезадаптивних думок, на перший погляд не суперечать їм але згодом поволі розхитують та руйнують будь які дезадаптивні процеси; 3) створити ситуацію, коли альтернативні адаптивні думки сприйматимуться сугерендом начебто його власні, а не такі, що були нав'язаними ззовні. Тобто необхідно дати сугеренду можливість відчувати себе активним учасником психокорекційного процесу.

Проведені дослідження показали, що даним вимогам цілком відповідає метод конфронтаційної сугестії, який є одним з провідних методів Мультимодальної сугестивної психотерапії [2]. В процесі психокорекційної роботи сугеренду навіюють думки, ідеї, які є логічно несумісними з попередніми дезадаптивними. Внаслідок цього зіткнення виникає феномен когнітивного дисонансу з подальшою корекцією дезадаптивної думки. Для успішної реалізації такого психокорекційного навіювання необхідно навіювати начебто нейтральні ідеї, які, на перший погляд, збігаються з основними світоглядними настановами сугеренда та не викликають у нього негативного емоційного відгуку і супротиву, однак змістовно суперечать дезадаптивним думкам та переконанням. Ідеї повинні бути загальновідомими і, по можливості, самоочевидними, не суперечити науковим фактам та індивідуальному життєвому досвіду сугеренда. Експериментальні дослідження показали, що психологічну корекцію девіантної поведінки доцільно здійснювати за допомогою навіювання, насамперед, загальних світоглядних принципів – безперервної мінливості, взаємозв'язку, відносності, які є основою подальшого процесу руйнування ригідних дезадаптивних когнітивних схем [3].

Найбільший психокорекційний потенціал має принцип безперервної мінливості. Основна його ідея – світ перебуває в постійному русі. Все безперервно змінюється і зупинити цей процес неможливо. Нічого не можна досягти, раз і назавжди, а тому зміни, це основа життя,

а готовність до них – запорука адаптивності. Ідея постійної мінливості світу є ключовою для формування гнучкого мислення, здатного долати постійно виникаючі протиріччя і парадокси буття.

Наступний світоглядний принцип – принцип взаємозв'язку. В основу його покладена ідея єдності світу. Всі об'єкти і явища, в тій чи іншій мірі, пов'язані між собою і впливають одне на одне. Сила цього взаємовпливу різна. Іноді, окремі впливи помітно переважають і тоді іншими можна певною мірою знехтувати. Розуміння ідеї єдності світу є основою гнучкості в оцінках тих чи інших життєвих ситуацій.

Ще один важливий світоглядний принцип – принцип відносності. Якщо всі об'єкти і явища взаємопов'язані, то будь-яка точка відліку, будь-яка система координат умовні. Немає нічого абсолютного. Немає абсолютно правильного і неправильного. Жоден вибір, жодне рішення не може бути однозначно вдалим чи невдалим. Оцінка будь-якого вчинку залежить від обраного критерію.

Деадаптивні думки завжди ригідні, статичні, «остаточні» і тому несумісні з ідеями безперервної мінливості, взаємозв'язку, відносності. Саме тому, навіяні і доведені до самоочевидності базові світоглядні принципи стають саме тими конкуруючими переконаннями, що поступово розхитують і руйнують деадаптивні когнітивні утворення. В результаті зіткнення несумісних переконань перемагає більш універсальне і перевірене досвідом переконання. Все що йому суперечить, мимоволі піддається сумніву і перегляду. Необхідно проводити перевірку на сумісність з базовими світоглядними принципами кожної деадаптивної думки окремо. Кожне переконання яке має ознаки деадаптивного повинно пройти верифікацію.

Крім того, впродовж всієї психокорекційної роботи сугеренду імперативно на пряму чи опосередковано необхідно навіювати: впевненість у власних силах, можливостях і творчому потенціалі; необхідність гнучкого підходу до оцінок людей і ситуацій, небезпеку будь-якого догматизму, терпимість до прояву «інакомислення»; ідею наявності позитивного ресурсу у будь-якій життєвій ситуації; шкідливість будь-яких утриманських сподівань, а також необхідність прийняття повної відповідальності за власні рішення; бажаність і виправданість зусиль на ведення здорового способу життя. Освітній рівень сугеренда не є вирішальним чинником успішної реалізації навіювань. Навіть при невисокому рівні інтелектуального розвитку дев'янта, суттєвих проблем, як правило, не виникає.

Для успішної реалізації психокорекційних процедур необхідно використовувати комплексний сугестивний вплив. У найбільш загальному вигляді процедура комплексного психокорекційного сугестивного впливу складається з наступних частин: встановлення психологічного

контакту з девіантом та блокування його негативізму на адресу оточуючих; виявлення дезадаптивних думок та переконань; навіювання загальних світоглядних принципів безперервної мінливості, взаємозв'язку та відносності та поступове «розхитування» обмежуючих дезадаптивних думок та переконань; приховане інформування девіант на про соціально прийнятні цілі та формування настанови на можливість їх досягнення; створення зрозумілого і бажаного для девіанта «персонального образу результату»; формування настанови на те, що всі психокорекційні завдання наближають до бажаної мети; підвищення віри девіанта в себе і свої сили за допомогою непрямого навіювання; формування позитивного стилю мислення; створення настанови на автономність і самостійність в ситуації прийняття важливих рішень; ситуативна підтримка девіанта, коли в його житті трапляються несподівані психологічно травмуючі перешкоди.

Список використаних джерел:

1. Бурно М.Е. Клиническая психотерапия. М. : Академический Проект; Деловая книга, 2006. 800 с.
2. Манилов И.Ф. Мульти模альная суггестивная психотерапия: исходные положения и принципы работы. *Психологічний часопис: збірник наукових праць*. 2019. № 1. Том. 21. С. 165–179. DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2019.1.21.11>
3. Манілов І.Ф. Психотерапевтична конфронтаційна сугестія: теоретичне обґрунтування та особливості реалізації. *Психологічний часопис : науковий журнал*. 2020. № 3. Вип. 6. С. 84–94 DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.3.8>
4. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия. *Основные направления современной психотерапии*. М. : «Когито-Центр», 2000. С. 224–267.
5. Beck A.T., Freeman A. (1990) *Cognitive therapy of personality disorders*. N.Y. : Guilford Press.
6. Ellis A. (1993) Reflections on Rational-Emotive Therapy / *J. of consulting and clinical psychology*. 61, 2, 199–201.