

Тема 11. Психологічна корекція девіантної поведінки

Психологічна корекція – це тактовне втручання у процеси психічного й особистісного розвитку людини для виправлення відхилень у цих процесах і часто впливає не лише на особистість, а й на її оточення, організацію життєдіяльності.

Психологічна корекція девіантної поведінки передбачає психологічне втручання в особистісний простір для стимулювання позитивних змін, послаблення або усунення тих форм поведінки особистості, що перешкоджають її соціальній адаптації, тактовне втручання у процеси психічного й особистісного розвитку людини для виправлення відхилень у цих процесах і часто впливає не лише на особистість, а й на її оточення, організацію життєдіяльності.

Зрозуміло, що надання психологічної допомоги у цьому випадку буде ефективним за умови бажання таких змін з боку девіанта. Тому основними завданнями психологічної інтервенції за девіантної поведінки особистості є такі: створення сприятливих соціально-психологічних умов для особистісних змін або одужання, розвиток мотивації на соціальну адаптацію або одужання; стимулювання особистісних змін; корекція поведінки з урахуванням специфіки її проявів у процесі психологічного консультування або психотерапії.

Так, наприклад, у разі делінквентної поведінки особистості важливими завданнями психокорекційної роботи є створення саногенного середовища або «психотерапевтичних оаз», тобто груп або стосунків, вільних від деструктивних впливів, у яких підкріплюються позитивні способи поведінки, відбувається зниження чутливості до кримінальних, стресових впливів, соціальне навчання і підвищення здатності особистості конструктивно вирішувати проблеми в делінквентному оточенні й успішно виходити з нього.

Етапи профілактично-корекційної роботи психолога з особами, схильними до девіацій:

- формулювання проблеми, висування гіпотези про причини девіації;

- діагностичний етап для перевірки й уточнення гіпотези;
- вибір адекватних методів і технологій надання психологічної допомоги особистості;
- складання програми психологічної допомоги та її реалізація;
- контроль за ходом реалізації програми і за необхідності внесення до неї корективів.

Виокремлюють декілька підходів із надання психологічної допомоги особистості в профілактиці та корекції девіантної поведінки відповідно до напряму психологічної науки. Так, зокрема, гештальтпсихологія і тілесно-орієнтована терапія спрямовані насамперед на подолання «внутрішнього розколу» між тілесним і духовним, формування почуття довіри поняттям «тут» і «тепер». Екзистенціальний підхід передбачає сприяння особистості у переосмисленні екзистенціальної ізоляції, підкресленні цінності й розмаїття світу, створенні привабливої життєвої перспективи, осмисленні сенсу життя. Поведінкова психологія розглядає способи встановлення адекватних контактів із іншими людьми через навчання відповідним засобам соціальної поведінки, зокрема, через тренування входу до певної ролі та виходу з неї тощо, детальне відпрацювання поведінкових реакцій. Інтеракціоністський підхід фокусується на прагненні людини поділити своє життя з іншими у пошуках вирішення соціальних ситуацій через обігравання певних ролей, забезпечення гнучкості їх меж за допомогою інших людей.

Завдання індивідуальної та групової психокорекції фокусуються на трьох складових самосвідомості:

1. Саморозуміння (когнітивний аспект).
2. Ставлення до себе (емоційний аспект).
3. Саморегуляція (поведінковий аспект).

Індивідуальні форми психокорекції девіантної поведінки

Індивідуальна психокорекція – це цілеспрямований безпосередній вплив на конкретну людину з боку психолога, який використовує для цього різні методи роботи.

Покази для індивідуальної (а не групової) роботи з психокорекції:

- дошкільний вік дитини;
- наявність істотних дефектів зовнішності або важких соматичних захворювань;
- ситуації «швидкої допомоги» (якщо під час обстеження виявляються інтенсивні агресивні й аутоагресивні тенденції).

Одним із методів надання соціально-психологічної підтримки є так званий «телефон довіри», що дозволяє провести анонімне консультування особистості, схильної до девіантної поведінки (Львів – 1558 <http://youtu.be/9MdxM2fqj2U>).

Виокремлюють такі етапи психологічної допомоги під час роботи телефону довіри.

Етапи роботи телефону довіри:

- початковий етап – людині надається впевненість у тому, що вона звернулася туди, де її зрозуміють і підтримають;
- уточнювальний етап – уточнення запиту на основі безумовного прийняття особистості людини, котрій надається допомога;
- діагностичний етап – допомога клієнту оволодіти проблемою, сформувати об'єктивну й чітку картину подій;
- психотерапевтична робота – мобілізація всіх ресурсів клієнта, встановлення і підтримка всіх здорових, позитивних ухвалень рішень – спільне відпрацювання варіантів вирішення проблеми; усвідомлення та прийняття клієнтом оптимального варіанта її вирішення; спільне формування плану дій, спрямованого на подолання критичної ситуації;
- заключний етап – підтримка та максимальне схвалення рішення клієнта якостей особистості, сприяння у підвищенні самооцінки, впевненості у собі; пошук ресурсів.

Програма роботи з дітьми молодшого шкільного віку в разі порушень розвитку особистості (Р. Овчарова):

- зняття стану емоційного дискомфорту;
- створення ситуації успіху;

- гармонізація внутрішньої суперечливості особистості;
- корекція залежності від оточуючих;
- зняття ворожості, формування адекватних форм соціальної поведінки;
- корекція тривожності, виховання впевненості у собі.

Прийоми корекційно-виховного впливу на підлітків-девіантів (Ю. Клейберг):

- зниження вимог до підлітка до досягнення ним соціальної та психологічної адаптації;
- залучення до колективних видів діяльності, стимулювання розвитку творчого потенціалу, самовираження;
- організація ситуацій успіху, розробка відповідних заходів для заохочення;
- демонстрація та роз'яснення позитивних зразків поведінки (через особистий приклад, образи з художньої літератури, періодики, біографій видатних людей) тощо.

Такий підхід сприятиме поступовій орієнтації підлітка на самовиховання як важливий чинник попередження девіантної поведінки в майбутньому.

Групові форми психокорекції девіантної поведінки

- Групова психокорекція – це цілеспрямоване використання групової динаміки, тобто всієї сукупності відносин і взаємодій, що виникають між учасниками групи, включаючи і психолога, в корекційних цілях.

До групових форм психокорекції (Н. Рудестам, Д. Карвасарський, К. Левін, Т. Яценко, Н. Максимова) належать:

- Тренінгові групи – Т-групи (тренінг комунікативності, тренінг особистісного зростання і т. д.).
- Соціально-психологічний тренінг.
- Групи взаємопідтримки (АА, АН, АІ, співзалежних).

Психокорекційна група:

- це штучно створена мала група, об'єднана цілями міжособистісного дослідження, особистісного навчання, саморозкриття (8–12 учасників);

• це взаємодія «тут» і «тепер», за якої учасники вивчають, що відбувається з ними в процесі міжособистісної взаємодії в цей момент і в цьому місці.

Фактори, що впливають на ефективність психокорекційної роботи:

1. Універсальність.
2. Прийняття.
3. Альтруїзм.
4. Катарсис.
5. Саморозкриття.
6. Зворотній зв'язок.
7. Інсайт (усвідомлення).
8. Корекційний емоційний досвід.
9. Перевірка нової поведінки.
10. Надання інформації, навчання спостереженню.

Завдання групи тренінгу:

1. Дослідження психологічної проблеми кожного члена групи та надання йому допомоги в її вирішенні.
2. Зміна неадаптивних стереотипів поведінки та досягнення адекватної соціальної адаптації.
3. Придбання знань про закономірності міжособистісних і групових процесів як основи для більш ефективного та гармонійного спілкування з людьми.
4. Сприяння процесу особистісного зростання, реалізації людського потенціалу, досягненню оптимальної працездатності, відчуття щастя.
5. Усунення хворобливих симптомів, що відповідають різним емоційним проблемам.
6. Корекція тривожності.
7. Корекція агресивності.
8. Корекція психотравми.
9. Корекція самооцінки.
10. Корекція конформності.
11. Формування асертивної поведінки.

Ефективною та науково доказовою є програма групової психокорекції дітей, які пережили психотравмуючі події, що слугує засобом профілактики девіантної поведінки дітей та підлітків від 8 до 18 років і має такі складові:

- ✓ теоретична база – когнітивно-поведінкова психотерапія (КПТ).

- ✓ попередня психодіагностика (опитувальник психотравмуючих подій – СВІТS);

- ✓ час проведення – 10 зустрічей;

- ✓ робота з батьками та вчителями.

Важливе місце у груповій психокорекції девіантної поведінки посідає робота груп анонімних алкоголіків (а також анонімних наркоманів тощо).

Анонімні Алкоголіки:

- це співтовариство чоловіків та жінок, які діляться один з одним своїм досвідом, силою та надією з метою вирішити їхню спільну проблему та допомогти іншим одужати від алкоголізму;

- громадська організація, яка об'єднує людей, котрі бажають позбутись алкогольної залежності, а також створює умови для обміну досвідом цілковитого утримання від алкоголю і взаємної підтримки на шляху одужання.

Перша подібна спільнота виникла 1935 року в США, але з часом нові групи почали з'являтися і в інших країнах.

На території України діють приблизно 100 груп анонімних алкоголіків: 24 – у Києві, 14 – у Луцьку, 15 – у Львові. Зокрема, у Полтаві сформована єдина в Україні Група анонімних алкоголіків, яка діє у Полтавській виправній колонії (№ 64) протягом чотирьох років.

12 кроків – це програма духовного переорієнтування для залежних від алкоголю чи наркотиків.

Метою є визнання своєї залежності, апелювання до «вищої сили» для лікування, відшкодування шкоди, завданої іншим в результаті залежності та донесення цілющого знання до інших залежних.

Значною мірою покладається на прийняття «вищої сили» або Бога, який може розумітися по-різному, але є обов'язковою діючою силою в одужанні.

- Ми визнали своє безсилля перед алкоголем, визнали, що ми втратили контроль над собою.

- Переконані, що тільки Сила більш могутня, ніж ми, може повернути нам розсудливість.

- Ухвалили рішення доручити нашу волю та життя Богу, як ми Його розуміли.

- Глибоко та безстрашно оцінили себе і своє життя з морального погляду.

- Визнали перед Богом, собою і будь-якою іншою людиною справжню природу наших оман.

- Повністю підготували себе до того, щоб Бог позбавив нас від усіх наших недоліків.

- Смирено просили Його виправити наші вади.

- Склали список усіх тих людей, кому ми заподіяли зло, і сповнилися бажанням загладити свою провину перед ними.

- Особисто відшкодовували заподіяний цим людям збиток, де тільки можливо, крім тих випадків, коли це могло зашкодити їм або кому-небудь іншому.

- Продовжували самоаналіз і, коли допускали помилки, відразу визнавали це.

- Прагнули шляхом молитви та міркування поглибити зіткнення з Богом, як ми розуміли Його, молячись лише про знання Його волі, яку нам слід виконати, і про дарування сили для цього.

- Досягнувши духовного пробудження, до якого призвели ці кроки, ми намагалися донести зміст наших ідей до інших алкоголіків і застосовувати ці принципи у всіх наших справах.

Отже, психокорекція девіантної поведінки особистості – це тактовне втручання у процеси її психічного та особистісного розвитку для виправлення відхилень у її поведінці, що часто впливає не лише на саму особистість, а й на її оточення, організацію життєдіяльності.