

## ДО РОЗУМІННЯ СУТНОСТІ ПОНЯТТЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ У ПРИКЛАДНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

*У статті здійснено теоретико-методологічний аналіз робіт вітчизняних і зарубіжних дослідників сутності феномену психологічної практики, визначено її роль, специфіку і місце у системі психологічного знання. Визначено також її зв'язок з науковою, позанауковою і побутовою психологією. Доведено, що психологічна практика є ключовим поняттям для побудови системи надання психологічної допомоги особистості та може мати наступні види – індивідуальна, групова, масова.*

**Ключові слова:** *прикладна психологія, практична психологія, психологічна практика, наукова психологія, позанаукова психологія, побутова (ужиткова) психологія.*

**Актуальність.** Бурхливий розвиток практичних галузей психології – психотерапії, прикладної психодіагностики, психологічної допомоги, консультування, психології управління, політичної психології, педагогічної психології, психології масових комунікацій та ін. гостро поставив питання теоретичного осмислення і систематизації категоріально-поняттєвого апарату самої психологічної науки.

Необхідність такого аналізу обумовлена у першу чергу тим, що в сучасних умовах існує велика кількість психологічних шкіл, течій і напрямів які застосовують власну, видуману у межах цих шкіл, термінологію – поняття і категорії. Якщо порівняти категоріально-поняттєві апарати різних психологічних течій, то стане очевидним їх неспівпадіння, нетотожність.

У першу чергу названі проблеми стосуються прикладної психології. Адже досі немає єдиного розуміння щодо понять "практична психологія", "прикладна психологія", "практичний психолог", "практикуючий психолог", "психологічне консультування" і т. ін. (Г.С. Абрамова, О.Ф. Бондаренко, С.Д. Максименко, Т.С. Яценко).

Велика кількість фахівців і організацій, що надають психологічні послуги, породила значне різнобарв'я методів, методик і форм роботи. Останні настільки різноманітні, що почасти виникає сумнів у тому, чи належать вони взагалі до психології. У всякому випадку стає очевидним потреба у теоретичному аналізі та узагальненні наукових досліджень з цієї проблеми і описі феноменів практичної психологічної діяльності.

Метою даної роботи є теоретичне визначення поняття психологічна практика та обґрунтування його застосування у категоріально-поняттєвому апараті прикладної психології.

Реалізація зазначеної мети можлива шляхом розв'язання наступних завдань:

– на основі теоретичного аналізу проблеми та емпіричного вивчення різноманітних практик, у тому числі і психологічних, визначити специфіку поняття психологічної практики та показати її місце у системі категорій і понять прикладної психології;

– ґрунтуючись на розумінні специфіки психологічної практики здійснити теоретичний опис її онтологічних засад та показати їх взаємодію і взаємовпливи у контексті надання практичної психологічної допомоги;

– теоретично систематизувати і обґрунтувати види, типи і методи психологічної практики, показати їх специфіку та місце у системі прикладної психології.

**Теоретичний аналіз проблеми.** Широкі дебати про те, що вважати у прикладній психології в якості центрального поняття, і одночасно, в якості основного феномену, який забезпечує розмаїття практичних методів, прийомів і технік змусили нас звернутися до філософських, соціологічних, психологічних і педагогічних першоджерел. Таке звернення дозволяє виокремити поняття психологічної практики у ряду інших практик, що притаманні людині.

Поняття психологічної практики існує разом з поняттями релігійна практика, педагогічна практика, медична практика, економічна практика, підприємницька практика та рядом інших практик. Зазначимо, що разом із наукою, науковими дослідженнями, науковою активністю в різних науках існують такі види і типи людської діяльності, які застосовують або впроваджують наукові здобутки певних галузей досліджень у практичній виробничій або соціальній діяльності [6].

Усі відомі нам психологічні практики можуть бути зведені до кількох типів активностей. Суб'єктом такої активності є окрема людина або група людей, що розглядається в якості соціального суб'єкту. Активність суб'єкту психологічної практики зазвичай носить свідомий, цілеспрямований характер і завжди спрямована на іншу людину або групу людей. Об'єктом психологічної практики завжди виступає інша людина або група людей. (Тут ми свідомо застосували поняття "об'єкт", хоча і розуміємо, що кожна людина наділена суб'єктністю).

Окремим видом психологічної практики є випадки коли сам суб'єкт виступає в якості об'єкту, коли його активність спрямовується на себе самого (самовиховання, самонавіювання і т.п.).

Психологічна практика здійснюється або безпосередньо через засоби спілкування, або опосередковано – через предметну або знакову діяльність. Метою всякої психологічної практики є зміни стану або змісту свідомості об'єкту (ставлень, переконань, уявлень, емоцій і т. ін.), рис або якостей особистості, зміни поведінки [1, 2, 5 – 8]. Психологічна практика може відбуватися або за згоди її об'єкта (у такому випадку говорять про співробітництво, довіру, психотерапевтичний альянс), або без такої згоди (тоді мова йде про маніпуляції, нав'язування, навіювання та ін.).

Психологічна практика відрізняється від усіх інших соціальних практик у першу чергу – своєю спрямованістю, метою, в другу чергу – засобами. Засоби, якими здійснюється психологічна практика, можуть бути і непсихологічними (наприклад – гімнастичні вправи, малювання, ліплення), але мета і результати завжди мають бути психологічними (у нашому випадку – зняття або полегшення наслідків психологічної травми, агресивності і т.п.).

Психологічна практика здійснюється через різні форми міжособистісної взаємодії, спільної предметної, навчальної або художньої діяльності. Найбільш доцільно виокремити наступні чотири форми психологічної практики:

– індивідуальна, коли об'єктом практики є окрема особистість, (бесіда, сповідь, індивідуальна психологічна діагностика, ритуал, консультація, навіювання, спільна діяльність або ритуальні дії, маніпуляції та ін.);

– групова, коли в якості об'єкта розглядається контактна група, первинний колектив, члени якого безпосередньо взаємодіють один з одним, (групові форми психотерапії і психокорекції, релігійні і псевдорелігійні практики, навчальні семінари, групові ритуальні дійства, психодраматичний театр, групова художня або творча діяльність, тренінги та ін.);

– масова, коли впливи чи маніпулятивні дії спрямовані на великі соціальні групи або цільові аудиторії (масові дійства, концерти, ритуали та обряди, святкування, масові проповіді, мітинги і демонстрації (маніпуляції через Інтернет або інші засоби масових комунікацій);

– внутрішньоособистісна, коли суб'єкт психологічної практики виступає одночасно і в якості об'єкту, передбачає певні форми – медитації, внутрішній діалог, самоспостереження, самонавіювання і т.п.

Психологічна практика може здійснюватись на основі:

– наукових знань (наукової психології);

– містики або позанаукових концепцій (міфи, вірування, релігія, псевдонаукові теорії або гіпотетичні припущення);

– життєвого досвіду (здоровий глузд, життєва практика, звичаї);

– еkleктичного поєднання трьох попередніх (бутовова, повсякденна, ужиткова психологія) [6].

Реально, у психологічній практиці перетинаються, змішуються у різному співвідношенні і наукові знання, і містика і життєвий досвід і життєва інтуїція суб'єкта. Розглянемо більш детально методологічні засади різних типів психологічної практики.

Психологічна практика, що здійснюється на виключно наукових засадах, притаманна в основному діяльності психологічних служб та окремих практикуючих психологів, що мають спеціальну освіту і професійну підготовку (О.Ф. Бондаренко, Л.Ф. Бурлачук, Л.М. Карамушка, З.Г. Кісарчук, М.Л. Смольсон, Н.В. Чепелева, Ю.М. Швалб, Т.С. Яценко). Основою цього виду практики є наукова методологія, наукові закони, факти і закономірності, достовірність яких переконливо доведено застосуванням валідних дослідницьких процедур [3 – 5]. Зокрема, психологічна діагностика особистості здійснюється спеціальними науково обґрунтованими методами і методиками – тестами, опитувальниками, анкетами. Зазначені методи і методики були розроблені і пройшли апробацію з дотриманням необхідних статистичних процедур, мають відповідні норми, за якими конкретну людину можна віднести до тієї чи іншої категорії, психологічного типу [3, 7].

Позанаукові (містичні) концепції та уявлення про природу людини також можуть бути основою для психологічної практики (соціоніка, астрологія, нумерологія та ін.). Тут ми спеціально застосували термін "позанаукові" оскільки не маємо наміру заглиблюватись у дискусію чи є та чи інша "теорія" чи "наука" дійсно наукою, чи ні. Тут можна навести багато прикладів коли деякі психологічні практики ґрунтуються на припущеннях або гіпотезах. Ну, наприклад, що існують поля або потоки енергій на які може впливати або випромінювати мозок людини. На цій основі стверджують про можливість впливу однієї людини на поведінку або думки іншої, передачу думок (образів) на значні відстані і т. ін.

До цієї ж категорії психологічної практики ми відносимо і психологічні аспекти релігійних практик, хоча цілком розуміємо нетотожність релігійної і психологічної практик (І.П. Манюха, О.П. Полисаєв).

Позанаукова практика ґрунтується на некритичному прийнятті та засвоєнні певних уявлень, концепцій і "теорій". Можна вважати, що основою прийняття людиною такого роду знань є віра. Достатньо, наприклад, повірити у те, що кожен неживий предмет має свою "душу", "несе в собі інформацію та енергетику", і у такому випадку приймається ідея про спілкування людини (обмін енергією та інформацією) з рослинами, камінням, водою і т.п. А звідси – специфічні методи психологічної практики: носіння амулетів, оберегів, спілкування за допомогою різного роду предметів із померлими родичами і т.п.

Життєвий досвід людини часто є дивовижним поєднанням окремих фрагментів наукових знань, містичних уявлень і вірувань та здорового глузду. Для науковця є очевидним, що здоровий глузд не у всіх випадках адекватно відображає навколишню дійсність та адекватно відображає процеси, що відбуваються у природі, суспільстві та у людській психіці. Здоровий глузд, наприклад, щоденно доводить нам що Сонце рухається навколо Землі, а остання є пласкою. Життєвий досвід є результатом життєдіяльності людини, її спостережень за оточуючим. В ньому закарбовуються прийоми та поведінкові навички, які довели свою ефективність у маніпуляціях поведінкою інших людей, у спілкуванні та взаєминах з ними. Ряд авторів зазначають, що життєвий досвід у галузі психологічної практики найбільш успішно накопичується у людей соціономічних професій, система "людина – людина", лікарів, вчителів, офіціантів, стюардес, міліціонерів. На нашу думку основою для узагальнення життєвого матеріалу є інтуїція. При цьому інтуїцію або інтуїтивне знання ми розглядаємо як "згорнуту", інтериоризовану навичку.

Для того, щоб систематизувати розбіжності та специфіку психологічних практик, що здійснюються на основі наукової психології, позанаукової та побутової ми застосували метод порівняння. Зокрема порівняння специфіки методологій цих трьох типів практики, оскільки найбільш показовими є якраз розбіжності у методах і методиках.

Методи і методики були розділені на 3 групи: індивідуальні, групові і масові. Далі ми визначали специфіку методів наукової, позанаукової та побутової психології (див. табл. 1).

Таблиця 1

### Систематизація видів та основних методів психологічних практик

	<b>Індивідуальні</b>	<b>Групові</b>	<b>Масові</b>
<b>На основі наукових знань</b>	консультування, індивідуальна психотерапія; психокорекція, індивідуальна психологічна діагностика.	групова психологічна діагностика; групове консультування; тренінгові групи; групи особистісного розвитку; ігрові групи, психодраматичний театр.	маніпуляції масовою свідомістю із застосуванням PR-технологій, через виступи на зібраннях, через ЗМІ, рекламу та ін.
<b>На основі ненаукових (позанаукових) знань, містики</b>	бесіда ; сповідь; медитації; молитви; містичні дійства; маніпуляції.	Релігійні та псевдо релігійні дійства; обряди; групові фізичні і духовні тренування; різні види групового спілкування.	масові релігійні та псевдо релігійні дійства; масові фольклорні дійства, обряди; фізичні і духовні тренування; мітинги, зібрання, масові акції, спілкування.
<b>На основі життєвого досвіду</b>	бесіда; індивідуальні форми спілкування; усталені форми взаємодії (звички).	Звичні форми взаємодії (звички); групові ритуали; групові обряди, ігри; святкування.	ритуали; обряди; масові обрядові дійства; масові свята; звичаї.

Як можна бачити з таблиці, кожна з психологічних практик відрізняється від інших специфічними методами які, власне і визначають той чи інший вид психологічної практики. Специфіка кожного з виокремлених нами видів психологічної практики виявляється вже на рівні методології як специфічності сукупності методів практичної діяльності. Разом із цим, було б невірною не відзначити подібність або схожість методів у побутовій, науковій і позанауковій психології. Причиною такої подібності, на наш погляд, є специфіка суб'єкту психологічної практики, його внутрішня цілісність, суб'єктивність, пристрасність – з однієї сторони. З іншої – логіка поведінки та специфіка об'єкту практики, особливості його культурно-історичного розвитку.

Порівнюємо методологію наукової, позанаукової і побутової психології під іншим кутом зору, з позицій напрямів професійної діяльності суб'єкта у практичній психології. Більшість дослідників (Г.С. Абрамова, О.Ф. Бондаренко, Ф.Є. Василюк, З.Г. Кісарчук, Т.С. Яценко) виокремлюють наступні напрями: психологічна діагностика, психологічна корекція, психологічна реабілітація, психологічна профілактика, розвиток (формування), психологічне прогнозування. Розглянемо, якими видами діяльності, якими методами і методиками ці напрями забезпечуються у трьох названих видах психологічної практики (див. табл. 2).

Таблиця 2

### Специфіка методології різних видів психологічної практики

	<b>Діагностика</b>	<b>Корекція, реабілітація</b>	<b>Розвиток, формування</b>	<b>Прогнозування</b>
<b>На основі наукових знань</b>	Наукове спостереження,	Корекційні та реабілітаційні	Тренінги, вправи, ігри, лекції,	На основі діагностики із

	тести, опитувальники, природний експеримент.	програми, вправи, ігри, тренінги, лекції, навчання.	навчання.	застосуванням наукових законів і закономірностей.
<b>На основі ненаукових (позанаукових) знань, містики</b>	Спостереження, сповідь, інтуїтивне сприйняття, застосування ненаукових і, частково, наукових методів	Містичні дієства, обряди, ритуали.	Обряди, обрядові дієства, містичні або релігійні практики, молитви, причастя, ініціація і т.п.	Прозріння, інсайти, інтуїція.
<b>На основі життєвого досвіду</b>	Спостереження, інтуїтивне сприйняття, бесіда, інші форми міжособистісного спілкування	Бесіда, спілкування, спільна діяльність, особистий приклад, повчання.	Спільна діяльність, повчання, особистий приклад.	Інтуїція, узагальнення досвіду.

Аналізуючи наведену таблицю логічним було б зробити ряд висновків. Зокрема, у наукових підходах застосовуються валідні і надійні методики і методи. У багатьох випадках їх можливо відтворити та гарантовано одержати ті ж самі результати. У свою чергу практикування на основі життєвого досвіду базується у першу чергу на інтуїції та здоровому глузді та підтверджується результатами практичного застосування.

Позанаукові, містичні, підходи характеризуються безапеляційністю, та віднесенням локусу відповідальності за результати і наслідки практикування на деякі треті сили (духи, паралельні світи і т.п.). У цьому виді психологічної практики можуть застосовуватись методи, що запозичені з наукової галузі, наприклад – семінари, тренінги, консультування і т.п., але зазвичай це застосування є формальним, зовнішнім, поверховим, неадекватним.

Третій висновок, який можна зробити на основі аналізу напрямів практикування – це формальна подібність процедур та інтерактивних методів у науковому та позанауковому підходах. Іноді, наприклад, плутають індивідуальну консультацію зі сповіддю, психодраматичний театр з містичним дієством, тренінг з ритуалом і т.п. Часто недосвідчені психологи або аматори переписують формальні процедури тренінгів а потім намагаються відтворити їх у своїй практиці. Ефективність такої роботи є непередбачуваною, оскільки відбувається формальне відтворення процедур, а не управління процесами, або формування психологічних якостей, навичок, ставлень що базується на глибокому розумінні природи об'єкту практики.

Підводячи підсумки теоретичного аналізу засвідчимо доволі суттєвий факт – неможливість категоричного розмежування трьох названих видів психологічної практики. Іншими словами – практикування на наукових засадах не може бути повністю вільним від впливу позанаукових та побутових чинників, від суб'єктивного бачення клієнта практикуючим психологом. Саме це, на наш погляд, є причиною численних дискусій у психології про те чи вважати той чи інший напрямок, метод, методику у практичній психології науковою, чи ні. (Пригадаємо хоча б дискусії щодо NLP, голотрофного дихання, психоаналітичних практик і т.п.).

**Висновки.** Підсумовуючи результати аналізу феномену психологічної практики доцільно зробити ряд висновків.

Психологічна практика є специфічно людським видом активності, що передбачає виявлення і узагальнення закономірностей внутрішнього світу і поведінки людини (або груп людей), розробку та застосування специфічних методів і прийомів впливу на поведінку та психіку інших. Психологічна практика є одним із видів соціальної практики. Специфічним предметом психологічної практики є психіка і міжособисті стосунки людей.

Психологічна практика може здійснюватись на основі: наукових знань, методів і підходів; позанаукових (містичних) знань і підходів; на основі житейського досвіду. Кожен із цих трьох підходів до психологічної практики відрізняється специфічними методами, методологічними і світоглядними позиціями.

Психологічна практика, що здійснюється на науковій основі, на основі повсякденного житейського досвіду та на основі позанаукових (містичних) концепцій і підходів має спільні витoki та подібні процедури і методи. Через ці причини іноді буває дуже важко розрізнити конкретні види і форми психологічної практики. У зв'язку з цим, виникає необхідність розробки критеріїв та обґрунтування місця і ролі практичної психології у системі психологічних практик.

Подальше дослідження проблеми психологічної практики, її ролі та місця у прикладній психології має здійснюватись у напрямку операціоналізації таких, дотичних до неї понять як "психотерапія", "психологічна допомога", "консультування". Здійснення такої роботи допоможе створити і теоретично обґрунтувати категоріально-поняттєвий апарат прикладної психології.

## Використані джерела

1. Абрамова Г. С. Введение в практическую психологию / Абрамова Г. С. – Екатеринбург: "Деловая книга", М.: "ACADEMIA", 1995. – 224 с.
2. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. Л.: Наука, 1988. – 168 с.
3. Психологія: Підручник / Ю.Л.Трофімов, В.В.Рибалка, П.А. Гончарук та ін.; за ред. Ю.Л.Трофімова. – К.: Либідь, 1999. – 558 с.
4. Максименко С.Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури / Максименко С.Д. – К.: Наук. думка, 1998. – 226 с.
5. Основи практичної психології. Підручник для ВНЗ. / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелєва та ін. – 3-тє вид., стереотип. – К.: Либідь, 2006. – 536 с.
6. Панок В.Г. Практична психологія. Теоретико-методологічні засади розвитку. Монографія. – Чернівці: Технодрук, 2010. – 486 с.
7. Панок В.Г. Психологічна служба: Навчально-методичний посібник для студентів і викладачів. – Кам'янець-Подільський : ТОВ Друкарня Рута, 2012. – 488 с.
8. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: навч. посіб. – К.: Вища шк., 2006. – 382 с.

Panok V.H.

### TO UNDERSTANDING OF THE CONCEPT OF PSYCHOLOGICAL PRACTICE IN APPLIED PSYCHOLOGY

*The article presents the theoretical and methodological analysis of local and foreign researchers' works as to the essence of psychological practice phenomenon, its role, specificity and place in the system of psychological knowledge is defined. It is founded that psychological practice can be a basic concept in applied psychology. Psychological practice can be accomplished directly through the means of communication, or indirectly through substantive or symbolic activity. The aim of any psychological practice is a change of the state or content of the object's of psychological practice consciousness, features or personality traits, changes in behavior. Its relation to scientific, non-scientific and applied psychology is defined. Psychological practice can be carried out according to the named theoretical principles. In this case, different types of psychological practice will differ not only in theoretical approaches, but also in methodological support. In other words different types of psychological practices are characterized by different methodological support. It is proved that psychological practice is a key concept for building a system to provide individuals with psychological help and it may be individual, group or mass. These types of psychological practice are provided with specific methods for its implementation in accordance with the theoretical paradigm, that is laid in its foundation.*

**Key words:** applied psychology, practical psychology, psychological practice, scientific psychology, non-scientific psychology, applied psychology.

Стаття надійшла до редакції 11.09.2013