PRAKTİK PSİXOLOQUN ŞƏXSİ KEYFİYYƏTLƏRİNİN PSİXOLOJİ KONSULTASİYA İŞİNİN SƏMƏRƏLİLİYİNƏ TƏSİRİ

Aynur İskəndərova,
fəlsəfə doktoru hazırlığı üzrə doktorant,
E- mail: aynuriskenderova@inbox.ru

Rəyçilər: *psix.ü.elm.dok.* E.B. Bəylərov,
psix.ü.fəls.dok. Ç.Q. Verdiyeva

Açar sözlər: *praktik psixoloq, şəxsi keyfiyyətlər, peşə fəaliyyəti, psixoloji konsultasiya*
Ключевые слова: *практический психолог, личные качества, профессиональная деятельность, психологическое консультирование*
Key words: *practical psychologist, personal qualities, professional activity, psychological counseling*

Praktik psixoloqun əsas fəaliyyət istiqamətlərindən biri də psixoloji konsultasiyadır. Psixoloji konsultasiya – iki nəfərin – kliyentin və konsultantın qarşılıqlı təsir prosesidir ki, bu zaman əsas məqsəd kliyentin özünü daha yaxşı tanıması, problemlərinin əsas səbəblərini anlaması, özü üçün daha düzgün qərar verə bilməsi və sağlam bir şəxs kimi inkişafını davam etməsidir. Burada konsultant – yardım göstərən, psixoloji təsiretmə bacarığına sahib olan, ali təhsilli, peşəkar mütəxəssisdir. Kliyent –yardım alan, narahat, problemli, qərarsız olan insandır. Ancaq, kliyent narahat və problemli olsa da, psixoloji kömək aldıqda bu narahatçılığın və problemlərin öhdəsindən gələ bildiyinə görə, kömək alan adam (kliyent) normal insan olaraq qəbul edilir və heç vaxt "xəstə" kimi adlandırılmır.

Psixoloji konsultasiya öz mahiyyətinə görə psixoterapiya ilə oxşardır. Məsələn, hər ikisi psixoloji köməyin növləridir, hər iki prosedurda eyni psixoloji nəzəriyyələrin təklif etdiyi metodlardan istifadə olunur. Psixoloji konsultasiya ilə psixoterapiyanın fərqli cəhətləri də mövcuddur. Psixoterapiyanın əsas məqsədi kliyentin potensialını müəyyən edərək şəxsiyyətin arzuolunmaz keyfiyyətlərini aradan qaldırmaqdır. Bu zaman terapevt kliyentin şüuraltına nüfuz edərək onu idarə etməyə çalışır. Psixoloji konsultasiyanın psixoterapiyadan fərqli olaraq əsas məqsədi insanların normal psixoloji inkişafını və psixoloji sağlamlığını təmin etmək, onlara qarşıya çıxan problemlərin öhdəsindən gəlməsi üçün istiqamət verməkdir. Bu prosesdə psixoterapiyadan fərqli olaraq hər iki tərəf-konsultant və istifadəsi fəal iştirak edir, həll yolu axtarılır, qarşılıqlı qərar qəbul olunur.

Praktik psixoloq psixoloji konsultasiya işini düzgün təşkil etməlidir ki, lazımi nəticə ala bilsin. Bu prosesdə doğru nəticələrin alınmaması, fəaliyyət zamanı buraxılan səhvlərlə əlaqəlidir. Bu isə psixoloqun qeyri peşəkarlığından irəli gəlir. Aşağıda konsultantın çox vaxt etdiyi səhvlər verilmişdir:

- əlverişli psixoloji iqlimi yarada bilməmək;
- mövcud problemin mahiyyətinin və əsas səbəblərinin kifayət qədər tədqiq edilmədən həllinə keçilməsi;
- problemlə bağlı irəli sürülən ilk fərziyyəni qəbul etmək;
- kliyentin fikrinə sona qədər qulaq asmamaq və ya etibar etməmək;
- kliyentin öz fikrini izah etməsinə və əsaslandırmasına mane olmaq;
- söhbət zamanı kliyentin motivləri haqqında bir başa suallar vermək [13, 74].

Praktik psixoloqun psixoloji konsultasiya işində göstərilən səhvləri etməməsi üçün peşə hazırlığına malik olmalıdır. Bu peşə hazırlığı aşağıdakı keyfiyyətlərə görə dəyərləndirilir:

• Psixoloqun problemə münasibəti, düşüncə tərzi, dünyagörüşü, əqidəsi, mənəvi-etik xüsusiyyətləri;

• Fərdi-psixoloji keyfiyyətləri;

• Psixoloji bilikləri və etik-təcrübi hazırlığı [2, 56].

Konsultasiya işini aparan mütəxəssis vacib olan şəxsi keyfiyyətlərə malik olmalıdır. R. Mey "Psixoloji konsultasiya sənəti" adlı kitabında

"Yaxşı konsultant necə olur?" sualına belə cavab verir: "Yaxşı konsultant insanları özünə cəlb etmək, istənilən mühitdə özünü sərbəst hiss etmək, empatiya qurmaq bacarıqlarına malik olandır. Müəllifin fikrincə bu keyfiyyətlər həmişə anadangəlmə olmur, öz əməyi ilə qazanan, insanlarla ünsiyyətə girmək marağına malik olanlar da bu keyfiyyətlərə sahib olurlar" [9, s. 102].

Konsultasiya müəyyən ardıcıllıqla aparılır. Əvvəlcə, lazımi məqsədlər aydınlaşdırılır, sonra müəyyən olunmuş məqsədə çatmaq üçün lazımi dəstək verilir və həll üsulları tətbiq edilir, sonda isə əsasən kliyent üçün alınan nəticələrin onun həyatının qalan hissəsinə tətbiq etməsinə kömək edilir. Bu zaman kliyentin davranışlarının dəyişilməsi gözlənilir. Kliyent narahatçılığını və problemlərini, düzgün olmayan davranışlarını şüurlu şəkildə anlayır və özünə uyğun olan davranışları seçərək həyata keçirir və beləliklə özünü reallaşdırmağa çalışır. Buna görə də psixoloji konsultasiyanı şərti olaraq 3 mərhələyə bölmək olar:

1) münasibətlərin qurulması
2) əsas hissə və ya problem üzərində iş
3) konsultasiyanın tamamlanması [12, 31].

Bu mərhələləri düzgün təşkil etmək üçün konsultant təcrübi hazırlıqla yanaşı həmçinin "Psixoloq-konsultant yüksək nəzəri hazırlığa malik olmalı, peşəkar fəaliyyətdə daim öz hazırlığını genişləndirməyə və dərinləşdirməyə çalışmalıdır. O, insanın genetik və psixoloji təbiətinə bələd olmalı, onun dəyişdirilməsi üçün zəruri olan təsir vasitələrini seçməyi və tətbiq etməyi bacarmalıdır. Bütün bunların uğurla həyata keçirilməsi üçün psixoloq-konsultant şəxsiyyətin strukturunu, davranışını şərtləndirən amilləri, mövcud patologiyanın genezisini və normal inkişafının perspektivlərini dəqiq müəyyən etməyi bacarmalıdır" [1, 240-241].

Seans başlayanda enerjili və dinamik başlamaq lazımdır. Kliyentin öz istəyi ilə gəldiyini, əvvəl konsultasiyada iştirak edib-etmədiyini, kliyentin sizdən nə gözlədiyini müəyyən etmək və yanlış təsəvvürləri aradan qaldırmaq üçün lazımi düzəlişlər etmək lazımdır. İlk görüşdən başlayaraq kliyent yardım ehtiyacı olan bir şəxsdir və məsləhətçi onu təmin etməkdə olan istedadlı və bacarıqlı bir mütəxəssisdir. Bu baxımdan psixoloq kliyentə səmimi və hörmətlə yanaşmasına baxmayaraq, münasibətlər qeyri-bərabər formada qurulur. Sonrakı görüşlərdə isə kliyentin dünyagörüşü, yaşı, intellektual səviyyəsi, problemin məzmunu, kliyentlə psixoloqun münasibəti və digər məsələləri nəzərə alaraq qeyri-bərabər münasibət dəyişə bilər. Əgər bunlar kliyentdə yüksək səviyyədədirsə, psixoloq münasibətlərdə bərabərlik mövqeyinə keçmək məcburiyyətindədir. Beləliklə, konsultasiyada münasibətlər kliyentin fərdi xüsusiyyətlərini nəzərə alaraq qurulur. Buna görə də, psixoloq konsultasiya zamanı istifadə etdiyi metodları kliyentin fərdi xüsusiyyətlərini nəzərə alaraq düzgün seçmək və istifadə etmək kimi peşə bacarığına sahib olmalıdır. Bunu isə həqiqətən bilikli və peşəkar olan psixoloq edə bilər.

Praktik psixoloq müxtəlif şəxslərlə işgüzar əlaqələr qurmaq, peşə münasibətlərini müəyyənləşdirmək, spesifik problemləri olan kliyentlərə fərdi yanaşmaq, onların inamını qazanmaq, problemlərini həll etmək, lazımı məlumatları düzgün izah etmək, onları dinləmək, həmçinin dinləndiyini hiss etdirmək, özünü təqdim etmək, ünsiyyətə girmək, qeyri-verbal ünsiyyət vasitələrindən düzgün istifadə etmək, qarşılıqlı münasibətdə olmaq üçün kommunikativ bacarığa sahib olmalıdır. V.N. Karandaşev bunu belə izah edir: "Konsultasiyanın əsas vasitəsi – məqsədəuyğun bir şəkildə qurulmuş ünsiyyətdir". Praktik psixoloq məhz düzgün qurulmuş ünsiyyət vasitəsi ilə kliyentə problemə fərqli prizmadan baxmağı öyrədir, müəyyən çətinliklərin aradan qaldırılmasına, özündə lazımi keyfiyyətlərin inkişafına kömək edir [10, 71].

Konsultasiya zamanı məlumat verməkdən daha önəmli bu məlumatla bağlı hisslərin ifadə olunması, paylaşılmasıdır. Kliyent həyatında yaşadığı böhranlı dövrlərində qınaq və ya tənqid eşitmək istəmir, dəstəkləyici münasibət hiss etmək istəyir. Konsultasiyaya gələn konsultantın onu düzgün başa düşdüyünə, onunla həmfikir olduğuna, etdiyi etiraflara, dediyi fikirlərə görə onu qınamadığına inanmalı, söhbətlərin gizli qalacağına əmin olmalı, güvənməlidir. Bu baxımdan konsultant empatiya qurmaq, başqalarının ona güvənməsini təmin etmək bacarıqlarına sahib olmalıdır.

Empatiya insanlar arasında qarşılıqlı münasibətlərin təsirini və davamlılığını artırır, qarşısındakı insanın sözlərini, davranışlarını, hiss və düşüncələrini başa düşməyə kömək edir. Empatiya yalnız qarşındakı insanı düzgün başa düş-

mək deyil, həmçinin ona başa düşdüyünü hiss etdirməkdir. Psixoloq empatiya quraraq narahatçılıq yaradan vəziyyəti və problemi kliyentin prizmasından görməyə çalışır.

Konsultasiyada kliyentlə konsultant arasında yaranan münasibət gizli olmalıdır. Bu baxımdan psixoloq bütün gizlilik və etik qaydalara riayət etmək məcburiyyətindədir. Psixoloqun fəaliyyəti ilə bağlı olan etik prinsiplər konsultasiya prosesində də gözlənilir, lakin burada xüsusi prinsiplər də vardır:

- Kliyentə xeyirxah və tənqidsiz münasibət.
- Kliyentin dəyərlərini anlamaq
- Tələsik məsləhət verməmək.
- Anonimlik.
- Şəxsi və professional münasibətlərdə məhdudluq [3, 143].

Konsultasiya münasib şəraitdə aparılmalıdır. Şərait dedikdə bu iş üçün müəyyən edilmiş otaq nəzərdə tutulur. Psixoloji xidmət otağında kliyentlə psixoloqun üz-üzə otura biləcək, xarici təsirlərdən qorunan, giriş və çıxışı asan olan, səsin çölə çıxmadığı bir şərait olmalıdır. Buna görə də psixoloq iş otağını məqsədinə uyğun olaraq təchiz etməyi bacarmalıdır. Çünki hərtərəfli təchiz olunmuş otaq psixoloqun effektivliyini artırır.

Praktik psixoloq psixoloji konsultasiya işini həm fərdi, həm də qrup şəklində həyata keçirə bilər. Psixoloqun təşkil etdiyi fərdi konsultasiyalarda bir nəfər, qrup konsultasiyalarında isə bir neçə nəfər iştirak edir. Fərdi konsultasiya insanın özünü daha yaxşı tanıması, problemlərinin əsas səbəbləri anlaması, problemlərin öhdəsindən gəlmə bacarığının qazanması, özü üçün daha düzgün qərar verə bilməsi və sağlam bir şəxs kimi inkişafını davam etməsi məqsədi ilə insanlara verilən psixoloji xidmətdir [5, 32].

Qrup konsultasiyalarında isə bir deyil, bir neçə nəfər iştirak edir. Qrup üzvlərinin sayı haqqında müxtəlif fikirlər mövcuddur. Qrupda ən az dörd, ən çox səkkiz nəfər iştirak etməsiylə bağlı fikirlərə daha çox rast gəlindiyi halda, ən çoxu altı nəfərin iştirak etməli olduğu fikri də mövcuddur. Qrup konsultasiyalarında məqsəd konsultantın və qrup üzvlərinin qarşılıqlı hiss və emosiyalarını bir-birinə çatdırmaqla, iştirakçıların düşüncə və davranışlarını dəyişməkdir. Psixoloq qrup konsultasiyalarında iştirakçıların öz bilik və bacarıqlarından düzgün istifadə etməsi və davranışlarını müsbət baxımdan dəyişməsi üçün kömək edir [6, 200-201].Psixoloq qrupu idarə etmək, əvvəlcədən hazırlanmış proqramı həyata keçirmək, əvvəlcədən planlamış məqsədə çatmaq üçün, lider olmağı bacarmalıdır. Prof. Sibel Türküm öz məqaləsində qrup konsultasiyanı həyata keçirən psixoloqu lider kimi adlandıraraq yazır: "Qrup konsultasiyasında liderin (psixoloqun) fəaliyyəti, rolu, şəxsiyyəti və şəxsi keyfiyyətləri konsultasiyanın effektivliyində əvəzolunmaz əhəmiyyəti var. Lider qrup üzvlərini bir məqsəd ətrafında toplaya bilən və qrupun işini həyata keçirəndir. Qrup konsultasiyası zamanı konsultasiya şəraiti yaratmaq, qrup üzvlərinin məqsədlərini müəyyən etmək, kömək istəməyi və etməyi öyrətmək və digər vacib vəzifələri yerinə yetirmək üçün liderin (psixoloqun) effektiv təsiri müəyyən olunmuşdur [7, 123].

Ümumiyyətlə konsultant üçün vacib olan bacarıqlara aşağıdakılar aiddir:

- müsahibələri və strategiyaları müəyyənləşdirmək üçün diaqnostik bacarığı
- kliyentin daxili dünyasını anlamaq və lazımi məlumatları toplamaq üçün tədqiqat bacarığı
- kliyentin hörmətini, inamını qazanmaq, psixoterapevtik ittifaq yaratmaq üçün ünsiyyət bacarığı
- kliyentin problemlərinin mənşəyini öyrənmək üçün qavrama bacarığı
- kliyentin problemlərini aradan qaldırmaq üçün təsir etmə bacarığı
- edilən müdaxilələrin effektivliyini ölçmək və lazım olanda düzəliş etmək üçün qiymətləndirmə bacarığı
- müəyyən münaqişələrin həlli üçün qrup prosesini təşkil etmək bacarığı [11, 63].

Praktik psixoloqun tələb olunan şəxsi keyfiyyətlərə və peşə bacarıqlarına sahib olması psixoloji xidmətin effektivliyinə müsbət təsir göstərir. K. Rogersə görə, terapiya müddətində psixoloqların şəxsi keyfiyyətlərinin bacarıq və metodikalarından daha çox təsiri var. Bu prizmadan baxanda aydın olur ki, psixoloqa xidmətin yerinə yetirilməsində bir vasitə kimi baxmaq olmaz. Ümumiyyətlə psixoloqlar eyni metodlardan istifadə etsə də, bu metodları istifadəsində üsullar fərqlidir. Bunu nəzərə alaraq psixoloq ixtisasına tələbə qəbulu zamanı iştirakçıların şəxsi keyfiyyətləri nəzərə alınmalıdır [8, 306].

ABŞ-da psixologiya ixtisası üzrə təhsil alan magistr və doktorantların təhsil proqramları müəyyən olunmuş standartlara əsasən hazırlanır. Bu standartların əsas məqsədi namizədlərə ixtisasa uyğun bilik və bacarıqları qazandırmaqdır və bunlar müəyyən vaxtlarda ixtisas təhsilin ehtiyaclarına əsasən yenilənir [4, 11]. Bu baxımdan ölkəmizdə də, gələcəkdə psixoloq kimi fəaliyyət göstərən tələbələrin yalnız psixoloji biliklərin deyil, həmçinin bu keyfiyyətlərin formalaşdırılması və inkişafı üçün müəyyən tədris proqramları hazırlanmalı və həyata keçirilməlidir. Məhz bu proqramlar psixoloqların peşəkar hazırlığının təmin olunmasına köməklik edə bilər.

Problemin elmi yeniliyi. Məqalədə psixoloji konsultasiya işini həyata keçirən praktik psixoloq üçün vacib olan şəxsi keyfiyyətlər, onun peşə bacarıqları təhlil edilmişdir.

Problemin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi. Psixoloji xidmət göstərən hər bir mütəxəssis peşə fəaliyyəti üçün vacib olan şəxsi keyfiyyətləri bilməlidir. Bu baxımdan məqalə praktik psixoloqlar üçün xüsusi əhəmiyyət kəsb edir.

ƏDƏBİYYAT

1. Çələbiyev N.Z. Təhsil sistemində psixoloji xidmət: Nəzəriyyə və təcrübə. 2 hissə. Dərs vəsaiti. Bakı: ADPU, 2008.
2. Əmrahlı L.Ş. Psixoloji xidmət. Psixoloji xidmətin əsasları. Bakı, 2007.
3. Əmrahlı L.Ş. Məktəb psixoloqu. Bakı: Nurlar, 2014.
4. Betül Meydan. Psikolojik danışman adaylarına psikolojik danışma becerilerinin kazandırılması: karşılaştırmalı bir inceleme. Hacettepe Üniversiteti Eğitim Fakültesi Dergisi 29(3), 2014.
5. Mustafa Pamuk. Psikoljik danışmanların psikolojik danışma uygulamalarda kendi yeterliklerine ilişkin algıları. Yüksek lisans tezi. Malatya, 2012.
6. Suleyman Çetin Özoglu. Eğitimde rehberlik ve psikolojik danışma. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları: № 203, Ankara, 1997.
7. A. Sibel Türküm, Ramazan Akdoğan. Grupla psikolojik danışmada bir profesyonel ve bir birey olaraq lider. //Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. Cilt 3, sayı 27, 2012.
8. Fidan Korkut, Tuzgöl Dost, Aslı Bugay, D.W. Owen. Psikolojik danışman eğitimində mesleğe ilişkin kişisel eğilimler. Ege Eğitim Dergisi, 2014,(15)1
9. Митина Л.М. Психология профессионального развития учителя. М.: Флинта, 1998.
10. Карандашев В.Н. Психология: Введение в профессию. М.: Смьсл, 2000.
11. Коттлер Дж., Браун Р. Психотерапевтическое консультирование. СПб.: Питер, 2001.
12. Мастерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. СПб.: Речь, 2007.
13. Рабочая книга практического психолога: Технология эффективной профессиональной деятельности. М.: Издательский дом «Красная площад», 1996.

А.Ш. Искандарова

ВЛИЯНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЕГО РАБОТЫ В СФЕРЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

РЕЗЮМЕ

Главной деятельностью направления практического психолога является психологическая консультация. Во время психологического консультирования психолог помогает клиентам лучше понять себя, познать суть проблемы и принять правильное решение. С этой точки зрения для правильной организации работы психологической консультации, определения нужного направления, выбора и использования необходимых методов с учетом личностных особенностей клиента, психолог должен обладать определенными личностными качествами. Для благополучной работы практического психолога многое зависит от его личностных особенностей.

A.Sh. Iskandarova

THE INFLUENCE TO THE EFFECTIVENESS OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING OF THE PERSONAL QUALITIES OF PRACTICAL PSYCHOLOGIST

SUMMARY

One of the most important areas of practical psychologist is psychological counseling. During psychological helps the client to better understand himself, understand the underlying causes of his problems, and help him make the right decision. From this point of view, a psychologist should have certain personal qualities to select and apply the personality of the client in order to properly organize his psychological work. Becausethe success of this work depends largely on the personal qualities of a practical psychologist.

Redaksiyaya daxil olub: 05.02.2018