

## **Дослідження особливостей формування взаємовідносин між психотерапевтом і клієнтом**

---

Burhonska S.V. The study of the formation of relationships between psychotherapist and client / S.V. Burhonska // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufrieva. – Issue 29. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 105–114.

---

**С.В. Бургонська.** Дослідження особливостей формування взаємовідносин між психотерапевтом і клієнтом. У статті розроблено емпіричну модель дослідження означеної проблеми на основі аналізу вітчизняної та зарубіжної літератури, авторського теоретичного осмислення проблеми формування взаємовідносин між психотерапевтом і клієнтом у ході психотерапевтичної роботи. Представлено докладний опис процедури дослідження та його етапів. Підкреслено важливість вивчення цього питання та перераховано узагальнені фактори, які впливають на результативність психотерапії. Аргументовано підбір вибірки, необхідної для вивчення цієї проблеми, оскільки увага приділяється дослідженню формування взаємовідносин і довіри як одного з їх елементів між клієнт-центрованими психотерапевтами та їх клієнтами у діаді в динаміці роботи. Зазначено, що не зважаючи на відносну нерозповсюдженість дослідження питання взаємодії клієнта та психотерапевта, вказаний напрям є одним з пріоритетних питань вивчення ефективності психотерапевтичного впливу в цілому. Встановлено, що дослідження ефективності взаємодії клієнта та психотерапевта, як властивості їх взаємовідносин, перш за все передбачає практичну розробку нових і результативних методів та методик з урахуванням напрацювань попередніх знавців психотерапії. З цією метою нами було розроблено вдосконалену емпіричну модель дослідження проблеми взаємодій психотерапевта та клієнта, до якої було включено інструменти вивчення саме динамічної складової вказаних відносин.

**Ключові слова:** психотерапевт, клієнт, особистісні особливості, взаємовідносини, терапевтичний альянс, довіра, директивність, недирективність, ефективність психотерапії, психологічна сумісність, ролі очікування, процес психотерапії, метод психотерапії, емпатія.

**С.В. Бургонская.** Исследование особенностей формирования взаимоотношений между психотерапевтом и клиентом. В статье разработа-

на эмпирическая модель исследования этой проблемы на основе анализа отечественной и зарубежной литературы, авторского теоретического осмысления проблемы формирования взаимоотношений между психотерапевтом и клиентом в ходе психотерапевтической работы. Представлено подробное описание процедуры исследования и его этапов. Аргументировано подбор выборки, необходимой для изучения данной проблемы, поскольку внимание уделяется исследованию формирования взаимоотношений и доверия как одного из их элементов между клиент-центрированными психотерапевтами и их клиентами в диаде в динамике работы. Отмечено, что несмотря на малую распространённость исследования проблемы взаимодействия клиента и психотерапевта, указанное направление является одним из приоритетных вопросов изучения эффективности психотерапевтического воздействия в целом. Установлено, что исследование эффективности взаимодействия клиента и психотерапевта, как свойства их взаимоотношений, прежде всего предполагает практическую разработку новых и результативных методов и методик с учетом наработок предыдущих исследователей психотерапии. С этой целью нами была разработана усовершенствованная эмпирическая модель исследования проблемы взаимодействия психотерапевта и клиента, в которую были включены инструменты изучения именно динамической составляющей указанных отношений.

**Ключевые слова:** психотерапевт, клиент, личностные особенности, взаимоотношения, терапевтический альянс, доверие, директивность, недирективность, эффективность психотерапии, психологическая совместимость, ролевые ожидания, процесс психотерапии, метод психотерапии, эмпатия.

**Постановка проблеми.** Розвиток наукових уявлень про терапевтичне значення взаємовідносин між психотерапевтом і клієнтом співпадає з еволюцією психотерапії в цілому.

Терапевтичні відносини в загальному своєму вигляді – це відносини співпраці, які встановлюються між психотерапевтом і клієнтом [12].

Психологічна практика – діяльність творча, в якій особистість психолога виступає основним робочим інструментом (психолог працює собою, своїм власним «Я») [1].

Як зазначає Е. Bordin, міцність психотерапевтичного альянсу, від якого багато в чому залежить результат психотерапії, визначає ступінь узгодженості цілей і завдань терапевтичного процесу [8].

У попередніх наших роботах ми приділяли увагу особистісним особливостям психотерапевта і клієнта в контексті формування психотерапевтичних відносин та констатували важливість значення особистості психотерапевта для процесу формування взаємовідносин з клієнтом [2].

Також ми проаналізували наявність взаємозв'язку між «довірою/недовірою» клієнта до психотерапевта та мірою «директивності/недирективності» формату роботи психотерапевта з клієнтом і з'ясували, що довіра клієнта до психотерапевта є важливою складовою психотерапевтичних відносин, умовою для згоди клієнта працювати з психотерапевтом і запорукою якісної роботи з психотерапевтом та зумовлена особистісними особливостями клієнта і може трансформуватися в процесі психотерапії [3].

З'ясували, що особливості формування довіри клієнта до психотерапевта пов'язані також і з особистісними особливостями психотерапевта, його навичками спілкування і підходом, що практикується та методом психотерапії. Специфіка обраного підходу та методу психотерапії забезпечує певну міру директивності в роботі психотерапевта. Останнє так само впливає на особливості формування довіри клієнта до психотерапевта [3].

**Метою даної статті є обґрунтування наших подальших досліджень формування взаємовідносин між психотерапевтом і клієнтом. Зокрема, побудова моделі дослідження процесу формування взаємовідносин між психотерапевтом і клієнтом у діаді під час певної кількості психотерапевтичних зустрічей.**

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Посилання на необхідність глибокого контакту психотерапевта з клієнтом можна знайти як у райхіанськи орієнтованих терапевтів [9], так і у Ф. Перлза [11], і, звичайно ж, у К. Роджерса [12].

Відносини – це сила, потенціал, що визначає ступінь інтересу, ступінь вираженості емоції, ступінь напруги бажання або потреби. Відносини тому і є рушійною силою особистості [5].

Зрозуміло, що не існує двох зовсім ідентичних клієнтів. Всі вони різняться своєю життєвою історією, соціальними навичками, інтелектуальним рівнем, вираженістю симптоматики, прагненням до змін та іншими особливостями. Ці характеристики впливають на якість контакту, на процес психотерапії і на її результат. Сучасні дослідження процесу психотерапії показують, що характеристики клієнта є більш важливими факторами впливу, тобто в більшій мірі обумовлюють результат психотерапії, ніж застосовувані методи і використовувані методики [13].

В той час як психологічні техніки і процедури, які використовуються психологами різних напрямків, широко представлені в літературі, «ставлення психолога до клієнта» ще не було предметом системного наукового дослідження, хоча в більшій чи меншій мірі характер взаємин клієнта і психолога є предметом обговорень практично у всіх психотерапевтичних концепціях [4].

М. Lambert, М. Ogles узагальнили результати різних досліджень, присвячених взаємодії психотерапевтів і клієнтів, і виділили найбільш часто згадувані фактори процесу психотерапії, що впливають на кінцевий результат психотерапії. Автори звели їх у три великі групи: фактори підтримки; фактори навчання; фактори активних дій.

До першої групи вони віднесли такі катарсис, ідентифікацію з психотерапевтом, позитивні відносини з ним, зниження рівня напруги, структуру, терапевтичний альянс, активну участь як терапевта, так і клієнта, тепло, повагу, емпатію, прийняття, автентичність у терапевта.

До другої групи потрапили: поради, новий емоційний досвід, асиміляція проблемного досвіду, когнітивне навчання, корекція емоційного досвіду, зворотний зв'язок, інсайт, зміна очікувань у плані власної ефективності.

Нарешті, в третю групу увійшли регуляція поведінки, підвищення готовності конфронтації з джерелом страхів і здатність ризикувати, зусилля в плані оволодіння навичками, моделювання, практичне оволодіння, тестування реальності, переживання успіху, опрацювання. Різні автори особливо підкреслюють значення такого чинника, як терапевтичний альянс [10].

Характеристики клієнтів, вплив яких на процес психотерапії піддавався дослідженню та оцінці, можна класифікувати наступним чином:

- діагноз і ступінь тяжкості симптоматики;
- соціо-демографічні характеристики;
- особистісні характеристики;
- інтерперсональні характеристики [6].

В.Н. Цанкін наголошує, що згідно досліджень Дж. Френка найважливішими факторами, що впливають на ефективність психотерапії, незалежно від теоретичної орієнтації психотерапевта, є віра психотерапевта в дієвість свого методу і віра клієнта в допомогу свого психотерапевта.

В свою чергу, Дж. Мармор у своєму дослідженні робить два головних висновки. По-перше, ефективність психотерапії залежить не стільки від методу, скільки від досвіду й особистості психотерапевта. Цей висновок зроблено на підставі зіставлення результатів психотерапії, що проводилася, зокрема, представниками різних психодинамічних орієнтацій (психоаналітиками, юнгіанцями, адлеріанцями) і поведінковими терапевтами. По-друге, у всіх видах психотерапії діють одні і ті ж психотерапевтичні чинники (хоча і в різних пропорціях):

- встановлення особливого контакту між психотерапевтом і клієнтом – вихідна передумова, на якій будується психотерапія;
- ослаблення напруги на початковій стадії, засноване на здатності клієнта обговорювати свої проблеми з особою, від якої він сподівається отримати допомогу;
- розширення репертуару когнітивних схем за рахунок інформації, одержуваної від психотерапевта;
- оперантна модифікація поведінки клієнта за рахунок позитивно-негативного підкріплення з боку терапевта, а також корективного емоційного досвіду в терапевтичних взаєминах;
- придбання соціальних навичок завдяки ідентифікації з психотерапевтом;
- переконання і навіювання, явне або приховане;
- засвоєння і відпрацювання адаптивних патернів поведінки при емоційній підтримці з боку психотерапевта [7].

У статті А.Б. Холмогорової і співавторів підводяться підсумки наукових досліджень процесу психотерапії та її ефективності, які ведуться вже впродовж 80 років. Їх можна систематизувати в двох напрямках:

1) оцінка результатів психотерапії (outcome) і її ефективності (efficacy);

2) виділення факторів, що впливають на результати та ефективність психотерапії, які, в свою чергу, можна розділити на три групи:

- пов'язані з протіканням процесу психотерапії;
- з характеристиками клієнта;
- з характеристиками терапевта [6].

**Виклад основного матеріалу.** *Об'єктом* нашого дослідження є взаємовідносини «терапевт-клієнт» у ході психотерапевтичного процесу.

*Предметом* дослідження виступає довіра і сумісність між терапевтом і клієнтом, як фактори, які впливають на ефективність психотерапії та сприяють особистісним змінам в ході психотерапевтичного процесу і можуть змінюватися в процесі роботи.

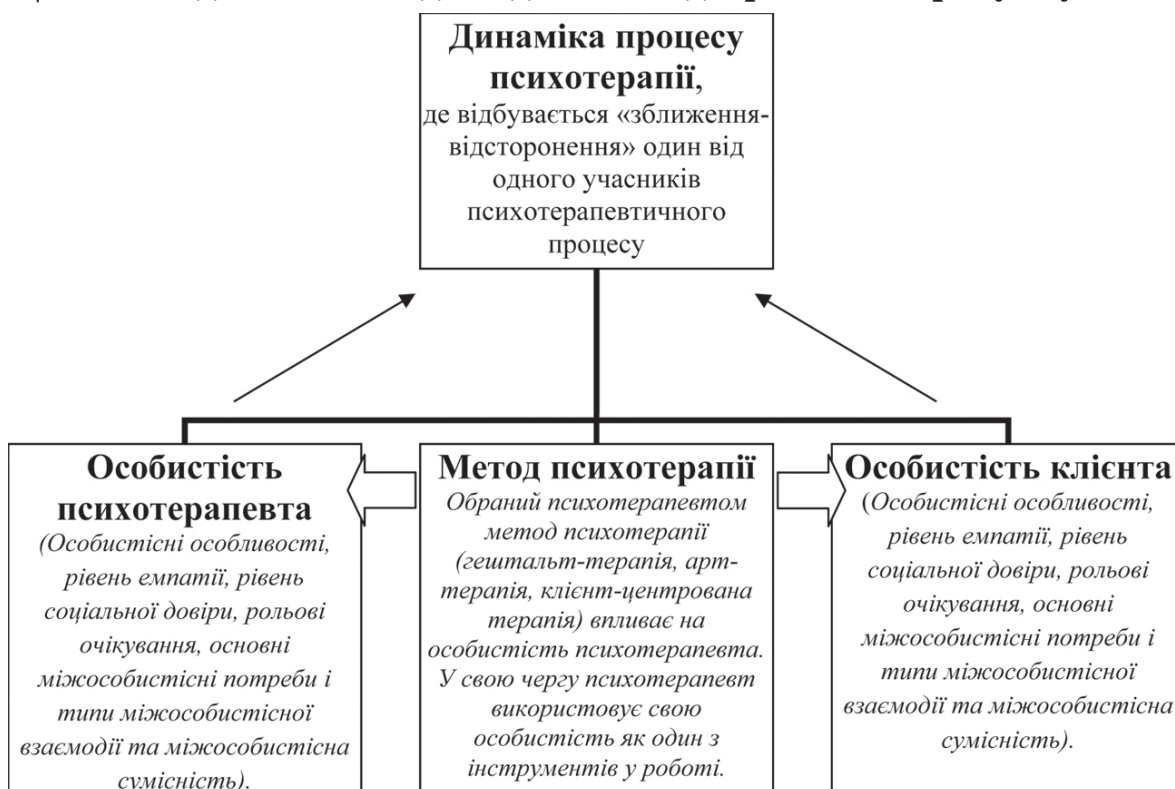
**Гіпотези дослідження полягають в наступному:**

- враховуючи особистісні особливості психотерапевтів та клієнтів, можна передбачати відмінності в процесі формування взаємовідносин між ними;
- психотерапевтичний підхід, за яким працює психотерапевт, накладає свій відбиток на особистість психотерапев-

та та процес формування і налагодження психотерапевтичних взаємовідносин і довіри з клієнтом.

- Клієнт-центровані психотерапевти як представники гуманістичного підходу, враховуючи їхню недирективність в роботі з клієнтами, мають свою специфіку етапів формування психотерапевтичних відносин і довіри з клієнтами.

На основі аналізу літератури [4,6,10,13] та власного теоретичного аналізу ми розробили модель дослідження процесу формування взаємовідносин між психотерапевтом і клієнтом та його перебігу в динаміці психотерапевтичної роботи. Для нас цікавим є саме момент формування взаємовідносин між психотерапевтом та клієнтом і динаміка його перебігу впродовж певної кількості психотерапевтичних зустрічей. Подібних досліджень нами не було виявлено, оскільки фокус уваги сучасних дослідників знаходиться на проблемі дослідження ефективності психотерапевтичної роботи [6], або ж відбувається вивчення динаміки та процесів групової взаємодії [7]. Цілісна модель нашого дослідження відображена на рисунку 1.



**Рис. 1** Модель емпіричного дослідження процесу формування психотерапевтичних відносин та етапів їх перебігу в діаді «психотерапевт-клієнт»

Для того, щоб дослідити особистісні особливості психотерапевтів та клієнтів, ми використовуємо особистісний опитувальник діагностики соціально-психологічної адаптації Роджерса – Даймонда.

Щоб дослідити рівень емпатії психотерапевтів та клієнтів, ми використовуємо опитувальник «Шкала емоційного відгуку» А. Меграбяна і Н. Епштейна.

Для дослідження рівня соціальної довіри психотерапевтів та клієнтів ми використовуємо шкалу соціальної довіри (Interpersonal Trust Scale, ITS) Роттера Дж..

Для того, щоб дослідити рольові очікування психотерапевтів та клієнтів один до одного, ми використовуємо модифіковані шкали опитувальника «Рольові очікування у шлюбі» М. Волкової. Зокрема були модифіковані 2 шкали опитувальника: шкала «Особистісна ідентифікація з чоловіком» була модифікована в шкалу «Особистісна ідентифікація з психотерапевтом / клієнтом» і «Емоційно-психотерапевтична» шкала опитувальника були модифіковані під ситуацію психотерапевт-клієнт відповідно.

З метою дослідження основних міжособистісних потреб і типів міжособистісної взаємодії, міжособистісної сумісності психотерапевтів та клієнтів один з одним ми використовуємо опитувальник міжособистісних відносин (ОМО) В. Шутца.

Рефлексивний опитувальник рівня довіри до себе Т. Скрипкіної дає можливість побачити ступені довіри до себе у психотерапевтів та їх клієнтів в 11 життєвих сферах та побудувати профіль «довіри до себе» у психотерапевтів, які практикують різні методи психотерапії та їх клієнтів.

Щоб дослідити, як в динаміці змінюється «зближення-відсторонення» психотерапевта та клієнта один від одного, ми використовуємо метод соціограми. Розроблена нами інструкція звучить наступним чином: «Будь ласка, намалюйте в цьому колі невеликі кружечки, які б відповідали тому, як близько в процесі цього сеансу роботи Ви відчували і переживали співрозмовника, наскільки сильно змогли йому довіритися, або ж відчутти його?»

Процедура дослідження виглядає наступним чином: наприкінці першого сеансу психотерапевтичної роботи психотерапевт і клієнт укладають «контракт», за яким обговорюють майбутню кількість зустрічей. Для нашого дослідження необхідною умовою є такі пари «психотерапевт-клієнт», у яких існує домовленість про кількість зустрічей більше 10. Після другого сеансу психотерапії психотерапевт і клієнт заповнюють бланки методик (усі перераховані методики). Починаючи з другого сеансу психотерапії психотерапевт і клієнт заповнюють кола соціограми і роблять це 4 рази – через кожну наступну зустріч (на 2 зустріч, на 4 зустріч, на 6 зустріч, на 10 зустріч).

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Узагальнюючи викладений вище матеріал, можна зробити такі основні

висновки. Не зважаючи на відносну нерозповсюдженість дослідження питання взаємодії клієнта та психотерапевта, вказаний напрям є одним із пріоритетних питань вивчення ефективності психотерапевтичного впливу в цілому.

Дослідження ефективності взаємодії клієнта та психотерапевта, як властивості їх взаємовідносин, перш за все передбачає практичну розробку нових і результативних методів та методик з урахуванням напрацювань попередніх знавців психотерапії.

З цією метою нами було розроблено вдосконалену емпіричну модель дослідження проблеми взаємодій психотерапевта та клієнта, до якої було включено інструменти вивчення саме динамічної складової вказаних відносин.

До перспектив подальших досліджень можна віднести проведення емпіричного дослідження згідно з запропонованою моделлю, яка вже показала свою ефективність на початкових етапах застосування.

#### **Список використаних джерел**

1. Алексейчик А.А. Духовные аспекты в психотерапии / А.А. Алексейчик // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. – №2(5). – 2004. – С. 73–75.
2. Бургонская С.В. Личностные особенности психотерапевта и клиента в контексте формирования психотерапевтических отношений / С.В. Бургонская // Актуальные проблемы психологии. – Том 11: Психология личности. Психологическая помощь личности : сб. научн. трудов Института психологии им. Г.С. Костюка АПН Украины / под ред. С.Д.Максименка. – К. : Ин-т. психологии им. Г.С.Костюка АПН Украины, 2014. – Ч.1. – С. 132–141.
3. Бургонська С.В. Директивність психотерапевта як чинник формування до нього довіри клієнта / С.В. Бургонська // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. – №1 (22). – 2014. – С. 90–97.
4. Газизова Р.Р. Проблема отношения психолога к клиенту: автореф. дис... канд. психол. наук : 19.00.07 / Р.Р. Газизова; Башкирский государственный университет. – Екатеринбург, 2014. – 178 с.
5. Мясищев В.Н. Личность и неврозы / В.Н. Мясищев. – Л. : Изд-во Ленинградского ун-та, 1960. – 460 с.
6. Холмогорова А. Б. Научные исследования процесса психотерапии и ее эффективности: современное состояние проблемы / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян, О.Д. Пуговки-



- на, И.В. Никитина // Социальная и клиническая психиатрия. – Том 19. – Выпуск 3. – 2009. – С. 92–99.
7. Цапкин В.Н. Единство и многообразие психотерапевтического опыта / В.Н. Цапкин // Московский психотерапевтический журнал (МПЖ) № 2. – 1992. – С. 62–69.
  8. Bordin E. S. The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance [Text] / E.S.Bordin // *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 1979. – 16(3). – P 252–260.
  9. Boadella D. Wilhelm Reich: the evolution of his work. – London: Vision, 1973. – P 74.
  10. Lambert M.J. The efficacy and effectiveness of psychotherapy / M.J. Lambert, B.M. Ogles // *Handbook of psychotherapy and behavior change*. 4th ed. / A.E. Bergin, S.L. Garfield (Eds.). New York: John Wiley & Sons, 2004. – P.139–193.
  11. Perls F. In and out of the garbage pail. Lafayette, Calif.: The Real People Press, 1969. – P 97.
  12. Rogers C R. Client-Centered Therapy. Boston: Houghton, 1951. – P 115–149.
  13. Zuroff D.C. Relation of therapeutic calliance and perfectionism to outcome in brief outpatient treatment of depression / D.C. Zuroff, S.J. Blatt, S.M. Sotsky // *J. Consulting Clin. Psychol.* – 2000. – Vol. 68. – N 1. – P. – 114–124.

#### **Spysok vykorystanyh dzherel**

1. Aleksejchik A.A. Duhovnye aspekty v psihoterapii / A.A. Aleksejchik // *Jekzistencial'naja tradicija: filosofija, psihologija, psihoterapija*. – №2(5). – 2004. – S. 73–75.
2. Burgonskaja S.V. Lichnostnye osobennosti psihoterapevta i klienta v kontekste formirovanija psihoterapevticheskikh otnoshenij / S.V. Burgonskaja // *Aktual'nye problemy psihologii*. – Tom 11: *Psihologija lichnosti. Psihologicheskaja pomoshh' lichnosti* : sb. nauchn. trudov Instituta psihologii im. G.S. Kostjuka APN Ukrainy / pod red. S.D.Maksimenka. – K. : In-t. psihologii im. G.S.Kostjuka APN Ukrainy, 2014. – Ch.1. – S. 132–141.
3. Burgons'ka S.V. Dyrektyvnist' psihoterapevta jak chynnyk formuvannja do n'ogo doviry klienta / S.V. Burgons'ka // *Aktual'ni problemy sociologii', psihologii', pedagogiky*. – №1 (22). – 2014. – S. 90–97.
4. Gazizova R.R. Problema otnoshenija psihologa k klientu: avtoref. dis... kand. psihol. nauk : 19.00.07 / R.R. Gazizova; Bashkirskij gosudarstvennyj universitet. – Ekaterenburg., 2014. – 178 s.

5. Mjasishhev V.N. Lichnost' i nevrozy / V.N. Mjasishhev. – L. : Izd-vo Leningradskogo un-ta, 1960. – 460 s.
6. Holmogorova A. B. Nauchnye issledovanija processa psihoterapii i ee jeffektivnosti: sosvremennoe sostojanie problemy / A.B. Holmogorova, N.G. Garanjan, O.D. Pugovkina, I.V. Nikitina // Social'naja i klinicheskaja psihiatrija. – Tom 19. – Vypusk 3. – 2009. – S. 92–99.
7. Capkin V.N. Edinstvo i mnogoobrazie psihoterapevticheskogo opyta / V.N. Capkin // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal (MPZh) № 2. – 1992. – S. 62–69.

**S.V. Burhonska. The study of the formation of relationships between psychotherapist and client.** The empirical model of the problem research is developed on the basis of analysis of domestic and foreign literature and the author's theoretical understanding of the problem of forming relationships between psychotherapist and client in the course of psychotherapy. The procedure of research and its stages are described. In view of depth of the research challenges the effectiveness of psychotherapeutic work, the importance of examining the issue is stressed and lists of factors that influence on the effectiveness of psychotherapy are generalized. The specificity of the psychotherapy approach which psychotherapist chooses and the method he uses provides a degree of directivity in his work. Prescriptive as well affects the peculiarities of client confidence to the therapist, as well as the effectiveness of psychotherapy. Designation of factors that affect the performance and effectiveness of psychotherapy, in turn, is established to be divided into three groups: the process flow, associated with therapy-related characteristics of the client, and those related to the characteristics of the psychotherapist. It is noted that there is not a strong prevalence of study on the interaction of client and psychotherapist. But this direction is one of the priority issues of studying the effectiveness of psychotherapy in general. To study the efficiency of interaction between client and psychotherapist, as the properties of their relationship, need practical development of new and effective methods and techniques based on the achievements of previous researchers. This is why we have to develop an improved empirical model of the study of the interaction between psychotherapist and client which included means of studying the dynamic component of these relations.

**Key words:** psychotherapist, client, personal characteristics, relationships, therapeutic alliance, confidence, decision, effectiveness of psychotherapy, psychological compatibility, role expectations, the process of psychotherapy, a method of psychotherapy, empathy.

*Received February 09, 2015*

*Revised February 22, 2015*

*Accepted March 14, 2015*