

Виноградов К.С., студент 1 курса, направление магистратуры «Психология», профиль «Психологическое консультирование», Г.Тверь, ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет, Научный руководитель - кандидат психологических наук, доцент Короткина Е.Д.

К ВОПРОСУ ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МОТИВАЦИОННОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ В ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация. В статье рассматриваются основные проблемы и сферы применения мотивационного консультирования в отечественной практической психологии. В качестве перспектив предлагается эффективное использование данной технологии не только в рамках наркологии и медицины, но и в других областях психологического консультирования,

Ключевые слова. *Мотивационное консультирование, практическое применение, мотивационное интервьюирование, определение понятий.*

Актуальность. Мотивационное консультирование является одним из наиболее быстро развивающихся подходов в практической психологии. Данный подход появился ещё в начале 80-х годов прошлого века и с этого времени возрастающими темпами находит всё новые и новые области применения, при этом оставаясь эффективным. Однако, в отечественной психологии применение МИ (Мотивационного интервьюирования) ограничено и не выходит за рамки медицины и наркологии, а также смежных областей.

Цель. Рассмотреть проблематику и сферы применения мотивационного консультирования в отечественной психологии.

Во-первых, для рассмотрения мотивационного консультирования в условиях отечественной практики, необходимо определить само понятие «мотивационное консультирование». В настоящее время существует дискуссия по поводу разделения понятий «мотивационное консультирование» и «мотивационное интервьюирование».

На сегодняшний день в научной литературе можно встретить и тот и другой термин, при этом в большинстве случаев они синонимичны и взаимозаменяемы. Так, в статье «Мотивационное интервьюирование в практике врача-стоматолога» понятие мотивационного интервью полностью взаимозаменяемо с понятием мотивационного консультирования и детерминируется следующим образом: «это системный консультативный подход к проблемам пациента, направленный на формирование мотивации пациента к изменению его поведения» [4, с.65]. В то время, как понятие мотивационное консультирование, в пособии «Работа со случаем в профилактике социального сиротства: практические инструменты для психолога» описано как «социальное взаимодействие, центрированное на желаниях и целях клиента, и при этом в явном виде ориентированное на изменение поведения» [5, с.34].

Как видно из приведённых выше примеров в настоящее время существует не строгая детерминация терминов «мотивационное интервью» и «мотивационное консультирование», а взаимозаменяемость и полная синонимичность данных понятий.

Отчего же в статьях, пособиях и других трудах российских учёных существует данная «двуединность» и нет единства в отношении того, какой из терминов является более объективным и применяемым в условиях современного развития психологии в России?

В США, родине «мотивационного консультирования»/«мотивационного интервьюирования», для описания данного процесса используется термин «Motivational Interviewing» [9, с.10]. Детерминируется он следующим образом «is a counseling approach designed to help people find the motivation to make a positive behavior change», что в переводе на русский язык - консультативный/консультационный подход, разработанный для помощи людям в поиске мотивации для совершения позитивных изменений в их поведении. Как можно видеть данное определение согласуется с предыдущими.

Поэтому следует говорить о «мотивационном интервью» как о едином термине, который был полностью перенесён и адаптирован из оригинального источника [12, с.325] и детерминируемый следующим образом: «это системный консультативный подход, центрированный на желаниях и целях клиента, разработанный для совершения позитивных изменений в его поведении».

После определения, что же такое «мотивационное интервью» нужно определить, для чего оно было создано и какие именно «позитивные изменения» должны быть привнесены в жизнь человека.

Впервые такой подход был описан в 1983 году в журнале «Behavioural and Cognitive Psychotherapy» Вильямом Миллером. Позже, в 1991 году, им была издана монография под названием «Motivational interviewing: Preparing people to change addictive behavior» в соавторстве с Стивеном Роллником. Этот научный труд посвящён описанию фундаментальных концепций и подходов, которые легли в основу МИ, а также описанию способов применения и клинических процедур.

Из библиографии В. Миллера можно увидеть, что основной зоной его научного и практического интереса является работа с различными видами зависимостей. В списке его трудов можно найти книги с такими названиями как: «Controlling Your Drinking: Second Edition: Tools to Make Moderation Work for You» [10], «Treating Addiction: Second Edition: A Guide for Professionals» [11] и т.п.

Создание и описание мотивационного интервью продолжает эту череду работ и разработок, направленных на борьбу с зависимостями, именно поэтому первично основной зоной применения данного подхода является консультирование людей с различными видами аддикций.

Также успешность применения МИ в условиях работы различного медицинского персонала не подлежит сомнению и имеет теоретическую и доказательную базу как в отечественной, так и в зарубежной психологии.

В России успешное применение мотивационного интервью можно наблюдать в области наркологии и смежных дисциплинах. Так можно найти статьи, посвящённые применению МИ в консультации пациентов со злокачественным течением алкогольной зависимости [3,6], статьи посвящённые применению данного подхода в профилактической работе врача первичного звена [2], а также труды, описывающие различные модификации мотивационного интервью для разных категорий наркологических пациентов [1,6]. Исходя из этого, можно говорить о широком применении данного подхода в отечественной наркологии и других областях, занимающихся проблемами аддиктивного поведения.

Несмотря на то, что мотивационное интервью изначально разрабатывалось для лечения зависимых людей, в настоящее время МИ применяется и в обычном консультативном процессе. Однако, данная область до такой степени мало описана в научной литературе, что найти какие-либо статьи, монографии или доклады, посвящённые вопросу использования МИ вне консультаций, как-либо связанных с медициной, представляется практически невозможным.

Следует сказать, что применение данного подхода также возможно при консультации с целью повышения стрессоустойчивости, борьбы с различными фобиями и страхами, и проблемами, связанными с перенесённым насилием как физическим, так и психологическим. Примеры такого использования МИ можно найти, в том числе, и в зарубежной литературе.

Так, Рональд Т. Мёрфи ещё в 2008 году в сборнике «MOTIVATIONAL INTERVIEWING IN THE TREATMENT OF PSYCHOLOGICAL PROBLEM» описал применение МИ при консультации ветеранов боевых действий, имеющих симптомы ПТСР и других поведенческих проблем. В данной статье Мёрфи модифицировал стандартную систему консультирования, принятую в США, при ПТСР и других стрессовых расстройствах. Проведение клинического исследования, в котором было проведено сравнение двух групп ветеранов: контрольной и экспериментальной, при консультировании экспериментальной группы использовалась система консультирования с использованием МИ, а консультирование контрольной группы проходило по стандартной схеме, позволило сделать следующий вывод: «Потенциальная ценность этой попытки улучшить лечение посттравматического стрессового расстройства среди ветеранов боевых действий с хроническим посттравматическим стрессовым расстройством огромна, но не доказана. Конечно, усилия в этом направлении не могли бы быть предприняты без творчества и объёма теоретических, клинических, и исследовательских работ в поддержку МИ. Внедрение принципов МИ и

методов лечения посттравматического стресса могут быть ещё одним пунктом в список ценных расширений этого подхода» [8, с.90].

Эффект применения мотивационного интервью в консультировании, целью которого является повышение стрессоустойчивости, к примеру был описан в 2021 году в журнале «European Psychiatry» группой учёных из Ирана. Выводы, основанные на результатах проведённого исследования, позволили утверждать, что МИ является одним из самых эффективных методов при консультировании, целью которого является повышение стрессоустойчивости и управления стрессом со стороны клиенток-бесплодных женщин с СПКЯ [7].

Обобщая вышеизложенное, можно сказать о нескольких проблемах мотивационного консультирования в отечественной психологии и психотерапии. Первой проблемой является отсутствие окончательной детерминации самого понятия «Мотивационное консультирование» и существование дублирующего термина «мотивационное интервью». Второй проблемой данного подхода является ограниченность области его применения, несмотря на успешный опыт зарубежных психологов и наличие достаточных оснований для его использования в различных сферах практической психологии.

Список литературы:

1. МОТИВАЦИОННОЕ ИНТЕРВЬЮ И ЕГО МОДИФИКАЦИИ ДЛЯ РАЗНЫХ КАТЕГОРИЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИХ ПАЦИЕНТОВ / Т.В. АГИБАЛОВА [и др.] // ЧЕЛОВЕК И ЛЕКАРСТВО/Сборник материалов XXVI Российского национального конгресса «Человек и лекарство». Тезисы докладов. – 2019. – С. 96
2. Агибалова, Т.В., Тучина, О.Д. Мотивационное интервью в профилактической работе врача первичного звена. //В сборнике: Психическое здоровье человека и общества. Актуальные междисциплинарные проблемы. Научно-практическая конференция. Сборник материалов. / Под редакцией Г.П. Костюка. 2018. - С. 236-242.
3. Агибалова Т. В., Орлова А. В. Модификация целей и задач мотивационного интервью для пациентов со злокачественным течением алкогольной зависимости // В сборнике: Амбулаторная и больничная психотерапевтическая и психосоциальная помощь на современном этапе. Материалы 15-й Всероссийской общественной профессиональной медицинской психотерапевтической конференции и 16-й юбилейной Всероссийской общественной профессиональной медицинской психотерапевтической конференции . / Под редакцией Н.Л. Зуйковой, А.И. Аппенянского, Ю.П. Бойко, Ю.С. Шевченко. Москва, 2019. С. 30-34.
4. Анисимова Н.Ю., Рабинович С.А., Анисимова Е.Н., Сирота Н.А. Мотивационное интервьюирование в практике врача-стоматолога // Эндодонтия Today. 2013; 11(3): 33-36.

5. Арчакова Т.О., Геласимова А.В., Данилкина Д.Д., Деснянская О.В., Иванова А.В., Курчанова Ю.Р., Сурмило А.Э. Работа со случаями в профилактике социального сиротства: практические инструменты для куратора случая // Опыт БФ "Волонтеры в помощь детям-сиротам — М.: БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам», 2019. 73 с.

6. Гуревич, Г.Л. Мотивационное интервью при лечении пациентов с алкогольной зависимостью с коморбидной эндогенной патологией // Актуальные вопросы психиатрии, наркологии и клинической психологии: сборник материалов Международной научно-практической конференции, посвященной 115- летию со дня рождения австрийского психиатра и психолога В.Э. Франкла, 18 сентября 2020 года, Кемерово / Отв. ред. А.М. Селедцов, А.А. Лопатин, Г.В. Акименко, Ю.Ю. Кирина. – Кемерово: КемГМУ, 2020. – С. 70–79.

7. Ansari, F., Hamzehgardeshi, Z., Elyasi, F., Moosazadeh, M., & Ahmadi, I. The effect of online motivational interviewing on stress management in infertile women with PCOS: A randomized clinical trial // *European Psychiatry*, 2021. 64(S1). S. 761-S761.

8. MOTIVATIONAL INTERVIEWING IN THE TREATMENT OF PSYCHOLOGICAL PROBLEMS / Hal Arkowitz [и др.]. – New York : The Guilford Press A Division of Guilford Publications, Inc., 2008. – 69-80 с.

9. Elizabeth Hartney, What Is Motivational Interviewing?[Электронный ресурс]// режим доступа: <https://www.verywellmind.com/what-is-motivational-interviewing-22378> (дата обращения 01.04.2022)

10. Miller, William R., Alyssa A. Forcehimes, Allen Zweben. Treating Addiction, Second Edition, The Guilford Press, 2019, ISBN: 9781462540440

11. Miller, William R., Ricardo F. Muñoz. Controlling Your Drinking, Second Edition, 2013, ISBN: 1462511341

12. Rollnick, Stephen; Miller, William R. (October 1995). "What is Motivational Interviewing?" // *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. 23 (4): P. 325–334.

Vinogradov K.S., 1st year master's student, profile "Psychological counseling", Tver, Tver state University

Science advisor - Head Department of Psychology, candidate of psychological Sciences, Associate Professor Korotkina E.

ON THE USE OF MOTIVATION COUNSELING IN PRACTICAL PSYCHOLOGY

Annotation. The article deals with the main problems and areas of application of motivational counseling in domestic practical psychology. As prospects, the effective use of this technology is proposed not only in the framework of narcology and medicine, but also in other areas of psychological counseling.

Keywords: Motivational counseling, practical application, motivational interviewing, definition of concepts.