

ПРОФЕСІЙНІ ЯКОСТІ ДИТЯЧОГО ПСИХОТЕРАПЕВТА: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ

Тафінцева Світлана Ігорівна
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії
ORCID: 0000-0002-2280-7556

Мотозюк Людмила Миколаївна
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії
ORCID: 0000-0002-6426-0261

У статті здійснено теоретичний аналіз основних професійних якостей дитячого психотерапевта, що є ключовими в побудові ефективного терапевтичного процесу з дітьми та підлітками. Зважаючи на особливості дитячої психотерапії, як-от необхідність врахування вікових та емоційних особливостей клієнтів, а також тісний зв'язок із батьками, підкреслено важливість специфічного набору якостей, включно із чутливістю, толерантністю, безумовним прийняттям, емпатійністю, здатністю формувати безпечний простір, навичками роботи із символічними формами вираження (гра, метафори, фантазії), професійною компетентністю, саморефлексією та здатністю до саморозвитку, спроможністю до співпраці із батьками та іншими спеціалістами та ін., що визначаються українською (Г. Католик, С. Литвиненко та ін.) за зарубіжною (Г. Лендред, В. Оклендер, К. Фрід та ін.) психологічної практикою. У статті запропоновано доповнення до визначених професійних якостей дитячого психотерапевта. Акцентовується увага на таких якостях. Передусім це здатність до встановлення гарного контакту зі своєю «внутрішньою дитиною», що допомагає психотерапевту залишатися вразливим, емпатійним та відкритим до сприйняття дитячого досвіду. Другою важливою якістю є гнучкість і терплячість до різноманітних поведінкових проявів дитини, що дає змогу не лише зберігати спокій у складних ситуаціях, але й краще розуміти, приймати й адаптувати підхід до кожного клієнта.

Крім того, здатність надавати зворотний зв'язок, пояснюючи дитині її почуття та дії простими й доступними словами, сприяє покращенню її емоційної грамотності та побудові довірливих стосунків. Нарешті, вміння розуміти метафори та символи, які проявляються у грі й фантазії, дає змогу психотерапевту глибше проникати у внутрішній світ дитини та працювати з її переживаннями на символічному рівні. Таке доповнення переліку професійних якостей розширює перспективи дослідження ефективних стратегій терапевтичного втручання та підвищує актуальність формування цих навичок у процесі професійної підготовки дитячих психотерапевтів.

Ключові слова: якість, професійна якість, професійні якості дитячого психотерапевта.

Tafintseva S., Motoziuk L. PROFESSIONAL QUALITIES OF A CHILD PSYCHOTHERAPIST: THEORETICAL ASPECT

The article presents a theoretical analysis of the main professional qualities of a child psychotherapist, which are key to building an effective therapeutic process with children and teenagers. Given the peculiarities of child psychotherapy, such as the need to take into account the age and emotional characteristics of clients, as well as close communication with parents, the importance of a specific set of qualities, including sensitivity, tolerance, unconditional acceptance, empathy, the ability to create a safe space, skills in working with symbolic forms of expression (play, metaphors, fantasies), professional competence, self-reflection and the ability to self-development, the ability to cooperate with parents and other professionals, etc. is emphasised, defined by Ukrainian (G. Katolyk, S. Lytvynenko, etc.) and foreign (G. Landred, W. Oaklander, K. Fried, etc.) psychological practice. The article proposes additions to the identified professional qualities of a child psychotherapist. The attention is focused on the following qualities: first of all, the ability to establish good contact with one's 'inner child', which helps the psychotherapist to remain sensitive, empathetic and open to the perception of children's experience. The second important quality is flexibility and patience with various behavioural manifestations of the child, which allows not only to remain calm in difficult situations, but also to better understand, accept and adapt the approach to each client. In addition, the ability to provide feedback by explaining feelings and actions to the child in simple and accessible words helps to improve their emotional literacy and builds trust. Finally, the ability to understand the metaphors and symbols that manifest themselves in play and fantasy allows the therapist to penetrate deeper into the child's inner world and work with his or her experiences on a symbolic level. Such an addition to the list of professional qualities expands the prospects for researching effective strategies of therapeutic intervention and increases the relevance of the formation of these skills in the process of professional training of child psychotherapists.

Key words: quality, professional quality, professional qualities of a child psychotherapist.

Вступ. Діяльність дитячих психотерапевтів помітно різниться результатами, яких досягають їхні клієнти, і професійні якості та характеристики, які можуть пояснити ці відмінності, викликають дедалі більший інтерес. Визначення професійних якостей дитячого психотерапевта є важливим етапом у його професійному розвитку і має значення з декількох причин. Важливим є те, що професійні якості визначають здатність психотерапевта надавати ефективну та якісну допомогу дітям. Це передбачає навички слухання, емпатії, знання та розуміння дитячого розвитку і психології, що забезпечує надання якісної послуги. Діти та їхні батьки повинні відчувати довіру до психотерапевта. Визначені професійні якості, як-от етика, конфіденційність і спроможність створювати позитивні відносини, сприяють встановленню довіри. Дитяча психотерапія враховує, що різні діти мають різні потреби. А дитячий психотерапевт повинен мати спроможність адаптувати свій підхід до індивідуальних особливостей кожного клієнта. Також важливим є здатність ефективно спілкуватися, що являє собою ключовий елемент успішної взаємодії з дітьми та їхніми батьками (опікунами). Це передбачає більш точне вираження ідей, слухання та взаєморозуміння. Крім того, означення якостей допомагає дитячому психотерапевту визначати напрями, у яких він може покращити свої професійні уміння та навички; ще ми враховуємо, що робота з дітьми може бути емоційно виснажливою. Психотерапевт повинен розвивати здатність до самопізнання, самоопіки та виявлення стресових ситуацій для забезпечення власного благополуччя та підтримки якісної практики.

Саме тому визначення сукупності професійних якостей та їх розвиток сприяють створенню екологічного, етичного та продуктивного психотерапевтичного середовища для дітей та підлітків.

Матеріали та методи. Питання професійних якостей дитячого психотерапевта є особливо актуальним у світлі потреби в розумінні комплексних навичок і особистісних якостей, необхідних для ефективної роботи з дітьми та підлітками. Огляд літератури показує, що ключовими аспектами є здатність до емпатії, розуміння дитячої психології, а також особливості взаємодії з батьками та сім'ями. Зокрема, дослідження Г. Лендрета [1] у його монографії про ігрову терапію акцентує увагу на тому, що ефективний дитячий психотерапевт повинен володіти здатністю до встановлення безпечного й підтримуючого простору, що сприяє розвитку довірливих відносин між терапевтом і дитиною. Ця здатність є основоположною для побудови відкритої комунікації, що є необхідною для подальшого самовираження дитини та розкриття її емоційного світу. В. Оклендер [2] визначає, що психотерапевтичний процес з дітьми передбачає створення терапевтичного середовища, де дитина може вільно досліджувати власні емоції. Дослідження також показують, що для цього терапевт повинен мати як професійні знання, так і особистісні якості, зокрема терпимість, гнучкість і здатність до саморефлексії. Водночас К. Фрід [3] відзначає важливість адаптивних умінь, які виявилися особливо необхідними під час пандемії, коли терапевти були змушені переглянути традиційні підходи. Ефективність дитячого психотерапевта також залежить від його готовності до постійного професійного розвитку, що підкреслюється в роботі Б. Налавані та співавторів [4], де наводиться аналіз характеристик «хорошого» терапевта, як-от емоційна стійкість, співчуття, емпатія та навички активного слухання. На основі цих досліджень можна стверджувати, що не лише технічні знання, але й особистісні якості відіграють важливу роль в ефективності роботи дитячого психотерапевта. Українські дослідження, зокрема роботи С. Литвиненко і В. Ямницького [5; 6], наголошують на специфіці роботи з дітьми, які перебувають у кризових ситуаціях, і на важливості залучення сім'ї у терапевтичний процес, що потребує від терапевта високих навичок комунікації та емоційної стійкості. Аналітичний огляд [7] підтверджує, що ефективність психотерапевта пов'язана як із його професійними навичками, так і з особистими рисами: емоційним інтелектом, здатністю до підтримки, витримкою, гнучкістю та вмінням створювати довірливий контакт із дитиною. Таким чином, професійні якості дитячого психотерапевта охоплюють не лише знання та практичні навички, але й особистісні риси, що забезпечують можливість ефективної взаємодії з дітьми. Це вказує на необхідність комплексної підготовки фахівців у галузі дитячої психотерапії та важливість їхнього емоційного саморозвитку.

Результати. Дитячу психотерапію ми розглядаємо як збірне поняття, що містить різні психотерапевтичні напрями професійного втручання, спрямоване на вирішення або попередження психологічних проблем у дітей та підлітків (а також їхніх батьків) через спрямованість роботи на внутрішні причини проблем особистісного розвитку.

Дослідники С. Литвиненко та В. Ямницький виділяють виразні особливості дитячої психотерапії: залежність дитини від батьків та вплив на неї найближчого оточення й широко соціально-культурного контексту; потреба у встановленні під час терапії тісного робочого альянсу з батьками як учасниками психотерапевтичного процесу; формування під час роботи з дітьми та підлітками мотивації до психотерапії через встановлення емоційного контакту та довірливих стосунків психотерапевта та дитини, заснованих на безоцінному прийнятті, емпатії, підтримці та щирості психотерапевта; взаємозумовленість та співвідносність психотерапевтичних методів і технік з віковими та індивідуальними особливостями розвитку дитини; особливі трансферентні реакції психотерапевта на дитину-клієнта, які необхідно відслідковувати та розуміти психологу [5, с. 141].

З огляду на вищезазначені особливості дитячої психотерапії, де головна увага приділяється створенню довірливих стосунків та взаємодії з дітьми та їх батьками, очевидно, що успішність терапії значною мірою залежить від професійних і особистісних якостей дитячого психотерапевта. Визначення та розуміння цих якостей стають важливими для забезпечення результативності психотерапевтичної роботи з дітьми. У цьому контексті доцільно розпочати з аналізу ключових понять «якість» та «професійна якість», що дасть змогу чіткіше окреслити професійні вимоги до дитячого психотерапевта. Розгляд цих понять допоможе закласти основу для подальшого визначення тих характеристик, які є критично важливими для ефективного виконання психотерапевтичної роботи з дітьми та їхніми батьками.

Психологічний словник означає якість як суттєву визначеність об'єкта, завдяки якій він є саме тим, а не іншим об'єктом «Я», яка відображає стійке взаємовідношення складових елементів об'єкта, які характеризують його специфіку, істотні ознаки, що дає можливість відрізнити один об'єкт від інших [8, с. 332]. А під професійно-важливими якостями визначає комплекс найважливіших індивідуально-психологічних особливостей людини, які визначають успішність освоєння професії та виконання професійної діяльності [8, с. 231].

Таким чином, під професійними якостями дитячого психотерапевта ми визначаємо сукупність індивідуально-психологічних особливостей спеціаліста, які впливатимуть на ефективність терапевтичної роботи з дітьми та підлітками, які мають поведінкові, емоційні, соціальні та/або психологічні труднощі.

Е. Хейнонен та Х. Ніссен-Лі вважають, що більш ефективні психотерапевти характеризуються професійно розвиненими міжособистісними здібностями, які, ймовірно, є результатом їх особистого життя та історії прив'язаності [7, с. 16]. Це засвідчує те, що особистий емоційний досвід, у тому числі досвід взаємодії з родиною та іншими значущими особами, формує компетентності психотерапевта, що відображається на якості його професійної практики.

Цінним для нашого дослідження є напрацювання групи науковців, що вивчали особливості професійних якостей «хорошого» дитячого психотерапевта. Б. Налавані та ін. з'ясували, що кластери, які пов'язані з терапевтичними стосунками й навичками співпраці (наприклад, співчуття, теплота та щирість), оцінюються як найважливіші професійні якості, які необхідно мати, а також вони є більш складними для розвитку. І навпаки, кластери, які пов'язані з терапевтичним втручанням і теоріями ігрової терапії, оцінюються як менш важливі якості, якими потрібно володіти, але як такі, що легко формуються (набуваються) [4, с. 49]. Таким чином, згідно з дослідженням такі уміння й навички, як професійна реакція на поведінку дитини, чутливість до дитини, загальні базові навички, теоретичні знання дитячого психотерапевта, навички спілкування із сім'єю, структурований підхід до психотерапії, теоретичне уявлення про психотерапію дитини, є вторинними у визначенні ефективності діяльності дитячого психотерапевта і не є визначальними для результативності психотерапевтичного втручання.

Спеціалістка з дитячого та сімейного консультування В. Оклендер висловлюється про дитячого психотерапевта як професіонала, який має бути особливо чутливим до потреб дітей та їхніх унікальних переживань. Вона підкреслює важливість сприйняття психотерапевтом дитячого світу через призму гри, творчості та інших форм вираження, які характерні для дітей. В. Оклендер акцентує увагу на значенні теплоти, сприяння емоційному розвитку та підтримки самовираження в процесі психотерапії дітей і підлітків [2]. Погляди В. Оклендер на професійні якості дитячого психотерапевта мають велике значення для сучасної психотерапевтичної практики. Адже вона підкреслює важливість чутливості, теплоти й емпатії у взаємодії з дітьми, їхніми батьками та сім'ями. Висвітлюючи значення розуміння дитячого світу через гру, творчість та інші форми мистецтва, В. Оклендер ставить у центр психотерапевтичного процесу самовираження та розвиток дитячої особистості. Її підхід сприяє створенню емоційно безпечного середовища, де дитина може відчувати себе зрозумілою та прийнятою, що є ключовим для успішного психотерапевтичного втручання. Такий підхід також враховує важливість взаємодії із сім'єю та оточенням дитини, що відіграють суттєву роль у психологічному здоров'ї та розвитку зростаючої особистості. Отже, погляди В. Оклендер на професійні якості дитячого психотерапевта визначають важливі принципи та підходи для ефективної взаємодії з дітьми та підтримки їхнього психічного розвитку.

Доктор психології К. Фрід наголошує на тому, що дитячий психотерапевт своєю присутністю створює безпечне лікувальне середовище для дитини. І ця безпека дає можливість їй відкриватися, виражати та інтегрувати ігноровані полярності або аспекти себе. До того ж інтегрований внутрішній контакт приносить відчуття себе як «Я», що дає змогу будувати стосунки «Я – Ти». Адже якщо «Я» слабке й невизначене, межі нечіткі, то і контакт страждає. А розширений завдяки терапевтичному партнерству внутрішній і зовнішній контакт дає змогу дитині регулювати та захищати себе [3, с. 60].

Доктор К. Фрід акцентує увагу на деяких професійних якостях [3], які, на нашу думку, повинен мати дитячий психотерапевт:

- емпатійність як уміння співпереживати та розуміти почуття та переживання дитини. Емпатія дає можливість психотерапевту побачити світ очима дитини і створювати емоційний зв'язок з нею;
- безумовне прийняття як здатність приймати дитину такою, яка вона є, та можливість демонструвати любов і підтримку;
- професійна компетентність як сукупність знань і навичок у галузі загальної психології, дитячої психології, методів психотерапії, які дають змогу ефективно працювати з різними дитячими проблемами;
- саморефлексія та здатність до саморозвитку як здатність ретельно аналізувати свою роботу, рефлексувати над власними діями та постійно вдосконалювати свої навички і підходи;
- спроможність до співпраці з батьками та іншими спеціалістами. Здатність будувати довірливі стосунки з батьками дитини та співпрацювати з іншими спеціалістами (наприклад, вчителями, лікарями) для досягнення кращих результатів;
- гнучкість та творчість як здатність адаптувати свої методи та підходи до потреб конкретної дитини та ситуації, а також заохочення до використання творчих методик та ігрових підходів у роботі з дітьми.

Серед вітчизняних напрацювань проблематика професійних якостей дитячого психотерапевта представлена частково. Окремі аспекти знаходимо в праці С. Литвиненко та В. Ямницького стосовно психологічних особливостей роботи з батьками в психотерапії дітей. Дослідники серед важливих якостей дитячого психотерапевта називають емпатійну підтримку (для встановлення довіри та сприяння ефективній взаємодії), емоційну стійкість (для ефективного керування власним емоційним станом і забезпечення професійної підтримки), професійну чутливість (чутливість до потреб і ситуацій батьків. Це дає змогу психотерапевту адаптувати свій підхід і методи роботи відповідно до конкретного запиту), усвідомлення та розуміння власних внутрішніх реакцій (дає можливість дитячому психотерапевту ефективно взаємодіяти з власними емоціями й уникати їхнього негативного впливу на терапевтичні стосунки з клієнтом та його батьками) [6, с. 72–73]. Отже, успішна робота з батьками в психотерапії дітей потребує від психотерапевта комплексу професійних якостей, як-от емпатія, емоційна стійкість, професійна чутливість та усвідомлення власних реакцій, оскільки ці якості допомагають створити позитивну й довірливу атмосферу для спільної роботи над психологічними потребами дитини та її сім'ї.

Актуальним є напрацювання Г. Католик, яка в дослідженні концепції «Я» дитячого практичного психолога з погляду якості психотерапевтичного стосунку зважає насамперед на комунікативну компетентність дитячого практичного психолога. На її думку, комунікативна компетентність означає здатність дитячого психолога до ідентифікації з емоційними запитами дитини-клієнта, внутрішній дозвіл бути заангажованим як об'єкт перенесення, не втрачаючи рефлексії (спостерігаючого Я) та автономії під тиском інтенсивних позитивних чи негативних проєкцій [9, с. 17]. Таким чином, вона вбачає комунікативну компетентність як здатність психолога співпереживати емоційним потребам дитини, бути об'єктом перенесення, але при цьому зберігати рефлексію і автономію. Це підкреслює важливість взаємодії між психологом і дитиною на рівні емоційної співпраці, що сприяє ефективному психотерапевтичному процесу та досягненню позитивних результатів.

Професор клінічної психіатрії Д. Сігел акцентує увагу на ключовій якості, яка вважається важливою для дитячого спеціаліста, – емпатії, що дає змогу дитячому спеціалісту побачити світ очима дитини та створити підтримуюче середовище для її емоційного та психологічного розвитку. Він зазначає, що емпатія – це вміння відчувати себе в шкірі іншої людини. У дитячій психотерапії вона є ключем до розуміння потреб і почуттів дитини, що допомагає побудувати довіру та співпрацю в процесі розвитку [10]. Отже, шляхом емпатійного спілкування психотерапевт може краще зрозуміти внутрішній світ дитини, її переживання, страхи та потреби. А це дає можливість збільшити ефективність психотерапевтичного процесу.

На думку доктора Г. Лендрета, серед професійних якостей дитячого терапевта варто розглядати такі:

- об'єктивність та гнучкість. Ефективний дитячий терапевт досить об'єктивний, щоб дозволити дитині бути самостійною особистістю, і досить гнучкий, щоб прийняти будь-які несподіванки й адаптуватися до них;
- розуміння, любов, інтерес і турбота про дітей. Для терапевта індивідуальність дитини, її досвід є безумовною цінністю. Почуття та відчуття терапевта стосовно дитини набагато важливіші, ніж знання про неї;
- відсутність оцінки. Дитячому терапевту немає потреби оцінювати або судити про дитину або про те, що дитина зробила, а чого не зробила;
- відкритість. Терапевт повинен бути відкритим, а не замкнутим. Відкритість до світу дитини – це базова передумова для роботи ігрового терапевта. Ставлення до дітей і судження про них насамперед ґрунтуються на їхніх особистісних достоїнствах. Терапевт вміє відключатися від світу власної реальності та співпереживати в реальності дитини;

– терплячість до подвійності положень. Терплячість до подвійності положень допомагає дитячому терапевту увійти у світ переживань дитини, слідуючи за нею, дозволяючи дитині бути ініціатором теми, діяльності; а дитині – відчувати задоволення від того, що психотерапевт заохочує її поведінку та передає їй повногу відповідальності;

– уміння проєктувати майбутнє на свої відносини з дитиною. Психотерапевт увесь час намагається потрапити в ногу з дитиною, тому йому потрібно з'ясувати, що сталося вчора, якщо тільки дитина сама не охоче коментує минуле. Тоді терапевту слід «іти» за нею. Дитячий терапевт ніколи не згадує (нагадує) про минулі сеанси, бо дитина перебуває в іншій тимчасовій точці;

– особиста мужність. Особиста мужність необхідна, щоб визнавати помилки, іноді дозволити собі бути уразливим, виявляти неточності свого сприйняття. Особистісна мужність потрібна також і для того, щоб дозволити собі ризик спонтанної реакції на творче самовираження дитини в кожному певний момент;

– природність, тепле ставлення, турбота, прийняття й сензитивне розуміння. Ці параметри характеризуються також як здатність до любові та співчуття;

– почуття гумору і вміння побачити смішне в тому, що здається смішним дитині. Діти отримують задоволення. Їм подобається гратися й робити відкриття. Вони голосно регочуть, коли їм щось здається смішним. Дитячий психотерапевт повинен мати почуття гумору і вміння побачити смішне в тому, що здається смішним дитині [1, с. 115].

Ці якості допомагають створити екологічне психотерапевтичне середовище, у якому дитина може відчувати себе в безпеці, бути зрозумілою та отримати підтримку у своїх емоційних переживаннях.

На основі практичного досвіду ми доповнюємо перелік професійних якостей дитячого психотерапевта *здатністю встановлювати гарний контакт із своєю «внутрішньою дитиною»*. Це поняття часто розуміється як здатність психотерапевта звертатися до аспектів власного дитячого досвіду, емпатично реагувати на дитячі емоції та занурюватися у світогляд дитини, що допомагає глибше зрозуміти її потреби й переживання, відчувати дитину, яка регресує на невербальний рівень. **Ми вважаємо, що контакт із «внутрішньою дитиною» для терапевтичної роботи сприятиме:**

1) покращенню емпатії та автентичності. Психотерапевт, який має контакт із власною «внутрішньою дитиною», може з більшою емпатією ставитися до емоційних проявів дітей, а також до їхнього сприйняття світу, що часто відрізняється від дорослого. Цей контакт зменшує бар'єри між психотерапевтом і клієнтом, роблячи терапію більш автентичною та комфортною для дитини;

2) здатності до гри й образного мислення. Дитяча психотерапія часто передає ігрову терапію, де психотерапевт повинен уміти увійти в роль, розуміти символіку дитячих ігор і активно брати в них участь. Контакт із «внутрішньою дитиною» дає змогу спеціалісту більш природно й невимушено діяти в таких ситуаціях, допомагаючи дитині розкритися;

3) управлінню власними емоціями. Ця якість допомагає психотерапевту краще розуміти власні емоційні реакції, які можуть виникати в роботі з дітьми. Зокрема, це дає змогу відстежувати моменти, коли дитячі переживання можуть викликати в терапевта власні дитячі спогади чи емоції, і правильно з ними працювати, не перекладаючи їх на клієнта;

4) побудові довірливого контакту з дитиною. Діти гостро відчувають автентичність дорослих і зазвичай більш відкриті до тих, хто щиро може бути частиною їхнього емоційного світу. Психотерапевт із гарним контактом із «внутрішньою дитиною» може легше здобувати довіру дітей, оскільки вони відчувають його розуміння та прийняття.

У контексті роботи дитячого психотерапевта ще такі якості, як *гнучкість* та *терплячість до поведінки* дитини, є критично важливими, оскільки вони сприяють ефективності терапії та забезпечують комфортне середовище для маленького клієнта.

Гнучкість дає змогу психотерапевту змінювати підхід відповідно до індивідуальних особливостей дитини, її поточного емоційного стану та поведінкових реакцій. У роботі з дітьми, особливо молодшого віку, терапевтичні методики й обговорення можуть швидко змінюватися, оскільки увага дитини є обмеженою, а її настрій може варіюватися. Гнучкий підхід дає можливість **підлаштовувати терапевтичні інструменти та методи** відповідно до потреб кожної дитини. Наприклад, замість суворого дотримання певної техніки терапевт може перейти до творчих або ігрових методів, коли бачить, що дитина краще відкривається саме в такому середовищі; **швидко реагувати на поведінкові зміни**. Діти часто демонструють непередбачувані реакції, і гнучкий терапевт здатний підлаштовуватися під них, зберігаючи при цьому спокій і терпіння. Це також допомагає дитині відчувати безпеку та прийняття.

Терплячість є ключовою в побудові довіри та підтримки емоційного комфорту дитини. Це особливо важливо, коли дитина не готова відразу відкрито розповідати про свої переживання або проявляє небажання брати участь у терапевтичних вправах. Терплячий підхід **сприяє встановленню довіри**. Дитина, яка відчуває, що терапевт терпляче чекає на її відповіді або дії, сприймає це як сигнал про безпеку і прийняття, що дає їй можливість поступово відкриватися, **знижує напруження**

та страхи. Деякі діти відчувають себе під тиском, коли потрібно щось пояснювати або робити в присутності дорослого. Терплячість з боку терапевта знижує це напруження, допомагаючи дитині поступово долати внутрішні бар'єри, **допомагає уникати конфліктних ситуацій**. Іноді діти можуть проявляти негативні поведінкові реакції, як-от агресія або протест, коли почуваються незрозумілими чи не чують підтримки. Терплячість до таких проявів дає можливість психотерапевту розібратися в причинах такої поведінки та ефективно її коригувати.

Ще однією важливою якістю дитячого психотерапевта є *здатність надавати зворотний зв'язок, описуючи дитині її дії та почуття простими й зрозумілими словами*. Це допомагає дитині усвідомлювати свої емоції, вчинки та причини певної поведінки, сприяючи розвитку емоційного інтелекту й саморозуміння. Ефективність такої якості в роботі дитячого психотерапевта ми вбачаємо в такому:

1. Сприяння емоційному розвитку. Адже коли терапевт простими словами називає емоції або дії дитини, це допомагає дитині поступово розуміти свої внутрішні переживання. Наприклад, якщо дитина проявляє тривогу, терапевт може сказати: «Ти зараз, мабуть, відчуваєш хвилювання, бо ця ситуація нова і трохи лякає тебе». Такий підхід навчає дитину розпізнавати й позначати свої емоції, розвиваючи її здатність до саморефлексії.

2. Формування довіри та безпеки. Відкритий, зрозумілий зворотний зв'язок допомагає дитині відчувати себе прийнятою та зрозумілою, що є особливо важливим у встановленні терапевтичного альянсу. Діти часто відчувають страх або сором за свої емоційні реакції, а слова психотерапевта, що підкреслюють прийняття, допомагають знизити напругу та полегшують емоційне відкриття.

3. Покращення поведінки. Коли психотерапевт називає конкретні дії дитини простими словами, це допомагає їй краще усвідомлювати свої дії та їх наслідки. Наприклад, замість узагальненої критики терапевт може сказати: «Зараз ти кинув іграшку, тому що тобі стало сумно, але так ти можеш випадково образити когось». Такий зворотний зв'язок корисний для формування в дитини навичок самоконтролю й управління емоціями.

4. Розвиток мовлення та комунікативних навичок. Уміння психотерапевта просто та чітко висловлювати емоційні стани дитини допомагає дитині навчитися використовувати ці вислови в щоденному житті. Це поступово формує у неї здатність до вербалізації складних почуттів, підвищуючи емоційну грамотність і полегшуючи процес соціалізації.

На практиці це може бути м'яке, ненав'язливе коментування того, що відчуває дитина: наприклад, «Ти злився, бо не вийшло побудувати таку вежу, як ти хотів». Це допомагає дитині зрозуміти власний стан і ставлення психотерапевта, яке ґрунтується на підтримці, що сприяє покращенню емоційного благополуччя.

Розуміння мови метафор і символів, які проявляються у грі та фантазії, є ще однією ключовою якістю дитячого психотерапевта, що дає змогу краще взаємодіяти з внутрішнім світом дитини. Через гру, символіку й метафоричні образи діти виражають складні емоції та думки, які часто важко сформулювати словами, особливо на ранніх етапах розвитку. Ефективність якості «Розуміння мови метафор і символів» у дитячій психотерапії ми вбачаємо в таких аспектах:

1. Відкриття підсвідомих переживань. У грі діти використовують метафори й символи для висловлення емоційних переживань, які не можуть прямо описати. Здатність психотерапевта розуміти ці символічні прояви допомагає виявити глибинні страхи, бажання або конфлікти, які можуть бути прихованими у звичайному спілкуванні. Наприклад, агресивна поведінка іграшкової фігури може символізувати внутрішній конфлікт або страх.

2. Розширення можливостей комунікації. Символи й метафори у грі дають змогу терапевту комунікувати з дитиною «її» мовою, що підвищує ефективність терапевтичного процесу. Це особливо важливо для дітей, які мають труднощі з вербальним вираженням або перебувають у стресовій ситуації. Розуміння символів дає можливість психотерапевту підтримати дитину, не нав'язуючи їй дорослих схем інтерпретації.

3. Забезпечення емоційної підтримки. Коли терапевт здатний інтуїтивно сприймати метафори й символи дитини, він може допомогти їй усвідомити та інтегрувати переживання, які вона не вміє описати словами. Наприклад, сюжетна гра із зображенням сім'ї може надати терапевту підказки щодо відносин дитини із членами сім'ї та її емоційних потреб.

4. Адаптація терапії до вікових особливостей дитини. Розуміння метафор і символів дає змогу дитячому психотерапевту вибудовувати терапевтичну роботу відповідно до вікових особливостей дитини. Символічна гра може стати не лише інструментом для вираження емоцій, але й способом підвищення самоусвідомлення й адаптивності.

Психотерапевт, що володіє цією якістю, здатний побудувати терапію так, щоб вона передбачала як гру, так і художнє вираження, забезпечуючи дитині можливість через творчість усвідомлювати свої внутрішні стани. Наприклад, малювання під час сеансу може дати терапевту уявлення про емоційний стан дитини, особливо якщо та ще не здатна обговорювати свої почуття вербально.

Здатність дитячого психотерапевта «посварити» дитину з її симптомом, перевівши його у стан егодистонності, є ще однією важливою якістю, що допомагає дитині дистанціюватися від проблемних проявів і визнати їх як щось зовнішнє до власного «Я». Цей підхід є корисним у роботі з дітьми, оскільки часто надає можливість знизити захисні механізми та страхи, пов'язані із симптомом, і допомогти дитині побачити його як окремий аспект, а не як частину своєї особистості. Необхідність розвитку означеної якості ми визначаємо через її ефективність у терапевтичному процесі:

1. Зниження ідентифікації із симптомом. Коли симптом стає для дитини егодистонним (тобто неприйнятним або незгідним з її внутрішнім «Я»), це сприяє зниженню ідентифікації з ним. Дитина починає сприймати симптом як щось зовнішнє і стороннє, що знижує його вплив і силу. Це може бути ефективним у роботі з нав'язливими думками, фобіями чи агресивною поведінкою.

2. Формування мотивації до змін. Перетворення симптому на щось егодистонне допомагає дитині усвідомити внутрішній дискомфорт і необхідність змінити поведінкові чи емоційні реакції. Коли терапевт працює над тим, щоб дитина сприймала симптом як неприємний або чужорідний, вона починає більше відчувати бажання позбутися його, що підвищує мотивацію до роботи над собою.

3. Зміцнення внутрішнього контролю. Дистанціюючись від симптому, дитина вчиться розуміти, що вона має силу керувати своїми реакціями та емоціями, а симптоми – це не обов'язкова частина її самовизначення. Це сприяє розвитку самоконтролю, зокрема у випадках з емоційною нестабільністю чи агресією, коли дитина розуміє, що здатна контролювати свої емоційні імпульси.

4. Полегшення терапевтичного альянсу. Перенесення уваги на симптом як окрему проблему, а не на саму дитину, створює безпечне середовище, де дитина не відчувається звинуваченою чи критикованою. Це підтримує довіру до терапевта і спрощує процес комунікації, особливо коли робота стосується складних тем.

Застосування цього підходу може передбачати візуалізацію симптомів як окремих персонажів або об'єктів, з якими дитина вступає у взаємодію, або ж використання творчих методів, як-от малювання, для зображення симптому в образах, що не викликають страху. Такі техніки дають змогу дитині дистанціюватися та більш об'єктивно сприймати симптоми.

Висновки. Дослідження теоретичних аспектів професійних якостей дитячого психотерапевта підтверджує значущість таких характеристик, як емпатія, емоційна стабільність, професійна компетентність, етична чутливість і здатність формувати довірливі стосунки з дітьми та їхніми батьками. Такі якості, з одного боку, полегшують встановлення контакту з дітьми, а з іншого – сприяють глибокому розумінню їхніх психологічних труднощів. Крім того, важливою складовою є стресостійкість психотерапевта та його вміння адекватно управляти власними емоціями, що особливо актуально в роботі з дітьми, які пережили травматичний досвід або мають особливі освітні потреби. На основі аналізу теоретичних джерел і власного практичного досвіду ми доповнюємо перелік професійних якостей дитячого психотерапевта такими: **контакт з «внутрішньою дитиною»**, **гнучкість** та **терплячість** до поведінки дитини, здатність надавати зворотний зв'язок, описуючи дитині її дії та почуття простими й зрозумілими словами, розуміння мови метафор і символів, які проявляються у грі та фантазії, здатність «посварити» дитину з її симптомом, перевівши його у стан егодистонності. Подальші дослідження можуть зосередитись на таких напрямках: **розробка програм для підготовки спеціалістів** через створення програм навчання, що допомагають розвивати базові та спеціалізовані навички майбутніх дитячих психотерапевтів, зокрема в контексті емоційної саморегуляції; **адаптація методів роботи з різними віковими групами, що передбачає** розширення досліджень з вікової психології, зокрема щодо особливостей терапевтичного підходу до дітей різного віку. Результати такого дослідження можуть сприяти вдосконаленню професійних стандартів та підвищенню якості психотерапевтичних послуг для дітей, що, зі свого боку, сприятиме позитивним змінам у їхньому особистісному та психологічному розвитку.

Література:

1. Landreth G. L. Play Therapy: The Art of the Relationship (4-th ed). New York – London : Routledge, 2024. 460 p.
2. Oaklander V. S. The Therapeutic Process with Children and Adolescents. *Gestalt Review*. 1997. Vol. 1 (4). P. 292–317.
3. Fried K. How the Oaklander Model sparked a Global Community of Therapists in a Pandemic, and enriched Training and Treatment. *Psychotherapie-Wissenschaft*. 2023. № 13 (1). P. 59–69.
4. Nalavany B. A., Ryan S. D., Gomory T., Lacasse J.R. Mapping The Characteristics of A “Good” Play Therapist. *International Journal of Play Therapy*. 2005. Vol. 14 (1). P. 27–50.
5. Литвиненко С. А., Ямницький В. М. Психотерапія дітей та підлітків: традиції та сучасні підходи. *Психологія: реальність і перспективи* : збірник наукових праць РДГУ. 2019. Випуск 12. С. 137–142.
6. Литвиненко С., Ямницький В. Психологічні особливості роботи з батьками в психотерапії дітей та підлітків. *Психологія: реальність і перспективи* : збірник наукових праць РДГУ. 2019. Випуск 13. С. 69–74.
7. Heinonen E., Nissen-Lie H.A. The professional and personal characteristics of effective psychotherapists: a systematic review. *Psychotherapy Research*. 2019. Vol. 30 (4). P. 1–16.
8. Психологічний словник / авт.-уклад. В. В. Синявський, О. П. Сергєєнкова ; за ред. Н. А. Побірченко. Київ, 2007. 336 с.

9. Католик Г. В. Концепція Я дитячого практичного психолога : автореф. дис. / ... д-ра психол. наук: 19.00.07. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2019. 49 с.
10. Сігел Д., Брайсон Т. Досить істерик! Комплексний підхід до гармонійного виховання дитини. Київ : Наш формат, 2018. 264 с.

References:

1. Landreth, G. L. (2024). *Play therapy: The art of the relationship* (4th ed.). Routledge.
2. Oaklander, V. S. (1997). The therapeutic process with children and adolescents. *Gestalt Review*, 1 (4), 292–317.
3. Fried, K. (2023). How the Oaklander Model sparked a global community of therapists in a pandemic, and enriched training and treatment. *Psychotherapie-Wissenschaft*, 13 (1), 59–69.
4. Nalavany, B. A., Ryan, S. D., Gomory, T., & Lacasse, J.R. (2005). Mapping the characteristics of a “good” play therapist. *International Journal of Play Therapy*, 14 (1), 27–50 [in English].
5. Lytvynenko, S. A., & Yamnytskyi, V. M. (2019). Psykhoterapiia ditei ta pidlitkiv: tradytsii ta suchasni pidkhody [Psychotherapy of children and adolescents: Traditions and modern approaches]. *Psykholohiia: Realnist i Perspektyvy – Collection of Scientific Works of Rivne State University for the Humanities*, 12, 137–142 [in Ukrainian].
6. Lytvynenko, S., & Yamnytskyi, V. (2019). *Psykholohichni osoblyvosti roboty z batkamy v psykhoterapii ditei ta pidlitkiv* [Psychological features of working with parents in psychotherapy of children and adolescents]. *Psykholohiia: Realnist i Perspektyvy – Collection of Scientific Works of Rivne State University for the Humanities*, 13, 69–74 [in Ukrainian].
7. Heinonen, E., & Nissen-Lie, H. A. (2019). The professional and personal characteristics of effective psychotherapists: A systematic review. *Psychotherapy Research*, 30 (4), 1–16.
8. Siniavskyi, V. V., & Serhiienkova, O. P. (Eds.). (2007). *Psykholohichni slovnnyk* [Psychological dictionary] (N.A. Pobirchenko, Ed.). Kyiv [in Ukrainian].
9. Katolyk, H.V. (2019). Kontseptsiiia “Ya” dytyachoho praktychnoho psykhologa [The concept of “Self” of a child practical psychologist] (Doctoral dissertation abstract, H. S. Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Educational Sciences of Ukraine). Kyiv [in Ukrainian].
10. Siegel, D., & Bryson, T. (2018). Dosyt isteryk! Kompleksnyi pidkhid do harmoniinoho vykhovannia dytyny [No-Drama Discipline: The whole-brain way to calm the chaos and nurture your child's developing mind]. Nash Format [in Ukrainian].

Статтю прийнято до публікації 26.05.2025 р.