

Психологічна служба в США

Светлана СЕНЕНКО (Нью-Джерси)

Без особого преувеличения можно сказать, что практическая психология является сейчас неотъемлемой частью повседневной жизни американцев. Ребенок испытывает трудности в школе? Его делами занимается школьный психолог. Семейные неурядицы вынуждают супругов думать о разводе? С ними – вместе и по отдельности, и (самое главное!) с их детьми – будет работать психолог-консультант по семье и браку. Возраст берет свое? Лечащий врач направит пожилого пациента на консультацию к геронтопсихологу... По статистике примерно третья часть всего населения Америки хотя бы раз в жизни имела дело с психологом (не считая тех, кто пользуется услугами специалистов по душевному здоровью в стационаре).

Понятно, что так было далеко не всегда. Популяризация и распространение психологии в Америке в прошлом веке – это отдельная захватывающая и поучительная история. Приведу только один факт: за последние полвека количество психологов здесь увеличилось почти в 40 раз! А главное, психология повлияла на то, как современные американцы воспринимают эмоциональные и душевные расстройства. Отныне личные неудачи, недостатки характера, душевные разлады, неправильное поведение, хроническая неудовлетворенность собой и окружением... – все, что поколение их родителей относило на счет слабости или испорченности, рассматривается как следствие эмоциональных и психических расстройств, которые могут быть излечены и исправлены с помощью специалиста по душевному здоровью. С другой стороны, люди с серьезными психическими проблемами, которых раньше лечили негуманными методами, наподобие многочасовых ванн, инсулиновых инъекций и электрошока, сейчас возвращаются к жизни с помощью лекарств и психотерапии. Большинство из тех, кто раньше был обречен на изоляцию и страдания, живут сейчас в обществе, проходя амбулаторное лечение у психотерапевтов в общественных центрах душевного здоровья.

Армия американских профессионалов, специализирующихся в области душевного здоровья, многочисленна и разнообразна. Кроме врачей-психиатров, рассказ о которых не является целью данной статьи, в ней представлены психологи (psychologists; их называют еще психотерапевтами – psychotherapists), «канселоры»

(counselors), что можно перевести как «советник» или «консультант», а также социальные работники (social workers). Параллельно существует еще никем не учитываемый отряд самопровозглашенных врачей душевных ран, причем далеко не все из них являются шарлатанами.

Что такое американский психолог

Американский психолог – это прежде всего исследователь, ученый, обладающий одним из двух званий: доктор философии (Ph.D.) или доктор психологии (Psy.D) по одной из психологических специализаций (всего их более 50). Оба звания примерно соответствуют уровню нашего кандидата наук. Психологи проводят исследования, разрабатывают новые теории и методы, пишут статьи и книги, а также готовят студентов – как для работы на академическом поприще, так и для практической карьеры. Чтобы получить право работать психологом в США, надо много и долго учиться – с дипломом бакалавра или магистра работа по специальности может быть разве что на уровне ассистента, а психолог с магистерским дипломом может получить самую низкую должность в системе образования или бизнесе. Но одного лишь ученого звания тоже недостаточно: нужно еще год-два ассистентской практики, после которой можно пробовать сдать экзамен на получение лицензии. Для работы психоаналитиком необходимо учиться еще дольше – от 8 до 10 лет дополнительного тренинга, включающего обязательный собственный психоанализ.

Более четверти всех американских практикующих психологов заняты в частном секторе. Это один из самых высоких показателей (превышающий средний по стране аж в четыре раза) для всех профессий, требующих высшего образования. Частно практикующие психологи открывают индивидуальные офисы или групповые центры в содружестве с другими психологами, а иногда и с «обычными» врачами. При этом всего лишь десятая часть от общего количества психологов работают на государственной службе на уровне штата или муниципалитета (в общественных больницах, клиниках, исправительных учреждениях и т.д.). Большинство заняты в системе образования (университетские кафедры и лаборатории) и здравоохранения (частные клиники и медицинские офисы, дома для престарелых, службы семьи и т.д.), в исследовательских организациях, консалтинговых фирмах, религиозных организациях. Американские университеты и колледжи выпускают бакалавров и магистров психологии с большим запасом.

Многие из них, не найдя работу по специальности, переходят в другие сферы деятельности, где базовые знания в области психологии оказываются нелишними. Частно практикующие психологи в среднем зарабатывают больше, чем работающие по найму. В среднем, зарплата психолога несколько выше, чем учителя, и существенно ниже, чем врача.

Канселоры, социальные работники «и другие звери»

Если развить заявленную в начале статьи армейскую метафору, то американские психологи – это генералы, а полевыми офицерами в битве за душевное здоровье граждан являются так называемые канселоры – консультанты или советники. Их в Америке много – почти в два раза больше, чем психологов, и чуть меньше, чем врачей всех специальностей, и этот сегмент рынка труда растет в последнее время быстрее средних показателей. Чтобы работать канселором, нужно получить специальное психологическое образование на уровне магистра, затем примерно год попрактиковаться в этой сфере на ассистентских должностях и, наконец, сдать экзамен на сертификат. Как и психологи, канселоры тоже имеют разную специализацию. Самый большой отряд, насчитывающий почти половину от общего количества – это школьные канселоры. Они занимаются с детьми как индивидуально, так и в группах. Проводят тестирование и применяют другие специальные методы для оценки способностей, интересов, талантов и личностных характеристик каждого ученика. В обязанности канселоров, работающих со старшеклассниками, входит еще и профориентация, помощь в написании резюме для приема на работу и в заполнении заявок для поступления в вуз. Канселоры, помогающие ученикам младших классов, меньше тестируют, а больше наблюдают за тем, как ведут себя дети на уроках и переменах. Они работают в тесном контакте с учителями и родителями, чтобы помочь каждому ребенку выработать привычку учиться, преодолеть трудности и кризисные ситуации.

Реабилитационные канселоры работают с инвалидами. Они помогают им решать личные, социальные и профессиональные проблемы, а также справляться со стрессом, связанным с их инвалидностью. Их цель – расширить возможности пациента, вплоть до способности жить и обеспечивать себя самостоятельно. Канселоров по душевному здоровью (mental health counselors) обучают специальным психотерапевтическим приемам для работы с пациентами, страдающими алкоголизмом, наркоманией, а также имеющими и другие зависимости, с теми, кто переживает

депрессию, имеет склонность к самоубийству, испытывает проблемы с самооценкой или неуправляемыми эмоциями из-за личностных, семейных или карьерных неудач. Особую группу канселоров составляют консультанты по семье и браку (Marriage and family therapists). Они применяют психотерапевтические методы для разрешения конфликтных ситуаций в семье, учат людей искусству общения и взаимопонимания, выявляют и корректируют ошибки в восприятии партнера и в собственном поведении; если же развод неизбежен, помогают пережить связанный с ним стресс. К более мелким, но быстрорастущим специализациям канселоров относятся геронтологи, помогающие пожилым людям принять неизбежные изменения в стиле жизни, мультикультурологи (в такой многонациональной стране, как США, надо уметь уживаться людям разных культур) и генетики, предоставляющие информационную и психологическую поддержку семьям, находящимся в группе риска или уже имеющим членов с генетическими заболеваниями. Средняя зарплата канселоров ниже, чем психологов, и находится примерно на уровне зарплат учителей. Социальные работники не занимаются диагностикой и лечением. Люди обращаются к ним, когда попадают в неблагоприятные социальные ситуации: резко ухудшившиеся жилищные условия (например, из-за урагана или наводнения), потеря работы, серьезная болезнь, инвалидность, а также различного рода зависимости (алкоголизм, наркомания и т.д.). Социальные работники защищают интересы детей, если родители плохо с ними обращаются или разводятся. Их пока чуть меньше, чем канселоров, но уже больше, чем психологов, и спрос на них постоянно растет. Среди них самый высокий процент (40%) тех, кто работает в государственных учреждениях – в отделах общественного здоровья и социального обеспечения. Остальные заняты в частных медицинских и социальных службах. Диплом бакалавра по психологии или по социальной работе (есть тут и такая отдельная специальность) позволит работать разве что на самых низких позициях. Чтобы сделать карьеру, нужен диплом магистра, а то и доктора (либо Ph.D, либо D.S.W., что расшифровывается как доктор по социальной работе). Зарплаты социальных работников в среднем чуть ниже учительских. Одной из новых и популярных в Америке профессий является «тренер по жизни» (life coach). Эти специалисты не занимаются лечением душевных болезней и проблем (хотя среди них есть немало бывших психологов), а помогают здоровым людям

определить свои приоритеты и цели в работе, семье и в жизни вообще. К примеру, бизнес-тренеры учат руководителей всех уровней, как стать более эффективными менеджерами. Суть работы доктора-священника (Doctor of ministry) вытекает из его названия. Как известно из истории, религиозные учителя, называемые по-разному в разных религиях, издавна славились своим психологическим воздействием на людей. В современной Америке они занимаются тем же с помощью наработок современной психологической науки.

Оплата и доступность

Так же, как и в случае лечения физических недугов, ответ на вопрос «сколько стоит психологическая помощь» упирается в вопрос о медицинской страховке. Обычно страховка покрывает лишь часть (от 50 до 80%) расходов по предоставлению услуг психолога. Количество оплачиваемых сеансов тоже ограничено и составляет от 20 до 30 посещений (исключение составляет государственная страховка для пенсионеров, не ограничивающая курс психотерапии). В зависимости от штата и района, средняя стоимость сеанса длительностью примерно в один час составляет от 75 до 175 долларов. Психоаналитическая терапия обычно дороже, она отличается как интенсивностью, так и продолжительностью: сеансы обычно проходят два-три раза в неделю, а весь курс занимает от пяти до десяти лет. Те, у кого нет медицинской страховки, в случае необходимости могут получить психологическую помощь в местной (районной, муниципальной и т.д.) социальной службе.

Большинство страховых компаний оплачивают лечение широкого круга психологических проблем, включая депрессии, тревожные состояния, социальные фобии и сложности во взаимоотношениях. Не оплачиваются обычно программы по сбрасыванию лишнего веса, ароматерапия или тесты, определяющие коэффициент интеллекта. Во многих крупных фирмах существуют программы по оказанию психологической помощи работникам, в рамках которых люди могут решать свои персональные и семейные проблемы. Любая информация, полученная психологом в процессе работы с пациентом, является конфиденциальной и не может быть разглашена, за исключением нескольких моментов, оговариваемых в законах. К примеру, психолог имеет право поделиться информацией с соответствующими органами, если считает, что пациент может причинить зло себе или другим. Частичную информацию о психологических проблемах человека (диагноз и

даты визитов к специалисту) получают страховые компании.

...Надо заметить, что успех американской психологии во многом связан с активной позицией самих психологов, которые с самого начала занимались популяризацией психологических идей и открытий среди населения в доступной и увлекательной форме. И по сей день многие из них ведут рубрики в газетах и журналах, пишут книги, участвуют в радио- и телепередачах... Психологические отделы книжных магазинов заполнены литературой, дающей ответы на самые разнообразные жизненные вопросы, и книги такого направления регулярно занимают первые позиции в списках бестселлеров. Почти каждая «не чисто музыкальная» радиостанция имеет в своем расписании передачу с ведущим-психологом (или хотя бы «душеведом»-самоучкой), которому можно позвонить в студию, задать вопрос и получить консультацию в прямом эфире. Воистину американцы живут в эпоху психологии, которую открыли для них психологи-энтузиасты...

[Зеркало недели № 50 \(578\) 24 – 30 декабря 2005](#)