

Психотерапевтический контакт — (1) любое взаимодействие между психотерапевтом и клиентом; (2) позитивные отношения между психотерапевтом и клиентом, благодаря которым возможно оказание терапевтического влияния на клиента; (3) рапорт между терапевтом и клиентом.

П. к. как устойчивые доверительные взаимоотношения, формируется на основе развития коммуникации между психотерапевтом и клиентом, в результате принятия ими друг друга. П. к. между психотерапевтом и клиентом во всех психотерапевтических школах это — (а) условие психотерапевтического процесса, (б) инструмент психологического влияния, способный приводить к позитивным переменам в чувствах, отношениях и поведении клиента.

Психотерапевт для достижения П. к. проявляет уважение к клиенту как личности, принимает его без морального осуждения и критики, проявляет желание помочь ему. Взаимопонимание необходимое для оптимального П. к. достигается обоюдными вербальными и невербальными средствами коммуникации. Для хорошего П. к. психотерапевт в невербальной связи с клиентом стремится к синхронности: его телодвижения, положение рук, дыхание и т. д. координируются с движениями, позами клиента. Продолжительность, темп и громкость речи, частоту пауз он также синхронизирует с вербальным поведением клиента. Для поддержания П. к. используются следующие приемы: удовлетворение ожиданий и потребностей партнера по общению, выслушивание его, эмоциональная поддержка, обратная связь (сообщение, что партнер понят) и др. В различных психотерапевтических направлениях отмечаются своеобразные акценты на главном, с их точки зрения, терапевтическом механизме П. к. (так в психоанализе центральным механизмом П. к. является перенос, как проявление активизированных в психоаналитической ситуации детских и не изжитых эмоциональных отношений к родителям).

Н. Д. Творогова