



ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

как вид

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ

ВОПРОСЫ

- 1) Понятие психологического консультирования.
- 2) Цели и задачи психологического консультирования. Области консультативной практики.
- 3) Виды и формы психологического консультирования. Структурные компоненты психологического консультирования. Профессиональная компетентность консультанта. Позиция клиента. Текст клиента как предмет взаимодействия.
- 4) Организация психологического консультирования. Этика профессиональной деятельности консультанта

ПРОЦЕСС КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

ВОПРОСЫ

- 1) Беседа (интервью) как основной метод консультирования.
- 2) Структура консультативного интервью. Общая характеристика этапов и фаз консультирования.
- 3) Диагностические и коррекционно-терапевтические методы и техники психологического консультирования



ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

ВОПРОСЫ

- 1) Общая характеристика основных направлений консультирования.
- 2) Теория и практика психоаналитического подхода в консультировании.
- 3) Когнитивно-поведенческий подход в консультировании.
- 4) Гуманистическая парадигма теории и практики консультирования.
- 5) Психологическое консультирование в России

Литература по дисциплине (основная)

1. *Абрамова Г.С.* Практическая психология: Учебн. для студ. вузов. 8-е изд., перераб. и доп. М.: Академический Проект, 2003 (2005).
2. *Алешина Ю.Е.* Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. Изд. 2-е. М.: Класс, 2004.
3. *Андрущенко Т.Ю.* Практический модуль учебно-методического комплекса курса «Психологическое консультирование»: рабочая тетрадь студента. Волгоград: Изд-во «Перемена». 2010. (Профессиональное психологическое образование).
4. *Роджерс К.* Консультирование и психотерапия: Новейшие подходы в области практической работы: Пер. с англ. 2-е изд. М.: Психотерапия, 2008.
5. *Сапогова Е.Е.* Консультативная психология. М.: Издательский центр «Академия», 2008.

Интернет-ресурсы

1. Электронная гуманитарная библиотека. — URL: <http://www.gumfak.ru>.
2. Портал психологических изданий Psyjournals — URL: <http://psyjournals.ru>.
3. Российская психология: информационно-аналитический портал — URL: <http://rospsy.ru>.
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU — URL: <http://elibrary.ru>.
5. Электронная библиотека — URL: <http://www.twirpx.com/files/>
6. Журнал «Вопросы психологии» — URL: <http://www.voppsy.ru>.
7. Журнал «Консультативная психология и психотерапия» — URL: <http://psyjournals.ru/>

**Психологическое консультирование -
прикладная отрасль современной
психологии.**

Конкретная дата возникновения
психологического консультирования - **1951 г.**,
время, когда на одной из конференций в США
был введен термин **«консультативная
психология (Ю.В. Меновщиков)**

ИСТОРИЯ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Консультирование – сравнительно молодая профессия. Его базис был и остается междисциплинарным.

До начала 1900-х годов консультирование осуществлялось преимущественно в форме предоставления советов или информации.

Первая мировая война оказалась третьим значительным событием десятилетия. Армия США финансировала разработку многочисленных психологических методик для отбора личного состава психометрия (психологическое тестирование) стало популярным движением.

Три главных события 1940-х годов окончательно сформировали практику консультирования: теория Карла Роджерса, Вторая мировая война и участие правительства в программах консультирования после окончания войны.

- ❖ «Если какое-либо десятилетие может быть выделено вследствие его выдающегося вклада в развитие консультирования, то это – 1950-е годы» в 1952 году в APA было формально учреждено Отделение консультационной психологии (17-е отделение)
- ❖ Еще одним мощным фактором, сказавшим воздействие в 1960-х годах, стали гуманистические теории во главе с Абрахама Маслоу.
- ❖ Тенденция стандартизировать обучение и сертификацию стала проявляться еще в начале десятилетия и усиливалась год за годом.
- ❖ В 70-х году в качестве филиала APGA был создан Аккредитационный совет по консультированию.

Консультирование как вид психологической практики

Представления о консультировании:

- 1) консультирование как **воздействие**
(классическая психология S-O)
- 2) консультирование как **взаимодействие**
(неклассическая психология – взаимодействие развивает)

Уровни взаимодействия:

- когнитивный
- эмоциональный

Психологическое консультирование

Это **психологическая помощь**
психологически здоровым
людям

в совладании с различного рода
внутри- и межличностными
затруднениями в процессе
специально организованного
взаимодействия (беседы).

Соотношение видов помощи и состояния психики

Состояние психики	Вид помощи
Болезнь	Психиатрия. Медицинская психотерапия
Пограничная норма	Психологическая психотерапия. Коррекция
Хорошая норма	Консультирование. Обучение. Развитие



Психологическое консультирование

– совокупность процедур направленных на помощь человеку в решении проблем и принятии решений относительно разных сфер его жизни, таких как профессиональная карьера, семья, совершенствование личности и межличностных отношений.

(Лицензионная комиссия
США)

Психологическое консультирование

– профессиональная помощь
человеку (или группе людей)
в поиске путей разрешения
определенной трудной или
проблемной ситуации

(Б.Д.Карвасарский)

Главные области применения науки и искусства психологической помощи

Самый общий контент-анализ источников, позволяют выделить следующие **главные области применения** науки и искусства психологической помощи:

1. Психическое (и духовное) развитие ребенка.
2. Экзистенциальные и личностные проблемы подростка
3. Брак и семья.
4. Проблематика психического и личностного здоровья.
5. Проблемы пожилого возраста.
6. Психологическая помощь и поддержка в кризисных ситуациях.
7. Школьное консультирование.
8. Профессиональное консультирование.
9. Психологическая помощь, относящаяся к кросскультурной проблематике.
10. Управленческое консультирование

Консультирование как система

Психологическая консультация
включает:

- ❖ деятельность консультируемого (К)
- ❖ деятельность консультанта (КО)
- ❖ психологические новообразования у клиента

Психологическое консультирование

– непосредственная работа с людьми, направленная на решения различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является **определенным образом построенная беседа**

(Ю.Е.

Алешина)

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Основная задача психолога-

консультанта состоит в том, чтобы

- помочь клиенту посмотреть на свои проблемы и жизненные сложности со стороны,
- продемонстрировать и обсудить те особенности поведения клиента, которые, будучи источниками трудностей, обычно не осознаются и не контролируются

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Ю.Е. Алёшина (2000) основную **цель** психологического консультирования определяет как - оказание **психологической помощи**, т. е. разговор с психологом должен помочь человеку в решении его проблем и налаживании взаимоотношений с окружающими.

Применительно к этой цели выдвигаются следующие **задачи**:

1. **Выслушивание клиента**, в результате чего должно расширяться его представление о себе и собственной ситуации.
2. **Облегчение эмоционального состояния клиента.**
3. **Принятие клиентом ответственности за происходящее с ним.**
4. **Помощь психолога в определении того, как и что именно можно изменить в ситуации.**



Г. Иган (Egan, 1996) указывает, что продвижение к **цели психологического консультирования,** которую консультант намечает вместе с клиентом и которая может варьировать и уточняться в процессе консультирования, сопряжено с решением следующих универсальных **задач**:

- 1) построение доверительных отношений и исследование проблемы;
- 2) новое понимание проблемы и выявление различных перспектив ее решения;
- 3) помощь клиенту в развитии и использовании помогающих стратегий.

Цели психологического консультирования (по Карлу Роджерсу)

При личностно-центрированном консультировании цели клиентов и консультантов совпадают.

Цели личностно-центрированного консультирования сосредоточиваются на личности клиента, а не на его проблеме.

К. Роджерс отмечает: людям нужно помочь научиться справляться с обстоятельствами.

Задачи, решаемые на консультации:

1. Оценка уровня психического здоровья и определение показаний к другим способам психологической помощи
2. Оказание профессиональной помощи в решении заявленной клиентом проблемы
3. Информирование клиента о его психологических особенностях с целью их более адекватного использования
4. Повышение общей психологической грамотности
5. Мобилизация скрытых психологических ресурсов клиента, обеспечивающих самостоятельное решение проблем
6. Коррекция нарушений адаптации, личностных дисгармоний
7. Выявление основных направлений дальнейшего развития личности

Характеристики эффективного психолога-консультанта

- аутентичность
- открытость собственному опыту
- развитие самопознания
- сила личности и идентичность
- толерантность к неопределенности
- принятие личной ответственности
- постановка реалистических целей
- эмпатия
- глубина отношений с другими людьми

Структура консультативного процесса

Г. ХЭМБЛИ	Р. МЭЙ	Г.С. АБРАМОВА	В.Ю. МЕНОВЩИКОВ
Установление отношений доверия (раппорт и близость)	Установление контакта (раппорта)	Установление контакта	Установление контакта (первичная диагностика)
Исследование (анализ чувств и прояснение проблемы)	Чтение характера	Сбор информации	Исследование и осознание задачи (вторичная диагностика)
	Исповедь и толкование результата	Осознание желаемого	Перебор гипотез
Решение (выводы)	Трансформация личности	Выработка альтернативных решений	Решение

Характеристики процесса консультирования

- **ОСНОВНЫМ МЕТОДОМ** процесса консультирования является **консультативная беседа (интервью)**
- **Инструментом** структурирования процесса консультирования является **консультативный контракт**, как **документ**, в котором должны быть обозначены все основные параметры взаимодействия

Структура процесса консультирования

Консультативную беседу делят на

4 этапа:

- 1) знакомство с клиентом и начало беседы
- 2) расспрос клиента формулирование и проверка консультативных гипотез
- 3) коррекционное воздействие
- 4) завершение беседы

Структура консультативного (психотерапевтического) процесса В.Сатир

Начальная стадия	<ol style="list-style-type: none">1. Установление контакта2. Вселение уверенности3. Стимулирование сознания
Промежуточная стадия	<ol style="list-style-type: none">1. Вовлечение в психотерапевтический процесс2. Ослабление дезадаптивных стереотипов3. Обучение новому поведению
Заключительная стадия	<ol style="list-style-type: none">1. Руководство практикой2. Подчеркивание положительных изменений

Типичные позиции консультанта

Позиции консультанта
по Н. Самоукиной:

- ❑ «программист»
- ❑ «слушатель»
- ❑ «зеркало
- ❑ «катализатор»

Принципы психологического консультирования

1. Доброжелательное и безоценочное отношение к клиенту;
2. Ориентация на нормы и ценности клиента;
3. Осторожное отношение к советам;
4. Разграничение личных и профессиональных отношений;
5. Включенность клиента в процесс консультирования;
6. Анонимность;
7. Принятие клиентом ответственности за происходящее с ним.

Основные характеристики эффективного психолога-консультанта

- ▣ аутентичность (естественность)
- ▣ открытость собственному опыту
- ▣ развитие самопознания
- ▣ сила личности и идентичность
- ▣ толерантность к неопределенности
- ▣ принятие личной ответственности
- ▣ постановка реалистических целей
- ▣ эмпатия
- ▣ глубина отношений с другими людьми

Критерии эффективности консультирования

Проблема оценки консультирования связана с тем, что это процесс двусторонний и оцениваться он может с двух позиций:

- консультанта
- клиента.

В оценке эффективности проявляется и фактор времени.

Критерии эффективности консультирования

- объективные (устранение симптомов, количество и продолжительность встреч, частота контактов, снятие эмоционального напряжения клиента)
- субъективные (снижение значимости проблемы, изменение отношения к ней, легкость контакта, чувство доверия, точность определения проблемы и ее оценки, удовлетворенность достигнутым результатом, оценка профессиональной компетентности консультанта)

Критерии эффективности консультирования

Результатом консультирования является не столько облегчение эмоционального состояния клиента, сколько **перевод локуса его жалобы с других на самого себя.**

Это означает принятие ответственности клиентом за все происходящее с ним.

Ситуация 1

На консультацию обратился мужчина 38 лет. В ходе консультации выяснилось, что клиент имеет проблему зависимости (ЛСД, кокаин, алкогольная зависимость), а также на данный момент является распространителем наркотиков.

Ситуация 2

Психолог консультирует клиента (тема – измена жене).

После очередной консультации консультанту позвонила его знакомая, оказавшаяся женой клиента (она, по ее словам, случайно обнаружила визитку психолога со знакомой фамилией). Женщина очень просит дать ей информацию о причинах прихода мужа, надеется, что консультант поймет ее переживания и поможет избавиться от мучительной неопределенности.

Ответы на ситуацию 1

- Сообщить, что зависимость сильно влияет на все сферы жизни. Работать с запросом и зависимостью»;
- «Отказаться, сообщить в полицию (нарушение кодекса)»;
- «Боязнь за себя»;
- «Поскольку я частнопрактикующий психолог, то мне небезопасно работать с этим клиентом из-за включенности его в сеть распространения наркотических веществ. Кроме того, вероятно, клиент получит более эффективную помощь у психолога, работающего в учреждении, специализирующемся на зависимостях»;
- «Сохранять нейтральную позицию».

Ответы на ситуацию 2

«Консультанту должно быть неприятно чувствовать себя жертвой манипуляции обиженной жены»

«Раздражение, недоумение, переживание, что она нарушает его границы»

«Меня вовлекают также в коалицию, лишают независимой позиции»

«Я бы переживала злость из-за звонка жены».

Данные исследования

Армашова А.Б. Этические дилеммы во взаимодействии психолога-консультанта и клиента: дис. ... кандидата
Психологических наук: 19.00.05 /
Армашова Анастасия Борисовна; [Место защиты: ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова»], 2018

Иногда наблюдается сопротивление консультированию

Тогда клиенту объясняют, что такое психологическое консультирование, на что он может рассчитывать, обращаясь за помощью.

А в случае его скептических вопросов типа: "А вы уверены, что сможете помочь?" – лучше не вступать в прения, не гарантировать 100%-ный результат, а ограничиться предложением: "Давайте попробуем".

Этические дилеммы

Цель - описать **особенности восприятия специалистом** подобных ситуаций — способность распознать в ситуации этическое поле, дилемму.

Эта способность обозначается как **“этическую зоркость”** и имеет три уровня ее развития:

- рационально-прагматичный,
- ситуативно-эмоциональный,
- лично-ответственный.



Выдвигаем гипотезу...
