

***КЛИЕНТ-ЦЕНТРИРОВАННЫЙ
ПОДХОД К. РОДЖЕРСА***

Автор

Карл Рэнсом Роджерс (англ. Carl Ransom Rogers;

8 января 1902 — 4 февраля 1987) — американский психолог, один из создателей и лидеров гуманистической психологии. Роджерс внёс большой вклад в создание недирективной психотерапии, которую он называл «лично-ориентированной психотерапией».



Определение

Клиент-центрированный подход

- направление психотерапии, характеризующееся ориентацией терапевта на рефлекссию и принятие непосредственных переживаний клиента, стимулированием к свободному выражению мыслей клиента.

Основные понятия клиент-центрированного подхода

«Поле опыта» - то, что потенциально доступно сознанию, воспринимаемая часть внутреннего мира (используемые слова, символы, отражающие реальность).

«Самость» - это целостность, включающая в себя телесный (на уровне организма) и символический, духовный (на уровне сознания) опыт. Это система внутренних отношений, феноменологически связанных с внешним миром и явленных человеку в его "Я".

Основные понятия клиент-центрированного подхода

«Я»-реальное - система представлений о самом себе, которая формируется на основе опыта общения человека с другими и их поведения по отношению к нему и изменяется в соответствии с возникающими перед ним ситуациями и его собственными действиями в них.

«Я»-идеальное - представление о себе как об идеале, о таком, каким бы человеку хотелось стать в результате реализации своих возможностей.

«Тенденция к самоактуализации» - один из фундаментальных аспектов человеческой природы, понимается как движение к более реалистичному функционированию.

Понятия, относящиеся к процессу коррекционной работы

«Психологический климат» - одно из ключевых понятий, поскольку оно концентрирует в себе отношения, профессиональные (личностные) умения, свойства и рассматривается как главное условие позитивного роста (изменения) личности в психокоррекции.

«Эмпатия» - особое отношение психолога к клиенту, при котором последний воспринимается и трактуется не через призму инструментальных концепций, а непосредственно через позитивное личное отношение и принятие феноменологического мира клиента.

«Забота» - безусловное принятие клиента таким, каков он есть.

Понятия, относящиеся к процессу коррекционной работы

Конгруэнтность отражает следующие существенные признаки поведения психолога:

- соответствие между чувствами и содержанием высказываний;
- непосредственность поведения;
- неотгороженность;
- инструментальность концепций;
- искренность и пребывание таким, какой психолог есть.

Цель коррекции

Выработка у клиента большего самоуважения и способности предпринимать действия, необходимые для приведения его «Я»-реального в соответствие с его личным опытом и глубинными переживаниями.

Задачи

Основная - это помощь в личностном росте и развитии, благодаря которому человек сам решает свои проблемы.

Второстепенная - создание соответствующего психологического климата и соответствующих отношений.

Условия психологического климата

- **Безусловное позитивное отношение** к выражаемым клиентом чувствам, даже если они будут идти вразрез с собственными установками психолога.
- **Эмпатия.** Психолог старается увидеть мир глазами клиента и переживать события так же, как их переживает клиент.
- **Аутентичность.** Психолог должен доказать ее, отказавшись от маски профессионала или от какого-нибудь иного камуфляжа, который мог бы разрушить атмосферу эволюции клиента, лежащую в основе этого метода.
- Психолог должен **воздерживаться от интерпретации** сообщений клиента **или от подсказки** решений его проблем.

Позиция психолога

- **Основное требование** - отказаться от попыток играть какую-либо роль; быть самим собой.
- **Главная профессиональная обязанность психолога** - создать соответствующий психологический климат, в котором клиент сам бы отказался от защитных механизмов.

Условия успешного коррекционного процесса: «Триада К. Роджерса»

- **конгруэнтность в отношениях с клиентом** (подлинность, означает необходимость правильной символизации психологом его собственного опыта);
- **безусловная положительная оценка по отношению к клиенту** (сердечность, расположение, уважение, симпатию, принятие и т.д.);
- **эмпатическое восприятие клиента** (восприятие субъективного мира (охватывающего весь комплекс ощущений, восприятий и воспоминаний клиента, доступных сознанию в данный момент), восприятие с присущими эмоциональными компонентами и значениями, как если бы воспринимающий сам был этим другим человеком).

Этапы коррекционного процесса

1. *Заблокированность внутренней коммуникации;*
2. *Стадия самовыражения;*
- 3-4. *Развитие процесса самораскрытия;*
5. *Развитие конгруэнтности, самопринятия и ответственности, установление свободной внутренней коммуникации;*
6. *Личностные изменения, открытость себе и миру;*
7. *Клиент продолжает самостоятельное движение к личностным изменениям.*

Техники

- Вербализация или техника повторов;
- Молчание;
- Отражение эмоций;
- Метафора.

Литература

- Осипова А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие. М.: СФЕРА, 2002 Г. 510 С.
- Методики оказания социально-психологической помощи семье и детям / Под ред. Н.Г. Осуховой. — М.: Педагогика, 2002.