



Этапы и модели психологического консультирования

РАЗДЕЛ 2.

1. Основные модели и подходы к интервью в психологическом консультировании
2. Пятишаговая модель консультативного интервью А. Айви

Вопрос 1. Основные модели и подходы к интервью в психологическом консультировании

- В психологическом консультировании выделяются множество подходов, специфика которых будет зависеть от **предмета** и **целей** работы с клиентом.
- Основным методом консультативной работы является **консультативное интервью (беседа)**.

Интервью (беседа) – это процесс, который имеет ряд стадий.

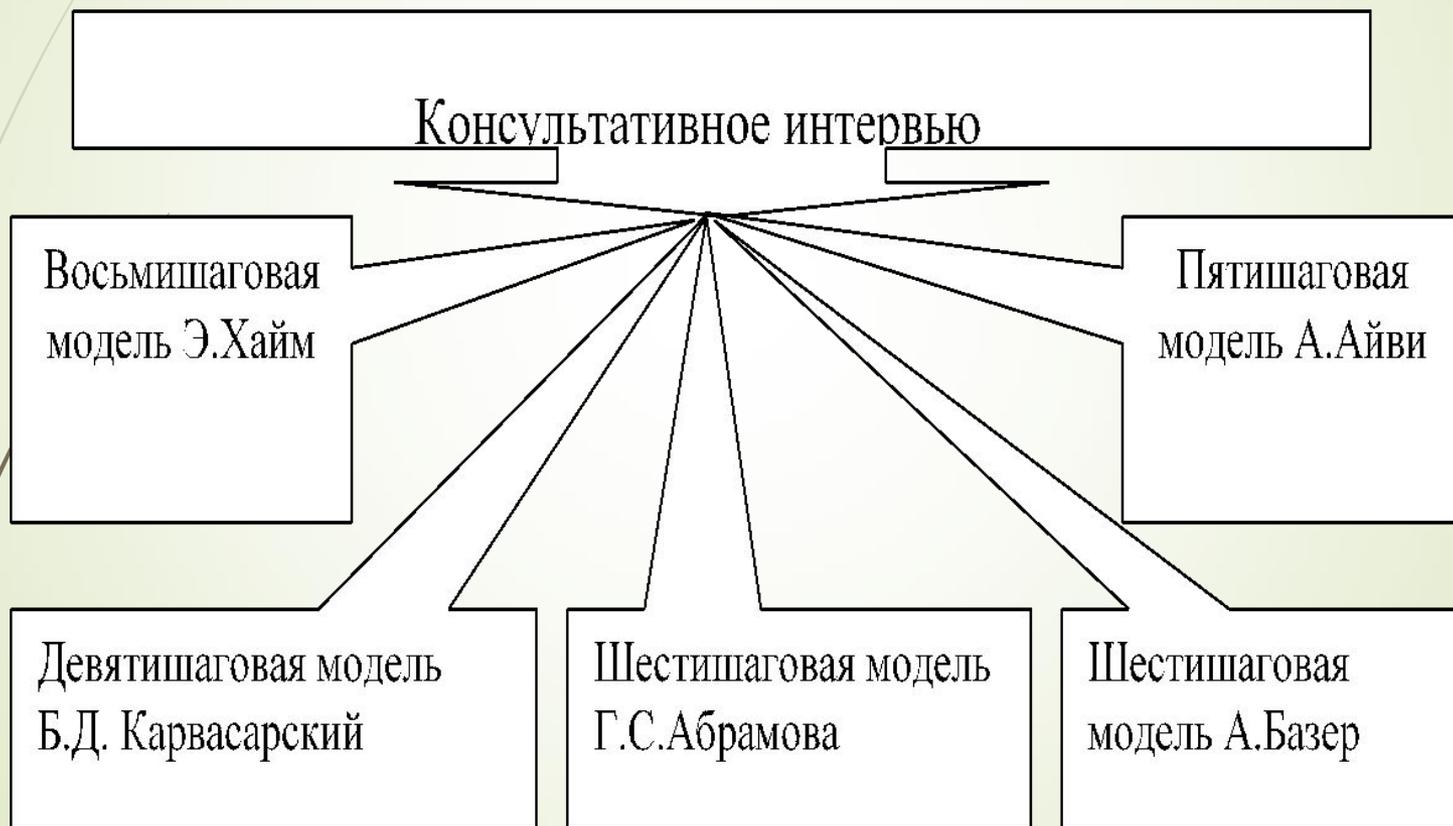


О моделях консультирования

В настоящее время выделяется множество различных моделей консультативного интервью, отличающихся между собой по

- по степени дифференцированности процесса консультирования
- целям или
- методологическому результату консультирования

Некоторые модели интервью в психологическом консультировании



Структура и этапы процесса консультирования по Ю.Е. Алешиной:

4 этапа процесса консультирования

Этап 1 «Знакомство с клиентом и начало
беседы»:

Длительность данного этапа 5 – 10 минут при
средней продолжительности одной
консультативной беседы 45 минут – 1 час 10
минут.

Основная задача – познакомиться с клиентом
и создать ситуацию доверительного контакта.

2 Этап «Распрос клиента, формирование и проверка консультативных гипотез»:

Длительность данного этапа 25 – 35 минут при средней продолжительности консультативной беседы 45 минут – 1 час 10 минут.

Данный этап можно условно разбить на два подэтапа:

1. «Формирование консультативных гипотез»

2. «Проверка консультативных гипотез»

1. «Формирование консультативных гипотез»

а) Проявление эмпатии

б) Принятие **концепции** (представлений о ситуации в картине мира) клиента

в) Структурирование беседы:

-сохранение логических переходов в обсуждении («нить» беседы);

комментирование и подведение итогов сказанного

г) Осмысление того, что говорит клиент

Формулировка *психологической проблемы* заключается в переводе запроса клиента на психологический язык на основе изучения всей информации о клиенте и его ситуации (А.Ф. Ануфриев (1995))

2. «Проверка

КОНСУЛЬТАТИВНЫХ ГИПОТЕЗ»

2 варианта для проверки консультативных гипотез:

1. Начать задавать клиенту вопросы, направленные на уточнение возникших у консультанта идей.

2. Изложить свою гипотезу (интерпретацию) клиенту и спросить его, что он по этому поводу думает.

3 Этап «Оказание воздействия»:

Продолжительность данного этапа – 5 - 10 минут при средней продолжительности консультативной беседы – 45 минут – 1 час 10 минут.

Данный этап можно условно разделить на два подэтапа:

1. «Коррекция установок клиента»

2. «Коррекция поведения клиента»

1. «Коррекция установок клиента»

- а) **Чувство или переживание** клиента, длительно существующее или периодически возникающее в связи с логикой развития отношений, толкающее его на то, чтобы добиваться достижения своих целей и удовлетворения своих потребностей;
- б) Неадекватные **средства**, избираемые для реализации этих целей, приводящие к сложности во взаимоотношениях;
- в) **Негативная реакция** партнера, часто усугубляющая проблемы клиента

2. «Коррекция **поведения** клиента»

Консультант должен помочь клиенту сформулировать возможные альтернативы привычному поведению, затем, внимательно анализируя и критически оценивая их, выбрать тот вариант, который для клиента является наиболее подходящим.

4 Этап «Завершение консультативной беседы»:

Продолжительность этапа – 5 – 10 минут при средней продолжительности консультативной беседы – 45 минут – 1 час 10 минут.

Задача этапа:

- Прощание консультанта с клиентом.
- Подведение итогов беседы
- Обсуждение вопросов, касающихся дальнейших отношений клиента с консультантом или другими необходимыми специалистами

Общие правила и **установки консультанта**, структурирующие процесс консультирования

1. Не бывает двух одинаковых клиентов и ситуаций консультирования
2. В психологическом консультировании нет статичных ситуаций
3. **Самым лучшим экспертом собственных проблем является клиент**
4. Чувство безопасности клиента важнее, чем требования консультанта
5. Консультант обязан "подключить" все свои профессиональные и личностные возможности
6. Не следует ожидать эффекта от каждой отдельно взятой консультативной встречи
7. Компетентный консультант знает уровень своей профессиональной квалификации и собственные недостатки
8. Нет и не может быть наилучшего теоретического подхода
9. Некоторые проблемы неразрешимы
10. Эффективное консультирование выполняется вместе с клиентом, но не вместо него

Вопрос 2.

5-ти шаговая модель

консультативного интервью Айви

1 шаг. Установление отношений.

2 шаг. Сбор информации.

3 шаг. Определение желаемого результата.

4 шаг. Выработка альтернативных решений.

5 шаг. Обобщение предыдущих этапов и принятие решения. Перевод решения в действия и подведение итогов.

 Определение стадии	Функции и цели стадии	Возможные культурные и индивидуальные проблемы
<p>1 этап</p> <p>Установление отношений.</p> <p>✓ Структурирование</p> <p>В консультационном контакте проявляется как приветствие и знакомство «Привет!»</p>	<p>Построить прочный союз с клиентом (раппорт).</p> <p>Добиться психологического комфорта для участников процесса.</p> <p>Структурирование может быть необходимо для объяснения целей интервью.</p> <p>Наличие структуры помогает консультанту и клиенты не отвлекаться от главной задачи консультирования, а также предоставляет клиенту информацию о возможностях консультирующего.</p>	<p>В определенных ситуациях или с определенными клиентами процесс достижения взаимопонимания может стать довольно длительным. Методы построения раппорта должны варьироваться в зависимости от индивидуальных и культурных особенностей клиентов.</p>

- 
- **2 этап. Сбор информации. Выделение проблемы. Идентификация «Я» -потенциальных возможностей клиента.**

«В чем проблема?»

- Определить причины обращения за консультативной помощью. Выделение видения клиентом проблемы. Четкое определение проблемы поможет избежать потери времени и направит беседу в нужное русло.
- Важным является четкое выделение позитивных возможностей клиента.
- Не все клиенты настроены на раскрытие сути проблемы и её истории, некоторые ориентированны на немедленное решение, без выявления содержательной стороны проблемы.
- После четкого выделения целей консультирования с такими клиентами следует вернуться к определению проблемы.

<p>3. Определение желаемого результата. К чему хочет прийти клиент.</p> <p><i>«Чего Вы хотите добиться?»</i></p>	<p>Необходимо определить идеал клиента. Каким бы он хотел стать? Что произойдет когда все проблемы будут решены? Это информирует консультанта о том чего хочет клиент. При этом важно чтобы желаемое направление работы было согласовано между клиентом и консультантом.</p>	<p>Если проблема достаточно ясна и конкретна, то рекомендации по её решению могут быть даны немедленно. Некоторые клиенты предпочитают именно такой вариант решения проблем.</p>
<p>4. Выработка альтернативных решений.</p> <p><i>«Что еще мы можем сделать по этому поводу?»</i></p>	<p>Выделить разные варианты решения данной проблемы, поработать с ними, выбрать максимально подходящий вариант решения. Стадия подразумевает творческий подход к проблеме. Этап может включать длительное исследование личностной динамики. Зачастую это самая продолжительная стадия интервью.</p>	<p>Важно учитывать индивидуальные и культурные различия при выборе альтернативных решений. С некоторыми группами клиентов предпочтителен директивный стиль рекомендаций.</p>
<p>5. Обобщение предыдущих этапов. Принятие решения. Переход от обучения к действию.</p> <p><i>«Как вы будете делать это?»</i></p>	<p>Мотивировать клиента на деятельность. Способствовать продвижению решения в повседневную жизнь, разработать поэтапный план реализации решения. Работа с чувством вины, так как многие клиенты боятся начинать изменения, пугаясь ошибиться.</p>	<p>Степень обобщения зависит от того, насколько полно были учтены индивидуальные и культурные различия на предыдущих стадиях интервью.</p>

Этапы консультационной беседы по Г.М. Абрамовой

Этапы	содержание этапа	маркировка глазами консультанта	маркировка глазами клиента
1 этап	Установление контакта, достижение взаимопонимания	Приветствие	«Я пришел к Вам...»
2 этап	Прояснение проблемы клиента, сбор информации о клиенте	«В чем проблема?»	«Меня не устраивает, как обстоят дела на настоящий момент...»
3 этап	Осознание желаемого результата, ответ на вопрос:	«Чего Вы хотите достичь?»	«Меня бы больше устроило, ...»
4 этап	Выработка альтернатив	«Что еще мы можем сделать по этому поводу»	«Чтобы достичь этого, мне необходимо...»
5 этап	Завершение контакта, обобщение в форме резюме	«Таким образом...»	«Я пришел к пониманию того...»

Литература

- 1. Айви А. Консультирование и психотерапия. — Новосибирск, 1990.**
- 2. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000. — 208 с.**
3. Вельская Е. Г. Основы психологического консультирования и психотерапии: Учеб. пособие. — Обнинск: ИАТЭ, 1998. — 80 с.
4. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. — 2-е изд. — Л.: Изд-во ЛГУ, 1988. — 560 с.
5. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Изд-во «Речь», 2001. — 352 с.
6. Жуков Ю. М., Петровская Л. А., Растянников П. В. Диагностика и развитие компетентности в общении. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1991. — 96 с.
- 7. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. — М., 1999.**
- 8. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. — М., 1994.**
9. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. — СПб.: Издательство «Питер», 2000. — 464 с.
- 10. Психотерапевтическая энциклопедия / Под общ. ред. Б. Д. Карвасарского. — СПб.: Питер Ком, 1999. — 752 с.**
11. Фейдимен Д., Фрейджер Р. Карл Роджерс и клиент-центрированная терапия // Хрестоматия по гуманистической психотерапии / Сост. М. Папуш. — М.: Ин-т общегуманит. исслед., 1995. — С. 16-85.

Спасибо за внимание!

