



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.

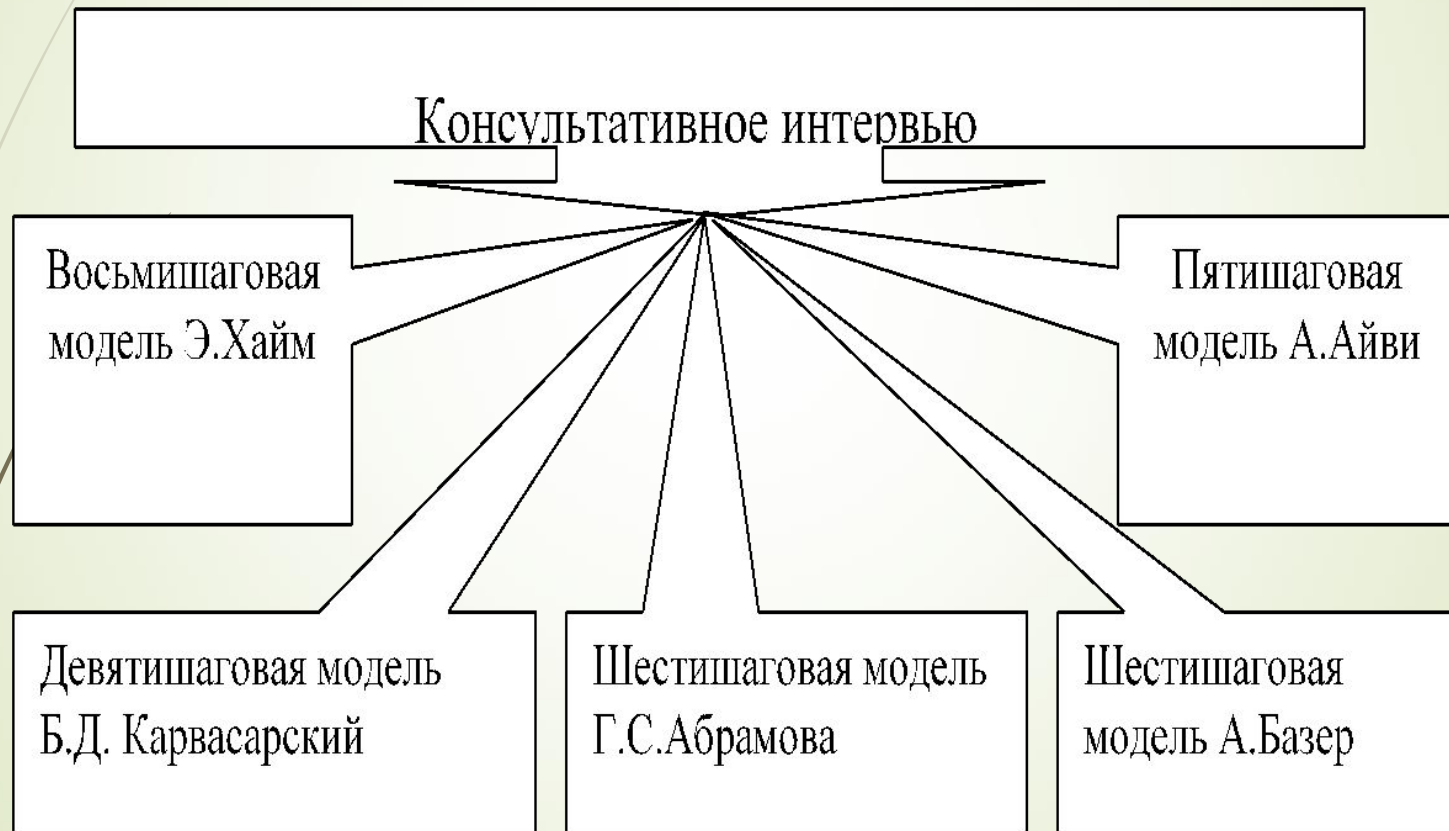


О **моделях** консультирования

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



Основные модели психологического консультирования

Резервно-ориентированное консультирование		Личностно-ориентированное консультирование		Причинно-ориентированное консультирование
1	2	3	4	5
Пятишаговая модель А. Айви	Шестишаговая модель А. Базер	Шестишаговая модель Г.С. Абрамова	Девятишаговая модель Б.Д. Карвасарский	Восьмишаговая модель Э.Хайм
1. Установление отношений . Структурирование.	1. Установление отношений психолог – клиент.	1. Переживание клиентом невозможности использовать собственный опыт и необходимость обновления возможностей. Мотивация на принятие психологической помощи.	1. Установление контакта профессионального консультирования.	1. Создание позитивной установки о возможностях решения проблемы.
2. Сбор информации. Выделение проблемы.	2. Понимание проблемы клиента.	2. Формирование психологической задачи на профессиональную деятельность психолога.	2. Предоставление пациенту возможности выговориться	2. Субъективное изложение проблемы клиентом.
		3. поиск новых возможностей и путей их реализации как у клиента так и у психолога.	3. Предоставление клиенту эмоциональной поддержки и информации о позитивных аспектах его проблемной ситуации	3. Системный анализ проблемы.
3. Определение желаемого результата.	3. Анализ проблемы.	4. Определение способов достижения цели и выстраивание отношений клиент – консультант.	4. Совместная с клиентом переформулировка его проблемы	4. Дифференцированное оперативное определение проблемы.
		5. Принятие ответственности с обеих сторон и сохранение свободы индивидуального выбора на основе открытых возможностей как для клиента так и для психолога.	5. заключение динамического контракта на изменения. Выявление и коррекция нереалистических ожиданий клиента.	5. Безоценочный поиск альтернативных решений.
4. Выработка альтернативных решений.	4. Определение проблемы.	6. Реализация или не реализация открытых возможностей. Разрешение, возврат или расширение задачи психологической помощи.	6. формирование регистра возможных решений проблемы.	6. Реалистическая оценка альтернатив.
	5. Проработка проблемы.		7. Выбор оптимального решения из выявленного регистра с точки зрения клиента.	
5. Обобщение предыдущих этапов. Принятие решения.	6. Завершение.		8. Закрепление мотивации и планирование реализации выбранного решения.	7. Принятие решения и его осуществление.
			9. Завершение консультирования и предоставление права повторного обращения, назначение поддерживающей встречи.	8. Завершение консультирования

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

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. <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. <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. <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!

