



Психологическое консультирование

Курс лекций

Понятие психологического консультирования

- Психологическое консультирование – это сообщение человеку психологической информации о нем или его отношениях с другими людьми о других (детях); необходимой и достаточной (иногда) для принятия клиентом личностных решений (Лидерс А.Г.).
- Психологическое консультирование – это непосредственная беседа с людьми, направленная на решения различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является определенным образом построенная беседа (Алешина Ю.)
- **Психологическое консультирование** это специально организованный процесс общения, с помощью которого у обратившегося за помощью актуализируются дополнительные психологические силы и способности, которые, в свою очередь, могут обеспечить отыскание новых возможностей выхода из трудной жизненной ситуации.

Цели психологического консультирования

- Способствовать изменению поведения, чтобы клиент мог жить продуктивнее, испытывать удовлетворенность жизнью, несмотря на некоторые неизбежные социальные ограничения.
- Развивать навыки преодоления трудностей при столкновении с новыми жизненными обстоятельствами и требованиями.
- Обеспечить эффективное принятие жизненно важных решений. Существует множество дел, которым можно научиться во время консультирования: самостоятельные поступки, распределение времени и энергии, оценка последствий риска, исследование поля ценностей, в котором происходит принятие решений, оценка свойств своей личности, преодоление эмоциональных стрессов, понимание влияния установок на принятие решений и т.п.
- Развивать умение завязывать и поддерживать межличностные отношения. Общение с людьми занимает значительную часть жизни и у многих вызывает трудности из-за низкого уровня самоуважения или недостаточных социальных навыков. Будь то семейные конфликты взрослых или проблемы взаимоотношения детей, следует улучшать качество жизни клиентов посредством обучения лучшему построению межличностных отношений.
- Облегчить реализацию и повышение потенциала личности. По мнению Blocher (1966), в консультировании необходимо стремиться к максимальной свободе клиента (учитывая естественные социальные ограничения), а также к развитию способности клиента контролировать свое окружение и собственные реакции, провоцируемые окружением [Кочюнас Р., 1999, С. 9].

<i>Направление</i>	Цели консультирования
<i>Психоаналитическое направление</i>	Перевести в сознание вытесненный в бессознательное материал; помочь клиенту воспроизвести ранний опыт и проанализировать вытесненные конфликты; реконструировать базисную личность
<i>Адлеровское направление</i>	Трансформировать цели жизни клиента; помочь ему сформировать социально значимые цели и скорректировать ошибочную мотивацию посредством обретения чувства равенства с другими людьми
<i>Терапия поведения</i>	Исправить неадекватное поведение и обучить эффективному поведению
<i>Рационально-эмоциональная терапия (А. Ellis)</i>	Устранить «саморазрушающий» подход клиента к жизни и помочь сформировать толерантный и рациональный подход; научить применению научного метода при решении поведенческих и эмоциональных проблем
<i>Ориентированная на клиента терапия</i>	Создать благоприятный климат консультирования и распознавания факторов, мешающих росту личности; поощрять открытость клиента опыту, уверенность в себе, спонтанность
<i>Экзистенциальная терапия</i>	Помочь клиенту осознать свою свободу и собственные возможности; побуждать к принятию ответственности за то, что происходит с ним; идентифицировать блокирующие свободу факторы



ПРИНЦИПЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

- **Принцип доброжелательности, безоценочного отношения к клиенту.**
- **Принцип ориентации на нормы и ценности клиента.**
- **Осторожное отношение к советам.**
- **Принцип разграничения личных и профессиональных отношений.**
- **Включенность в процесс**

Осторожное отношение к советам

Ю.Е. Алешина [1994] формулирует этот принцип более строго - как запрет давать советы вообще.

- Гарантированный совет другому дать невозможно: жизнь каждого уникальна и непредсказуема.
- Советуя, консультант берет на себя ответственность за происходящее, что не способствует развитию личности клиента и его адекватному отношению к действительности; у клиента формируется пассивное и поверхностное отношение к происходящему.
- Любые неудачи в реализации совета обычно приписываются консультанту, что, мешает пониманию клиентом своей роли в происходящих событиях.

А.Ф. Копьев [1991, с. 16] считает, что особенно на начальных этапах консультирования допустимо советовать, так как это вполне органично жанровой природе разговора и избегание советов со стороны консультанта сделало бы общение искусственным. Совет может выступать здесь в роли:

- поддержки, сочувствия клиенту;
- наиболее удобной актуализации в сознании клиента нравственных норм;
- индикатора для обнаружения клиентом игнорируемых форм поведения.

Н.В. Самоукина [1997] полагает, что советовать можно в случаях, если:

- клиент находится в кризисной, опасной для его жизни ситуации и в данный момент не способен принимать решения;
- клиент закрыт для диалога, а его действия наносят психологический ущерб близким; совет психолога в этом случае может быть изложен в директивной форме, буквально как предписание, рецепт;
- если клиент активен, зрелый, знает «что делать», но не знает «как делать».

Структура консультативного процесса

1. Установление контакта с клиентом.
2. Сбор информации о клиенте.
 - Исповедь" клиента. Формирование консультативных гипотез. (15-20 мин.)
 - «Толкование». Проверка консультативных гипотез. (10-15 мин.)
3. Осознание желаемого состояния
4. Выдвижение альтернатив и формулирование терапевтической задачи.
 - Коррекция установок клиента.
 - Коррекция поведения клиента.
5. Обобщение результатов взаимодействия.

I. Установление контакта с клиентом

- На этой стадии консультант устанавливает контакт (rapport) с клиентом и достигает обоюдного доверия необходимо внимательно выслушать клиента, говорящего о своих трудностях, и проявить максимальную искренность, эмпатию, заботу, не прибегая к оценкам и манипулированию. Следует поощрять клиента к углубленному рассмотрению возникших у него проблем и фиксировать его чувства, содержание высказываний, невербальное поведение.

2. Уяснение проблемы

клиента.

- На этой стадии консультант стремится понять и точно охарактеризовать проблемы клиента, устанавливая ее связь с проблемной ситуацией, контекстом проблемы. Точное определение проблем позволяет понять их причины, а иногда указывает и на способы разрешения. Если при определении проблем возникают трудности, неясности, то надо вернуться к стадии исследования. Пользуясь открытыми вопросами, консультант побуждает клиента понять свою роль в возникновении проблемы, однако не навязывает своих решений.

3. Осознание желаемого состояния.

- Данная стадия является своего рода переломным моментом в ситуации консультирования. Она характеризует перевод запроса клиента, адресованный консультанту в виде просьбы о помощи, в позицию активного присоединения клиента к выработке возможных вариантов решения проблемы. Для клиента становится очевидным не возможность оставаться в «прошлом», так сказать, пассивном качестве заказчика на решение его собственных проблем. Он начинает занимать активную рефлексивную позицию не только по отношению к новой, будущей модели жизни, но и процессу своего возможного участия в ее реализации.

4. Выдвижение альтернатив и формулирование терапевтической задачи

- Выясняются и открыто обсуждаются возможные альтернативы решения проблем. Осуществляется их критическая оценка. Консультант помогает клиенту разобраться, какие альтернативы подходят и являются реалистичными с точки зрения предыдущего опыта и настоящей готовности измениться. Составление плана реалистичного решения проблем должно также помочь клиенту понять, что не все проблемы разрешимы.

5. Обобщение результатов взаимодействия

- На этой стадии консультант предпринимает усилия по изменению мыслей и чувств клиента в плане усиления позитивного настроения на его самостоятельные действия по реализации избранного варианта решения проблемы вне ситуации консультирования, т.е. в повседневной жизни. При необходимости возможно уточнение плана решения. Может определяться конкретное домашнее задание, а также обсуждаться вопрос о необходимости обращения и к другим специалистам.

СОДЕРЖАНИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ КОНСУЛЬТАНТА С КЛИЕНТОМ НА ЭТАПЕ УСТАНОВЛЕНИЯ КОНТАКТА

- **Первая стадия** - установление контакта с клиентом – 5-10 минут.
 - **Приветствие, встреча клиента.** "Проходите, пожалуйста", "Усаживайтесь поудобнее" и т.п. Ошибкой консультанта может быть: слишком суетливое заигрывание с клиентом, с первых минут не следует вступать в активный контакт, предлагать свою помощь. Ситуация начала беседы для человека, пришедшего к психологу впервые, полна дискомфорта, ему необходимо дать время оглядеться, прийти в себя. Хорошо, если консультант не слишком многословен.
 - **Пауза** - 40-60 секунд, для того, чтобы клиент успел собраться с мыслями и оглядеться.
 - **Знакомство.** Первым представляется клиент. Психолог-консультант представляется так, как представился клиент. «Давайте познакомимся. Как мне вас называть?»
 - **Предоставление следующей информации**
 - ○ целях консультирования.
 - ○ своей квалификации
 - ○ оплате за консультирование
 - ○ приблизительной продолжительности консультирования
 - ○ целесообразности консультирования в данной ситуации
 - ○ риске временного ухудшения состояния клиента в процессе консультирования
 - ○ границах конфиденциальности.

Начало интервью.

- - Слушаю Вас...- Что привело Вас ко мне... О чем бы вы хотели поговорить со мной...
- Иви (1994) выделяет два наиболее важных микронавыка для формирования раппорта – общее проявление внимания и умение наблюдать за клиентом.
- Консультант должен настроиться на то, что клиент думает, чувствует, и как себя ведет.
- Эган (1998) обобщает 5 невербальных навыков, имеющих значение для первичного интервью, называя их SOLER. По первым буквам английских слов: «S» squarely – прямо, лицом к лицу, «O» open – открыто, «L» lean – склоняться, «E» eye – глаза, «R» relax – расслабиться.
- Окун (1997) перечисляет следующие полезные поведенческие средства в процессе консультирования.

Полезные поведенческие приемы

Вербальные	Не вербальные
<p>Использовать понятные слова</p> <p>Повторять и уточнять утверждения клиента</p> <p>Адекватно интерпретировать</p> <p>Обобщать сказанное клиентом</p> <p>Отвечать на первичные сигналы</p> <p>Использовать словесное подкрепление (например, «Да», «Я знаю», «мм-мм»...)</p> <p>Обращаться к клиенту по имени или на «Вы»</p> <p>Своевременно и в удобной форме представлять информацию</p> <p>Отвечать на вопросы о себе</p> <p>Непринужденно использовать юмор для снятия напряжения</p> <p>Относиться без осуждения, с уважением</p> <p>Уточнять высказывания клиента</p> <p>Интерпретировать высказывания клиента неожиданным образом, чтобы вызвать непосредственную ответную реакцию</p>	<p>Тон голоса, соответствующий тону клиента</p> <p>Поддерживать хороший зрительный контакт</p> <p>Непринужденно кивать головой</p> <p>Не сдерживать мимику</p> <p>Естественный смех</p> <p>Непринужденная жестикуляция</p> <p>Общение на близком расстоянии</p> <p>Умеренный темп речи</p> <p>Непринужденные прикосновения</p> <p>Расслабленная, открытая поза</p> <p>Доверительный тон голоса</p>

Вторая стадия

Сбор информации о клиенте, решается вопрос о том, "В чем проблема?".

- Длительность данного этапа 25-35 мин при средней продолжительности консультативной беседы 45 мин - 1 ч 10 мин. Данный этап можно условно разбить на два подэтапа:
- **"Исповедь"** клиента. **Формирование консультативных гипотез. (15-20 мин.)**
- **«Толкование».** Проверка консультативных гипотез. **(10-15 мин.)**

- 
- **Деятельность психолога-консультанта на подэтапе ИСПОВЕДЬ, «Формирование консультативных гипотез»**
 - **1. Выслушивание - внимательное, эмпатическое, принимающее.** В это время более уместны периодические "способствующие высказывания": "Да ..., конечно, я понимаю..., угу ..., хм (поддакивания)".
 - **2. Принятие концепции клиента на этапе расспроса.** Это означает то, что мы не должны вступать в споры с клиентом на этом этапе, обличать, уличать его, чтобы не вызвать ответную защитную реакцию.
 - **3. Структурирование беседы.** Первый прием: задавая какой-либо вопрос, меняя тему обсуждения, консультанту следует объяснять клиенту, почему он это делает, чем это вызвано, чтобы для клиента сохранялась хотя бы видимость логики всех переходов в разговоре.

4. Осмысление психологом того, что говорит клиент. Общий алгоритм действий:

Название второй консультации	подэтапов стадии	Алгоритм анализа проблемы клиента
I.Формирование консультативных гипотез ИСПОВЕДЬ		<p>Уяснение проблемы клиента</p> <p>а) Анализ жалобы клиента:</p> <ul style="list-style-type: none">• Анализ локуса жалобы (объектный, субъектный);• Анализ самодиагноза клиента;• Анализ психологического запроса клиента;• Анализ скрытого содержания жалобы и подтекста. <p>б) Анализ психологической ситуации:</p> <ul style="list-style-type: none">• Определение обстоятельств, способствующих психологическому развитию проблемы;• Определение круга лиц, нуждающихся в психологической помощи;• Прогнозирование возможного развития ситуации и нежелательных психологических последствий.
2.Проверка консультативных гипотез. ТОЛКОВАНИЕ		<p>в) Анализ реальных психологических проблем:</p> <ul style="list-style-type: none">• Выдвижение первоначальных гипотез относительно содержания психологических проблем, их причин и механизмов возникновения и развития;• Уяснение внутреннего мира клиента, его возможностей в решении проблемы (при необходимости – проведение мероприятий углубленной психодиагностики)• Проверка сделанных предположений, формулирование психологического диагноза и интерпретация его клиенту <p><i>Вывод о наличии проблем, выходящих за пределы компетенции психолога-консультанта.</i></p>

АНАЛИЗ ЖАЛОБЫ

КЛИЕНТА

- 1. Локус жалобы – направленность жалобы, делится на субъектный (на кого жалуется) и объектный (на что жалуется).

По субъектному локусу: встречаются пять основных видов жалоб (или их комбинаций):

- а) на ребенка (его поведение, развитие, здоровье);
- б) на семейную ситуацию в целом (в семье "все плохо", "все не так");
- в) на супруга (его поведение, особенности) и супружеские отношения ("нет взаимопонимания, любви")
- г) на самого себя (свой характер, способности, особенности и т.д.);
- д) на третьих лиц, в том числе на проживающих в семье или вне семьи бабушек и дедушек.

По объектному локусу можно выделить следующие виды жалоб:


- а) на нарушение психосоматического здоровья или поведения (энурез, страхи, навязчивости);
- б) на ролевое поведение (несоответствие полу, возрасту, статусу) мужа, жены, детей, тещи, свекрови и т.п.;
- в) на поведение с точки зрения соответствия психическим нормам (например, нормам умственного развития ребенка);
- г) на индивидуальные психические особенности (сверхактивность, медлительность, "безволие" и т.п. ребенка; отсутствие эмоциональности, решительности и т.п. супруга);
- д) на психологическую ситуацию (потеря контакта, близости, понимания);
- е) на объективные обстоятельства (трудности с жильем, работой, временем, разлука и т.д.).

2. Самодиагноз - это собственное объяснение клиентом природы того или иного нарушения в семейной жизни, основанное на его представлениях о самом себе, о семье и человеческих взаимоотношениях. Часто самодиагноз выражает отношение клиента к расстройству или его предполагаемому носителю. Самые распространенные самодиагнозы:

- а) "злая воля" - негативные намерения лица, выступающего причиной нарушений, или (как вариант) указание на непонимание этим лицом каких-либо истин, правил и нежелание понять их;
- б) "психическая аномалия" – «психбольной» - отнесение лица, о котором идет речь, к психически больным;
- в) "органический дефект" – «неполноценный» - квалификация лица, о котором идет речь, как врожденно неполноценного;
- г) "генетическая запрограммированность" – «гены» - объяснение тех или иных поведенческих проявлений влиянием негативной наследственности (применительно к ребенку, как правило, наследственности со стороны разведённого супруга или супруга, с которым клиент в конфликтных отношениях применительно к супругу — со стороны родных, с которыми конфликтные взаимоотношения);
- д) "индивидуальное своеобразие" – «вот такой я особенный» - понимание тех или иных | поведенческих особенностей как проявление устойчивых, сложившихся личностных черт (а не конкретных мотивов в ситуации);
- е) "собственные неверные действия" – «Я плохая мать» - оценка собственного настоящего или прошлого поведения (в т.ч. как воспитателя, супруга);
- ж) "собственная личностная недостаточность" - тревожность, неуверенность, пассивность и т.п., и как следствие - неправильное поведение;
- з) "влияние третьих лиц" - родителей, супруга, бабушек, дедушек, учителей, как актуальное, так и имевшее место в прошлом;
- и) "неблагоприятная ситуация" - развод, школьный конфликт, испуг для ребенка; перегрузка, болезнь и пр. - для себя или супруга;
- к) "направление" ("Меня к Вам направили..." и далее называется официальный орган, директор школы или иной руководитель).


3. Проблема - это указание на то, что клиент хотел бы, но не может изменить. Психологами называются следующие наиболее распространенные проблемы:

- 1) Неуверен, хочу быть уверенным (в решении, оценке и т.д.).
- 2) Не умею, хочу научиться (влиять, внушать, гасить конфликты, заставлять, терпеть и т.п.).
- 3) Не понимаю, хочу понять (ребенка, его поведение; супруга, его родителей и т.д.).
- 4) Не знаю, что делать, хочу знать (прощать, наказывать, лечить, уйти и т.п.).
- 5) Не имею, хочу иметь (волю, мужество, терпение, способности и т.п.).
- 6) Знаю, как надо, но не могу сделать, нужны дополнительные стимулы.
- 7) Не справляюсь сам, хочу изменить ситуацию.
- *Кроме того, возможны и глобальные формулировки: "Все плохо, что делать, как жить дальше?"*
- *Необходимо различать проблему клиента и объектный локус жалобы, формулируемый в виде проблемы лица, о котором идет речь. Если речь идет о том, что муж, жена или ребенок не понимают, не умеют и т.п., это не означает, что клиент хочет что-то понять, узнать и т.п.*




4. Запрос - конкретизация формы помощи, ожидаемой клиентом от консультации. Обычно проблема и запрос по смыслу связаны между собой. Например, если клиент формулирует проблему: "Не умею, хочу научиться", то запрос, скорее всего, будет "научите". Однако запрос может быть и уже проблемы.

- Можно выделить следующие виды запросов:
- 1) Просьба об эмоциональной и моральной поддержке ("Я прав, не правда ли?", "Я - хороший человек, не правда ли?", "Мое решение правильно, не правда ли?").
- 2) Просьба о содействии в анализе ("Я не уверен, что правильно понимаю эту ситуацию, не поможете ли мне разобраться?").
- 3) Просьба об информации ("Что известно об этом?").
- 4) Просьба об обучении навыкам ("У меня это не получается, научите").
- 5) Просьба о помощи в выработке позиции ("Что делать, если он мне изменяет?", "Можно ли наказывать за это моего ребенка?").
- 6) Просьба в оказании влияния на члена семьи или в изменении его в интересах лица, о котором идет речь ("Помогите ему избавиться от этих страхов", "Помогите ему научиться общаться с ребятами").
- 7) Просьба об оказании влияния на члена семьи в интересах клиента ("Сделайте его более послушным", "Помогите мне переломить его злую волю", "Заставьте его больше любить и уважать меня").




5. Скрытое содержание жалобы - неявная информация, не прозвучавшая прямо, но поданная в подтексте жалобы клиента интонацией, мимикой, жестами, некоторыми высказываниями и другими вербальными и невербальными средствами. Несовпадение может быть по всем рассмотренным четырем параметрам:


- по локусу жалобы - ребенок и его поведение, а скрытое содержание - позиция и поведение отца, не принимающего достаточно активного участия в воспитании.
- по самодиагнозу в тексте звучит объяснение нарушений собственными неверными действиями, а скрытое содержание, передаваемое интонацией, мимикой, пантомимикой, жестами, указывает на другие причины (например, на вмешательство третьих лиц, которые и обусловили эти неверные действия).
- По проблеме. Например, открыто заявляется: "Не знаю, но хочу знать". При этом скрытое содержание: "Не умею, но хочу уметь".
- при анализе запроса: явное содержание запроса - просьба о помощи: "Что делать, если он мне изменяет?", а скрытое - просьба об оказании влияния в собственных интересах; "Помогите мне его удержать".





- **Деятельность психолога-консультанта на подэтапе «Проверка консультативных гипотез»**


- **2. ТОЛКОВАНИЕ**

- 
- постепенный переход от нерефлексивного слушания к рефлексивному, к более активной позиции: отражение содержания услышанного и чувств клиента (например, "Вы огорчены тем, что ..."). Используются такие в технические приемы, как уточнение ("Вы имели в виду, что ...") и пересказ ("Если я вас правильно понял» ваш муж ...").
 - наблюдение и выявление **психологических ключей**, т. е. индикаторов действительных или потенциальных очагов сложностей, связанных с основными жалобами клиента, интерпретация их в терминах психологической проблемы.
 - выдвижение **консультативных гипотез** - предположение относительно характера и причин затруднений, которые стоят за особенностями поведения клиента. Какие неудовлетворенные потребности имеются у клиента. Какие действительные причины этой неудовлетворенности. Кто или что мешает удовлетворению потребностей клиента. Какие механизмы лежат в основе его психологических трудностей.

- 
- СОДЕРЖАНИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ КОНСУЛЬТАНТА С КЛИЕНТОМ НА ЭТАПЕ ОСОЗНАНИЯ ЖЕЛАЕМОГО РЕЗУЛЬТАТА.
 - Идет поиск ответа на вопросы: "Чего вы хотите добиться?", «Какой результат от нашего взаимодействия хотели бы получить?», «Чем конкретно я могу помочь?».

- 
- СОДЕРЖАНИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
КОНСУЛЬТАНТА С КЛИЕНТОМ НА
ЭТАПЕ ВЫРАБОТКИ
АЛЬТЕРНАТИВНЫХ РЕШЕНИЙ И
ФОРМУЛИРОВАНИЯ
ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЗАДАЧИ

- 
- **Оказание воздействия**
 - Продолжительность данного этапа - 5-10 мин при средней продолжительности консультативной беседы 45 мин -1 ч 10 мин. Данный этап можно условно разделить на два подэтапа:
 - Коррекция установок клиента.
 - Коррекция поведения клиента.
 - ***Деятельность психолога-консультанта на подэтапе «Коррекция установок клиента»***
 - Задача психолога-консультанта на этом подэтапе будет выполнена, если в сознании клиента обозначится следующая **цепочка событий**:
 - 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 (в любви, власти, понимании, ощущении ценности прожитой жизни и т. д.);
 - б) неадекватные средства, избираемые для реализации этих целей, приводящие к сложности во взаимоотношениях; в) негативная реакция партнера, часто усугубляющая проблемы клиента.

- 
- **Суть коррекции установок клиента** состоит в осознании этой цепочки событий, чтобы клиент осознал их неэффективность, чтобы установки клиента на неэффективное поведение изменились, чтобы он начал искать более эффективное поведение применительно к своей ситуации.
 - Для того, чтобы успешно выстраивать в сознании клиента разобранную выше цепочку событий, психолог-консультант может использовать разные средства, приемы. Перечислим некоторые из них.
 - Акцентирование противоречий рассказа клиента, т. е. подчеркивание их, делание их заметными, осознаваемыми, анализируемыми.
 - Переформулирование и реструктурирование окружающей клиента реальности при помощи комментариев - интерпретация ситуации клиента на основе личного опыта или теоретических знаний.
 - Постановка клиента в рефлексивную позицию, т. е. предложение клиенту посмотреть на происходящее глазами других участников ситуации и оценить с их позиции собственное поведение.
 - Открытая конфронтация с клиентом и его деструктивными действиями, если ничто иное не в силах пробить его многочисленные психологические защиты, а его поведение наносит вред окружающим.
 - Помещение клиента в такую ситуацию, которая помогла бы ему получить новый значимый опыт, призванный изменить его деструктивные поведенческие установки. Домашнее задание, которое позволило бы клиенту осознать деструктивность своих действий.
 - Пересказ клиенту основных реалий его рассказа, частые резюме (повторения в сжатом виде основных фактов, фигурирующих в рассказе клиента, и чувств, с ними связанных). Цель - создать условия для того, чтобы клиент сам задумался над своей ситуацией, погрузился в нее глубже и смог сам сделать необходимые выводы.
 - Анализ эмоциональной подоплеки происходящего, интерпретация и обсуждение реалий эмоциональной жизни клиента.
 - Самораскрытие психолога-консультанта, которое предполагает сообщение клиенту о своих чувствах по поводу его затруднений, рассказ о своем собственном или известном и лично значимом опыте преодоления подобных проблем.

Анализ семантических неточностей в речи клиента

Типы семантических неточностей	Психологическая интерпретация и возможные вопросы
А. недостаток информации	
<i>1. исключение</i> "я боюсь" "я не понимаю А"	помогая человеку вернуть исключенную информацию, мы способствуем восстановлению более полного представления его опыта. Уточн. вопросы: где, когда, при каких условиях, с чем связано, как часто, о ком или о чем идет речь? Важно: не догадываться за клиента, а опрашивать.
<i>2. отсутствие указательного индекса</i> "я никому не нужен" "мои родственники меня не любят"	Это обобщение, которое ограничивает модель мира человека, исключая из нее части и подробности, необходимые, чтобы иметь достаточно разнообразные выборы поведения. "Кому именно вы не нужны?", "кто именно вас не любит?", Бывает стертый указательный индекс: песенка про милицию: если кто-то кое-где, у нас порой..."
<i>3. неконкретные глаголы</i> "меня обидели, наказали игнорируют..."	все глаголы в какой то мере неконкретны, однако глагол "поцеловать" более конкретен, чем глагол "прикоснуться". Если кто-то говорит, что его обидели, то вы не знаете, то ли на него сердито посмотрели, то ли его толкнули, Уточнить неконкретный глагол, можно вопросом: "как именно?" важно: не попасть во власть собственных иллюзий.
<i>4. номинализация</i> - существительное с неопределенно широким содержанием: любовь, понимание, страх, счастье... "я не получаю никакого признания" "я жалею о своем решении", «я боюсь», «мне нужна ваша помощь»	За неопределенным существительным "горе", счастье"- нет предмета, чаще всего человек воспринимает эти события, как нечто свершившееся, законченное и не зависящее от него. Полезно узнать, что вкладывает, человек в эти понятия, для этого - хороший прием; перевести понятие из существительного в глагол: " что значит горевать?", чаще получаются глаголы составные ; " что значит быть счастливым?" Глагол - действие, которое когда - то начинается, продолжается, заканчивается, оно подвижно изменчиво, в отличие от существительного. Такое преобразование слов помогает человеку понять, что, то что он считал законченным и независимым от него событием - это продолжающийся процесс, который можно изменить.- "как бы вы хотели, чтобы вас признали?", "что - нибудь мешает вам решить по другому?" "чего, именно вы боитесь?" "чем вам нужно помочь?"

Б. ограничения модели собеседника

1. общения: все каждый, всегда, никто, никогда

Помогая найти исключение из обобщения, мы наделяем человека большим числом выбором. Для этого обобщение преувеличивается, как тоном голоса, так и введением дополнительного обобщения. Другой способ - спросить не было ли у человека опыта, противоречащего его собственному обобщению. "Вы всегда меня обманываете" - "я всегда вас обманываю?" , "я всегда все делаю неправильно" - " вы никогда никогда- ничего не делали правильно?" или "вы когда-нибудь сделали что-нибудь правильно?"

2. долженствования: должен, обязан, вынужден, нужно, не могу, необходимо

сказывается влияние родительских директив, ориентация на "личные" законы, защита от психотравмы через самоприказ. Есть два вопроса, ставящих под сомнение эти ограничения: что вам мешает?, что будет, если вы этого не сделаете? "я не могу сказать вам правду?" - "что будет, если вы ее скажете? или что мешает вам сказать правду?"

В. Семантические нарушения

1. нарушения в причинно-следственном механизме: из X следует Y


Убеждение ставится под сомнение вопросом; "чем (каким образом) X влечет за собой Y? "меня раздражает, что ты пишешь на стенах" - "чем это тебя раздражает?", "ты опоздал на 5 минут, значит меня не уважаешь, не любишь" - "на сколько минут я должен опоздать, чтобы ты не усомнилась в моей любви?", "у меня от тебя болит голова" - "каким образом ты узнала, что она болит именно из-за меня?"


2. чтение мыслей – убеждение в том, что мысли можно понять без прямого общения с их стороны

блуждания в собственных иллюзиях основной вопрос: откуда вы знаете об этом?, как вы об этом узнаете? "все думают, что я все делаю слишком медленно" - "откуда вы знаете о чем думают все?", "он никогда не думает о последствиях?" - "откуда вы об этом знаете?", "я прекрасно понимаю ваши чувства" - "как вы узнаете о моих чувствах?", "я знаю, что ему нужно" - "откуда вы знаете, что ему нужно?".

3. потеря исполнителя

человек неосознанно переносит свои собственные правила жизни убеждения, ценности на других людей. Изменяя это положение, мы помогаем человеку спокойно пользоваться его правилами и мнениями, не мешая остальному миру пользоваться своими, "стыдно разводиться" - "кому стыдно разводиться?", "это ужасно" - "это ужасно для кого?", "любой должен делать так" - "кому это надо делать так?", "хочу, чтобы меня слушали" - "кто именно?" (жена, дети-норма, все - патология)

- 
- СОДЕРЖАНИЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
КОНСУЛЬТАНТА С КЛИЕНТОМ НА
ЭТАПЕ ЗАВЕРШЕНИЕ
КОНСУЛЬТАТИВНОЙ БЕСЕДЫ

- 
- **Общее правило**, уделять проблемам, связанным с завершением отношений консультирования, **шестую часть всего времени работы**.
 - Продолжительность этапа - 5-10 мин при средней продолжительности консультативной беседы 45 мин - 1 ч 10 мин.

Этапы завершения

- Подведение итогов беседы (краткое обобщение всего происшедшего за время приема).
- Обсуждение вопросов, касающихся дальнейших отношений клиента с консультантом или другими необходимыми специалистами.
- Заключительная реплика психолога может иметь следующий вид: *"Я считаю, что мы с Вами сегодня продуктивно поработали. Если у Вас возникнет желание обсудить со мной еще раз ту или любую другую ситуацию, я буду рад встретиться с Вами снова"*.



Домашнее задание

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие психологического консультирования.
2. Структура консультативной беседы.
3. Техники ведения консультативной беседы.
4. Типичные технические ошибки, допускаемые в процессе консультирования, способы их устранения.
5. Выполните практическое задание

Практическое задание

Проанализируйте видео с доктором Курпатовым; выделите:

- 1. Структуру беседы,
- 2. Техники и приемы, используемые консультантом на всех этапах беседы.
- 3. Особенности поведения консультанта и реакции клиента в беседе.
- 4. Результативность беседы.