

# ПРОБЛЕМЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ. ЭТИКА

КОН



ИЯ.

# Проблемы эффективности консультирования

Под эффективностью психологического консультирования необходимо понимать процесс возвращения клиенту адекватного контроля над собственной жизнью, достижение возрастной нормы.

## Критерии эффективности психологического консультирования:

- мнения независимых экспертов, специалистов в области практической психологии, которые ориентируются на выбранную шкалу (например, шкалу Д. Блочер: социальная приспособленность, личностные особенности, профессиональная приспособленность, успешность учебы и т.п.);
- описание ситуации взаимодействия и характеристика возникающих изменений самим клиентом или его окружением.

# Условия для успешного консультирования (по К. Роджерсу):

1. эмпатия при понимании мира клиента
2. установка на теплое и позитивное принятие
3. аутентичность (психолог откровенно, «без маски» демонстрировал свои чувства, возникающие в данную минуту):
  - поддерживающее невербальное поведение;
  - ролевое поведение;
  - конгруэнтность;
  - спонтанность;
  - открытость.
4. адекватное восприятие клиентом соответствующих установок психолога.

## Требования к консультанту:

- требования к психологическим особенностям личности консультанта (эффективный консультант соответствует требованиям гуманистического подхода Роджерса);
- требования к профессиональной подготовке консультанта (соответствие профессиональной подготовке деятельности);
- этические требования (эффективный консультант соблюдает этические требования);
- невелирование профессиональной депривации («эмоциональное сгорание» или эмоциональная депривация снижает эффективность работы консультанта);
- квалификация специалиста;
- особенности профессиональной подготовки;
- отсутствие профессиональных деформаций;
- принимаемая специалистом роль в системе оказания помощи;
- личностные особенности.

**Результативность** психологического консультирования – это конечный итог, который выражается в изменениях поведения и психологии клиента. (по Р.С. Немову)

### **Признаки эффективного консультирования по Р.С. Немову:**

- решение проблемы удовлетворяет как консультанта, так и клиента и соответствует заявке клиента;
- по окончании консультации консультант и клиент считают, что проблема успешно разрешена;
- несмотря на то, что клиент не до конца ощущает разрешенность проблемы или не видит полностью реальных результатов психологического консультирования, психолог считает консультирование успешным;
- ситуация обратная предыдущей: клиенту консультирование кажется чрезвычайно успешным, а проблемы разрешенными, а консультант сомневается в этом;
- наличествуют основные прогнозируемые результаты, а также достигнуты все позитивные эффекты;

## Результат в психологическом консультировании проявляется объективно, субъективно, внутренне и внешне:

- объективные признаки результативности консультирования будут проявляться в виде достоверных факторов изменения поведения и личности клиента;
- субъективные признаки проявляются в чувствах, переживаниях, ощущениях и мнениях участников консультативного процесса;
- внутренние признаки результативности связаны с осознаваемыми и неосознаваемыми клиентом изменениями психологии, которые могут проявляться в реальном, доступном внешнему наблюдению, поведении человека;
- внешние признаки результативности консультирования всегда проявляются в видимых окружающим формах поведения.

**Причины недостаточной  
результативности психологического  
консультирования и способы  
устранения этих причин (по Р.С. Немову):**

**Причина 1.**

**Незнание консультантом основных  
закономерностей и законов развития  
психических свойств и форм поведения, на  
которые оказывается целенаправленное  
воздействие.**

**Средством устранения данной причины  
является повышение квалификации  
психолога-консультанта.**

## **Причина 2.**

Отсутствие условий для реализации рекомендаций, полученных от психолога: рекомендации могут не соответствовать реальным условиям жизни клиента; клиент не готов к изменениям.

**Способ устранения:** необходимо заранее проанализировать возможности реализации полученных рекомендаций в повседневной жизни клиента.

## **Причина 3.**

Низкая мотивация клиента следовать полученным рекомендациям. Это может быть связано с недоверием к психологу, либо отсутствием веры в собственные силы или решаемость проблемы.

**Способы устранения:** предварительно провести разностороннюю оценку клиента как личности и оценку способов его мотивирования.

## **Причина 4.**

Недостаточный или неполный контроль эффективности происходящих изменений. Это связано с ситуацией, когда предложенные рекомендации обоснованы и приносят хорошие результаты, которые недостаточно позитивно оцениваются клиентом, а иногда и консультантом.

**Способы устранения:** более четкое планирование средств контроля результативности, а также подбор надежных и наглядных методов контроля.

## Причина 5.

Недостаточное понимание клиентом сути рекомендаций или неправильное их выполнение.

**Способы устранения:** необходимо убедиться в том, что клиент действительно правильно понял рекомендации и точно знает, как их выполнять.

# Основные составляющие эффективного консультирования

## ФАКТОРЫ

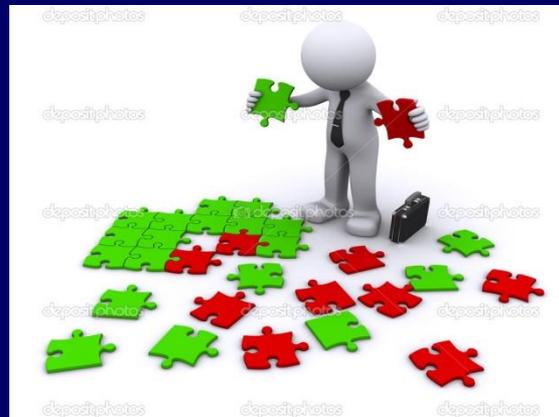
### ЭФФЕКТИВНОСТИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Требования к консультанту	Требования к психологическим особенностям личности консультанта
	Требования к профессиональной подготовке консультанта
	Этические требования
	Профессиональные деформации, «издержки производства»
Специфика консультативного контакта	Зависит от теоретической ориентации консультанта
Терапевтический климат	Физические компоненты терапевтического климата: обстановка консультирования; структурирование консультативного пространства, времени консультирования
	Эмоциональные компоненты терапевтического климата
Личность клиента	Личностные особенности клиента
	Мотивированность клиента и его готовность к изменениям

# ТРЕБОВАНИЯ К ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ ОСОБЕННОСТЯМ ЛИЧНОСТИ КОНСУЛЬТАНТА

## Параметры личности консультанта:

- личностные особенности
- профессиональные навыки
- ролевые функции



# Основные ролевые функции консультанта:

1. построение специфических отношений с клиентом, основанных на взаимном доверии;
2. выявление специфического самопонимания клиента и причинно-следственных связей в событиях его жизни;
3. умение через эмпатийные каналы проникать в жизненные обстоятельства клиента;
4. способность организовать альтернативное самопонимание клиента и выработку новых способов деятельности;
5. создание здорового психологического климата в консультативном процессе;
6. совершенствование процесса консультирования и личностное развитие самого консультанта.

# Качества-требования к личности эффективного консультанта (по Р. Качюнасу):

## 1. Аутентичность (подлинность):

- осознание настоящего момента жизни;
- выбор, основанный на осознании;
- принятие ответственности за собственный выбор.

**2. Рефлексия** - способность к самосознанию (понимание своей сущности) и самоосмыслению, осознание действий клиента и их соотношения с законами мироздания.

**3. Открытость собственному опыту** как искренность в восприятии собственных чувств, но не открытость перед другими людьми.

**4. Развитие самопознания** как способность к самопостижению, пониманию своего места в мире и т.д. Для развития самопознания консультант должен пройти личную терапию.

**5. Сила личности и идентичности**, т.е. знания консультанта о себе, своих способностях и потребностях, сформированность внутренней личностной позиции.

**6. Толерантность к неопределенности.** Отсутствие у консультанта толерантности к неопределенности порождает тревогу у клиента и приведет к снижению эффективности консультирования либо сделает изменение невозможным.

**7. Принятие личной ответственности.** Консультант принимает ответственность за происходящее с ним самим и за процесс консультирования

**8. Глубина отношений с другими людьми,** т.е. способность выстраивать глубокие доверительные отношения с окружающими.

**9. Постановка реалистичных целей** (важно понимать ограниченность своих возможностей и возможностей клиента). Необходимо помнить, что многие из клиентских запросов нереальны для достижения. Второй момент – осознание консультантом границ собственных возможностей.

**10. Самоактуализация** рассматривается как стремление человека к реализации собственного потенциала и максимально полному развитию своих возможностей.

**11. Эмпатия.** Эмпатия как способность консультанта формируется в процессе рефлексивного слушания, эмоционального отражения, идентификации, проникновения. Проявляться эмпатия будет в виде сочувствия. Терпимости по отношению к клиенту, принятию его ценности и уникальности, чуткости, заботы и искренности.

# Факторы продуктивности деятельности психолога-консультанта:

- личная зрелость консультанта
- социальная зрелость
- зрелость консультанта



## Критерии неэффективной работы

по Г.С. Абрамовой (семь уровней от максимально неэффективного к наиболее эффективному взаимодействию):

- . Психолог невнимателен, пропускает важную информацию, часто прерывает клиента.
- . Психолог оказывает давление или манипулирует действиями клиента.
- . Психолог обладает значительно большей активностью, нежели клиент. Вреда от такого взаимодействия нет, но консультант обслуживает свои внутренние потребности, а не потребности клиента.
- . Ответная реакция психолога достаточно точно и профессионально отражает чувства и состояния клиента, однако отсутствует самораскрытие консультанта, облегчающее задачи клиента.
- . Задача клиента понята консультантом неверно, однако оказываемое воздействие облегчает состояние клиента.
- . Психолог владеет навыками внимания, эмпатии, непосредствен и эмоционален.
- . Психолог присоединяется к клиенту, не теряя своей индивидуальности (считается высшим уровнем оказания воздействия).

# **Представление об эффективном специалисте, оказывающем психологическое воздействие, в различных зарубежных подходах.**

## **Психоаналитическое направление З. Фрейда.**

Процесс психоанализа заключается в поиске и выявлении болезненных очагов и переоценке этих переживаний.

Консультант должен быть дистантным, способным к отстраненности и личностной закрытости, поддерживающим нейтралитет, чтобы клиент мог свободно проецировать на него собственные чувства и переживания.

**Важные качества психоаналитика:** развитое критическое мышление, способность к интерпретации, точная наблюдательность.

Аутентичность, эмоциональная стабильность, объективность, проницательность (по О.В. Андреевой).

# Аналитическая психология К. Юнга.

**Цель психологической помощи** – обучение клиента самопознанию и постижению своего внутреннего мира, через переживания полноты бытия. Единственный путь решения проблемы – индивидуализация через выражение собственной уникальности.

**Требования к специалисту:** гармонична личность, в центре которой находится архетип «самость», при балансе сознательных и бессознательных частей, должен быть оптимально функционирующей личностью с высоким уровнем самореализации, принимающим других людей, уважающих их ценности.

# Индивидуальная психология А. Адлера.

Общие положения краткосрочной психотерапии (школа Адлера) значительно отличаются от классического психоанализа, однако основная идея о значимости бессознательного сохраняется.

**Цель психологических изменений** заключается в активизации самопознания человека и пробуждении его желания к изменению образа жизни.

Важнейший метод консультирования в адлерианском направлении является фокусированное интервью.

В процессе работы консультант находится в партнерских отношениях с клиентом. Сам процесс консультирования выглядит как терапевтический диалог, основанный на принципе сотрудничества.

**Консультант должен быть:** открытым для самоисследования, безоценочно принимать клиента, высказывать уважение к личной информации и чувствам клиента, сопереживать, сочувствовать, вести себя, как заинтересованный друг, способный к проявлениям заботы, а также подверженный ошибкам, над которыми сам способен смеяться. Консультант выступает своеобразной моделью «нормальной» личности.

# Гуманистическое направление в психологии.

К гуманистическому направлению относят:

- экзистенциальный подход
- логотерапия
- клиент-центрированная психотерапия
- гештальт-терапия и др.

## Требования к психологу:

- консультант должен быть оптимального уровня самоактуализации;
- способен к принятию себя и других;
- обладать автономностью и независимостью суждений;
- иметь высокую профессиональную увлеченность, стремление к постоянной новизне, новому опыту;
- быть спонтанным и естественным в поведении;
- обладать чувством юмора, любовь к жизни;
- быть готовым к решению возникающих проблем и осознанию своего опыта;
- способным к саморазвитию, конгруэнтности, к пониманию смысла собственной жизни.

Основная задача консультирования – научение клиента ответственности за совершаемый выбор и управление своей жизнью.

Основное внимание психолог уделяет сиюсекундному моменту жизни и переживанию клиента.

**Специфика консультирования делает необходимым такие качества консультанта:**

- аутентичность
- свобода выбора
- спонтанность
- ответственность

## **В рамках экзистенциального консультирования**

требования консультанта связаны с безусловным признанием важности личности клиента и его судьбы и способностью психолога «быть в мире».

**В гештальт-терапии (Ф. Перлз)** цель консультативной помощи – создание условий для увеличения осознанности клиента, принятия им ответственности за свое бытие «здесь и сейчас».

Консультирование в гештальт-психологии базируется на:

- своевременности
- ответственности
- осознанности

**Консультант должен обладать рядом умений:**

- находиться в позиции «здесь и сейчас»;
- быть аутентичным;
- конгруэнтным;
- открытым для взаимодействия;
- способным осознавать реальность; и свое место в этой реальности;
- обладать специальными знаниями в рамках поддержки фрустрации.

## **Феноменологический подход К. Роджерса**

рассматривает проблемы как следствие нарушений взаимоотношений с окружающими значимыми людьми. Это приводит к нарушению конгруэнтности и актуализации защитных механизмов.

**Цель консультативной работы** – достижение конгруэнтности личности между «Я-реальным» и «Я-идеальным».

Изменения в процессе консультирования происходят за счет выстраивания между клиентом и консультантом специфических личностных отношений, способных актуализировать ресурсы клиента.

**Умение консультанта** - выстраивать реальные отношения в контексте «здесь и сейчас», инициирующие клиента к изменениям.

# **Бихевиоральное направление в теории личности ДЖ. Уотсона, Б.Ф. Скиннера.**

Возникающие у клиента проблемы есть суть отражения неадекватного научения.

**Консультирование носит директивный характер.**

**Качества психолога:**

- высокий уровень активности;
- развитая речь;
- способность находить подкрепляющие стимулы;
- осуществлять наказание и поощрение клиента и т.д.

Личностные качества психолога уходят на второй план и становятся практически незначимыми в рамках консультативного взаимодействия.

# Специфические требования:

## например при работе с подростками

- чувствительность по отношению к детям и их проблемам;
- способность сохранять контроль в ситуации ожидания, не навязывать клиенту собственную скорость изменений;
- терпимость к идеям морального, социального, религиозного, мистического порядка;
- готовность к постоянному росту, расширению собственных знаний и признанию области незнаний;
- умение работать в русле гуманистической парадигмы.

**ТРЕБОВАНИЯ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКЕ.**

**ЭТИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ.**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ И ЭТИЧЕСКИЕ  
ОБЯЗАННОСТИ КОНСУЛЬТАНТА.**

- профессиональное обучение
- специальная дополнительная подготовка
- личная терапия
- формирование профессиональной мотивации

# Стадии развития профессиональной идентичности:

1. Возбуждение и тревога от предвкушения.
2. Зависимость и идентификация.
3. Деятельность и продолжающаяся зависимость.
4. Стадия насыщения и принятия самостоятельности
5. Идентичность и независимость.
6. Спокойствие и коллегиальность..

## Основные этические параметры:

1. Конфиденциальность
2. Запрет на вступление в сексуальные отношения с клиентом
3. Запрет на консультирование близких родственников и друзей
4. Ограничение информативности
5. Принятие во внимание культурных и индивидуальных различий
6. Осознание пределов своей компетентности

**Спасибо за  
внимание!**