

*Северный (Арктический) федеральный
университет имени М. В. Ломоносова*

***Теоретические основы
психологического
консультирования***

Преподаватель: **Зелянина Анна Николаевна,**

Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии

Контакты: zelyanina-anna@yandex.ru

Моб. тел: +7-921-246-07-96

План:

1. Теории личности в психологическом консультировании.
2. Структура процесса консультирования.
Психодиагностическое интервью как основа психологического консультирования: первая встреча с клиентом, определение проблемы, определение техник консультирования.
3. Основные проблемы, с которыми работает консультант.
4. Роль и место консультанта в консультировании.

Психоаналитическое направление. Фрейдизм.

Основоположник: З. Фрейд.

Объект изучения — человек, удовлетворяющий потребности (по З. Фрейду, исключительно биологические потребности).

Предмет изучения — биологические потребности.

Причина проблем – неудовлетворенные биологические потребности, вытесненные в область бессознательного.

Методики – метод свободных ассоциаций, метод анализа оговорок, ошибочных действий и сновидений.

6 принципов классического психоанализа

1. Топографический — рассматривает соотношение сознания и бессознательного (сознание, бессознательное, предсознание);
2. Динамический — ментальные феномены это результат взаимодействия сил. Основная движущая сила конфликт;
3. Экономический — распределение и преобразование психической энергии;

4. Генетический — рассматривается происхождение и развитие психических феноменов (стадии развития по Фрейду).
5. Структурный — психический аппарат может быть разделен на несколько функциональных единиц (Id, Ego, Superego)
6. Адаптивный — изучение способов достижения цели, получения удовольствия путем нахождения объекта.

Психоаналитическое направление. Неофрейдизм.

Представители: К. Юнг, А. Адлер, К. Хорни, Г. Салливан, Э. Фромм, Э. Эриксон, А. Фрейд.

Основная движущая сила развития человека по К. Юнгу: коллективное бессознательное (определяющая роль в структуре личности), проявляющееся в виде отдельных архетипов; индивидуальное бессознательное; сознание.

Причины проблем по К. Юнгу: нарушения в динамическом равновесии сознания и бессознательного.

Методики: направлены на оптимизацию взаимодействия сознания и бессознательного (юнгианская песочная терапия, арт-терапия, имидж-терапия).

Основные движущие силы развития человека по А. Адлеру: воля к власти, комплекс неполноценности.

Причина проблем по А. Адлеру: снижение уровня активности, поиск помощи со стороны окружающих.

Методики: позволяющие выявлять ошибочные суждения о себе, о других, устранять ложные жизненные цели, формировать новые, помогающие реализовать личностный потенциал.

Основная движущая сила развития человека по К. Хорни: базальная тревога и стремление ее преодолеть.

Причины проблем по К. Хорни: высокий уровень личностной тревожности с тревожно-враждебным отношением к миру.

Методики: позволяющие выявить бессознательный конфликт и освободиться от «идеализированного Я».

Основная движущая сила развития человека по Г. Салливан – два стремления: удовлетворение (реализация биологических потребностей) и безопасность (удовлетворение личностных потребностей). Воплощение этих стремлений возможно только в контакте с другими людьми.

Объект изучения: личность как относительно устойчивая модель повторяющихся межличностных ситуаций.

Причины проблем: обусловлены особенностями взаимодействия с окружающими в каждом возрасте.

Основная движущая сила развития человека по Э. Фромму – одиночество, отчужденность, бегство от свободы.

Причины проблем по Э. Фромму: решение базовой проблемы отчуждения – обретение единства с миром и самим собой.

Методики: позволяющие помочь реализовать одновременно потребности в связях с другими людьми, потребности в созидательном творчестве, потребности в корнях (связи с семьей), потребности в своей идентичности (быть самим собой, а не копировать других), потребность в системе взглядов для объяснения сложности мира.

Основная движущая сила развития человека по Э. Эриксону – социальная детерминация, психосоциальная идентичность, кризис идентичности личности.

Причины проблем: обусловлены отдельно взятой стадией развития идентичности и тем как ведет себя «социум» по отношению к человеку. Например, в период раннего младенчества (до 1 года) главную роль в жизни ребенка играет мать, в результате чего у ребенка формируется «базовое доверие к миру». Если мать тревожна, невротична или ребенку уделяют мало внимания, то формируется базовое недоверие к миру, также эмоциональная депривация приводит к замедлению психического развития.

Поведенческое направление (бихевиоризм)

Представители: И. П. Павлов, Дж. Б. Уотсон, Б. Ф. Скиннер.

Объект — человек, демонстрирующий определенное поведение

Предмет — поведение.

Причины проблем – внешние воздействия.

Методики: позволяющие изменить стимулы и подкрепления, чтобы запрограммировать человека на требуемое поведение.

Необихевиоризм

Представители: Р. Вудворте, Э. Толмэн, К. Халл, А. Бандура, Д. Роттер.

Предмет: промежуточные переменные (потребности, ценности, контекст).

Причины проблем: нарушение равновесия между воздействием окружающей среды и промежуточными переменными.

Методики: оптимизирующие взаимодействие между промежуточными переменными и воздействиями социума.

Когнитивная психология

Представители: Д. Миллер, Д. Брунер, У. Найссер.

Объект — человек познающий.

Предмет — процесс познания, сознание, установки, стратегии мышления, высшие психические функции (внимание, память, речь, мышление).

Причины проблем: ошибки мышления (синдром маленького цыпленка, чтение мыслей, склонность все относить на свой счет, доверие своему пресс-секретарю, доверие критикам, максимализм, болезненное сравнение, а что если..., ты должен, «да, но»).

Методики: позволяющие менять установки, выявлять ошибки мышления (рациональная терапия, нейролингвистическое программирование)

Гуманистическая психология

Представители: А. Маслоу, К. Роджерс.

Объект — человек самоактализирующийся.

Предмет — мотивы, субъективное восприятие и познание действительности, процесс самоактуализации.

Причины проблем: блокирование удовлетворения потребности в самоактуализации.

Методики: помогающие удовлетворить потребность в самоактуализации.

***БЛАГОДАРЮ
ЗА ВНИМАНИЕ!***