

# Понятие

## «КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

**Психологическое консультирование** – это непосредственная работа с людьми, направленная на решение различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является определенным образом построенная беседа.

*Регистрационный номер: МП 00051-07*

*Рекомендован: МСФ и МОУ*

*Юлия Алешина.*

Понятие

«КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

■ **Психологическое консультирование** – это профессиональная помощь пациенту в поиске решения проблемной ситуации.

*Психотерапевтическая энциклопедия  
под ред. Б.Д. Карвасарского*

# Понятие

## «КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

### ■ **Психологическое**

**консультирование** – это процесс взаимодействия двух людей – клиента и консультанта, целеполагающим фактором которого является желание клиента изменить что-то в своей жизни.

*М.М. Певзнер*

# Понятие

## «КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

- **Психологическое консультирование** – это совокупность процедур, направленных на помощь человеку в разрешении проблем и принятии решений относительно профессиональной карьеры, брака, семьи, совершенствования личности и межличностных отношений.

*Лицензионная комиссия Ассоциации служащих и менеджеров США, выдающая разрешения на частную практику*

# Понятие

## «КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

---

- **Психологическое консультирование** – это профессиональное отношение квалифицированного консультанта к клиенту, которое обычно представляется как «личность - личность», хотя иногда в нем участвуют более двух человек.

*Х. Биркс*

# Понятие

## «КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

---

- В **консультировании** акцентируется ответственность клиента, то есть признается, что независимый, ответственный индивид способен в соответствующих обстоятельствах принимать самостоятельные решения, а консультант создает условия, которые поощряют волевое поведение клиента.

*Р.Кочюнас*

# Понятие

## «КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

**Консультативная психология** – раздел знаний, содержащий систематическое описание процесса оказания психологической помощи (консультирования). К.п. исходит из представления о том, что с помощью специально организованного процесса общения у обратившегося за помощью могут быть актуализированы дополнительные психологические силы и способности, которые, в свою очередь, могут обеспечить отыскание новых возможностей выхода из трудной жизненной ситуации.

*Психологический словарь под редакцией  
А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского*

# Понятие

## «КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

**Психологическая помощь** – область практического применения психологии, ориентированной на повышение социально-психологической компетентности людей и оказания психологической помощи, как отдельному человеку, так и группе, организации.

*Психологический словарь под редакцией  
А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского*



# Понятие

## «КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»:

**Консультирование** – очень неопределенное занятие: «Оно было разработано людьми, которые не могут договориться о том, как себя называть, какие рекомендации необходимы для практики или как лучше работать с чувствами, мыслями или поведением, что лучше – поддерживать клиента или вступать с ним в конфронтацию, сосредоточить внимание на прошлом или настоящем».

Джеффри Коттлер, Роберт Браун

# Суть психологического консультирования.



---

1. Построить помогающие отношения которые могут стать помогающим инструментом, как для консультанта, так и для клиента.
2. Помочь человеку раскрыть свой внутренний ресурс, который у него **всегда** есть, но к которому у него **не всегда** есть доступ.




# *Цель консультирования по Х. Бирксу*

---

- помочь клиентам понять происходящее в их жизненном пространстве и осмысленно достичь поставленной цели на основе осознанного выбора при разрешении проблем эмоционального и межличностного характера.

# Целевые категории консультирования

- **Консультирование** помогает человеку выбирать и действовать по собственному усмотрению.
- **Консультирование** помогает обучаться новому поведению.
- **Консультирование** способствует развитию личности.
- В **консультировании** акцентируется ответственность клиента, то есть признается, что независимый, ответственный индивид способен в соответствующих обстоятельствах принимать самостоятельные решения, а консультант создает условия, которые поощряют волевое поведение клиента.

- 
- 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.
  - Развивать умение завязывать и поддерживать межличностные отношения. Общение с людьми занимает значительную часть жизни и у многих вызывает трудности из-за низкого уровня их 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.

# ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ СОВРЕМЕННЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАПРАВЛЕНИЙ

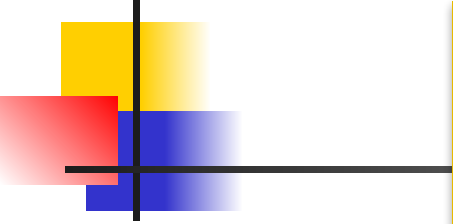
## Психоаналитическое

Сущность человека определяется психической энергией сексуальной природы и опытом раннего детства. Основу структуры личности составляют три инстанции: ид, эго и суперэго. Поведение мотивируется агрессивными и сексуальными побуждениями. Патология возникает из-за вытесненных в детском возрасте конфликтов. Нормальное развитие основывается на своевременном чередовании стадий сексуального развития и интеграции.

## Адлеррианское направление

Акцентируется позитивная природа человека. Каждый человек в раннем детстве формирует уникальный стиль жизни, человек творит свою судьбу. Поведение человека мотивируется стремлением к достижению целей и социальным интересом. Жизненные трудности способствуют формированию неблагоприятного стиля жизни. Нормальное развитие личности предполагает адекватные жизненные цели.

## Терапия поведения



Человек — продукт среды и одновременно ее творец. Поведение формируется в процессе обучения. Нормальному поведению обучают посредством подкрепления и имитации. Проблемы возникают в результате плохого обучения.

## Рационально-эмоциональная терапия

Человек рождается со склонностью к рациональному мышлению, но одновременно и со склонностью к паралогичности. Он может становиться жертвой иррациональных идей. Жизненные проблемы возникают из-за ошибочных убеждений. В основе нормального поведения лежат рациональное мышление и своевременная коррекция принимаемых решений.

## Ориентированная на клиента терапия

Акцентируется позитивная природа человека — свойственное ему врожденное стремление к самореализации. Проблемы возникают при вытеснении некоторых чувств из поля сознания и искажении оценки опыта. Основу психического здоровья составляют соответствие идеального Я реальному Я, достигаемое реализацией потенциала собственной личности, и стремление к самопознанию, уверенности в себе, спонтанности.

## Экзистенциальная терапия

Основное внимание уделяется способности человека познавать свой внутренний мир, свободно выбирать свою судьбу, ответственности и экзистенциальной тревоге как основному мотивирующему фактору, поиску уникального смысла в бессмысленном мире, одиночеству и отношениям с другими, временности жизни и проблеме смерти. Нормальное развитие личности основывается на уникальности каждого индивида.





# СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЦЕЛЯХ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

---

Психодинамическое направление

Перевести в сознание вытесненный в бессознательное материал; помочь клиенту воспроизвести ранний опыт и проанализировать вытесненные конфликты; реконструировать базисную личность.



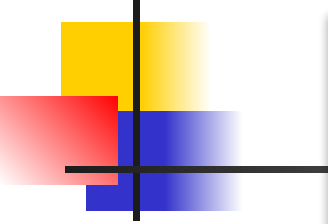
## Поведенческое

направление


Исправить неадекватное поведение и обучить эффективному поведению.

Устранить "саморазрушающий" подход клиента к жизни и помочь сформировать толерантный и рациональный подход; научить применению научного метода при решении поведенческих и эмоциональных проблем.

## Гуманистическое направление



Создать благоприятный климат консультирования, подходящий для самоисследования и распознавания факторов, мешающих росту личности; поощрять открытость клиента опыту, уверенность в себе, спонтанность.



Помочь клиенту осознать свою свободу и собственные возможности; побуждать к принятию ответственности за то, что происходит с ним; идентифицировать блокирующие свободу факторы.

## Принципы профессиональной позиции психолога-консультанта.

Человеческие отношения представляют ценность сами по себе.

- Консультирование должно удовлетворять потребность клиента в самореализации или раскрытии своей человеческой сущности, своей души.
- Консультирование не должно игнорировать имеющиеся у клиента измерения человеческого опыта, как личностного, так и духовного.

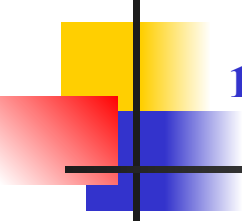


## Принципы профессиональной позиции психолога-консультанта.

---

- Задача консультанта – дать клиенту возможность соприкоснуться с его творческим потенциалом – источником жизненных сил и внутренней мудрости.
- Консультант сам является инструментом своей профессиональной деятельности, что определяет сферу его ответственности.

# Задачи консультанта:

- 
1. **Помочь** клиенту встретиться с его внутренним ресурсом, что бы им воспользоваться.
  2. **Построить** помогающие отношения
  3. **Стремиться** к глубокому пониманию другого человека.
  4. **Создать** безопасное пространство, в котором клиент мог бы выразить себя, понять себя, осознать, в чем он нуждается, что мешает ему жить в согласии с сами собой и определить как, находясь в своей актуальной жизненной ситуации, он может позаботиться о себе.



# Структура «исповеди» клиента по В.В. Столину:

---

- 1) **ЛОКУС ЖАЛОБЫ**
- 2) **САМОДИАГНОЗ**
- 3) **ПРОБЛЕМА**
- 4) **ЗАПРОС**



# Локус жалобы

---

**ЛОКУС ЖАЛОБЫ** или  
направленность **ЖАЛОБЫ**  
показывает на кого или на  
что сетует клиент и может  
быть *субъектный* или  
*объектный* соответственно



# Локус жалобы

## Вариации жалоб клиента

---

- по субъектному локусу: на супруга; на ребенка; на самого себя.
- по объектному локусу: на нарушение поведения или психосоматического здоровья (н-р: энурез, страхи, навязчивости); на психологическую ситуацию (потеря контакта, близости, понимания); на объективные трудности (с жильем, с работой)



# САМОДИАГНОЗ

---

Это объяснение клиентом причин его затруднений или проблем.

Объяснение основывается на представлениях клиента о себе, о семье, о человеческих отношениях.



# *Наиболее распространенные самодиагнозы:*

---

- «Злая воля» - негативное намерение лица, выступающего причиной нарушений или указание на непонимание этим лицом каких-либо истин.
- «Психическая аномалия» - отнесение лица, о котором идет речь, к психически больным.
- «Индивидуальное своеобразие» - понимание поведенческих особенностей как проявления устойчивых, сложившихся личностных черт.



## ***Наиболее распространенные самодиагнозы:***

---

- «Собственные неверные действия» - негативная оценка своего поведения в настоящем и прошлом.
- «Влияние третьих лиц» - бабушки, учителя, бывшего супруга и т.д.
- «Неблагополучная ситуация» - смена работы, развод и т.д.

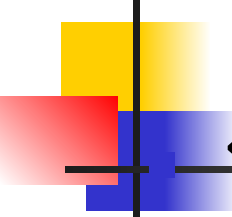


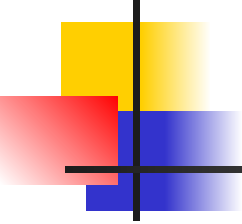
# ПРОБЛЕМА

---

Это указание клиента  
на то, что он хотел  
бы, но не может  
ИЗМЕНИТЬ.

# *Наиболее распространенные проблемы:*

- 
- «не умею, хочу научиться» (влиять, терпеть, разрешать конфликты);
  - «не понимаю, хочу понять» (ребенка, супруга ...)
  - «не знаю что делать, хочу знать» (прощать, уйти, уволиться);
  - «не имею, хочу иметь» (мужество, волю, счастье);

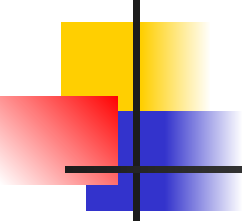


## *Наиболее распространенные проблемы:*

---

- «знаю как надо, но не могу сделать» (нужны дополнительные стимулы или ресурсы);
- «не справлюсь сам, хочу изменить ситуацию»;
- «все плохо, не знаю, как жить дальше» - возможна и такая глобальная формулировка.

# ЗАПРОС



---

Это выраженное, чаще всего во время первой сессии, представление клиента о помощи специалиста-психолога, в которой он нуждается.