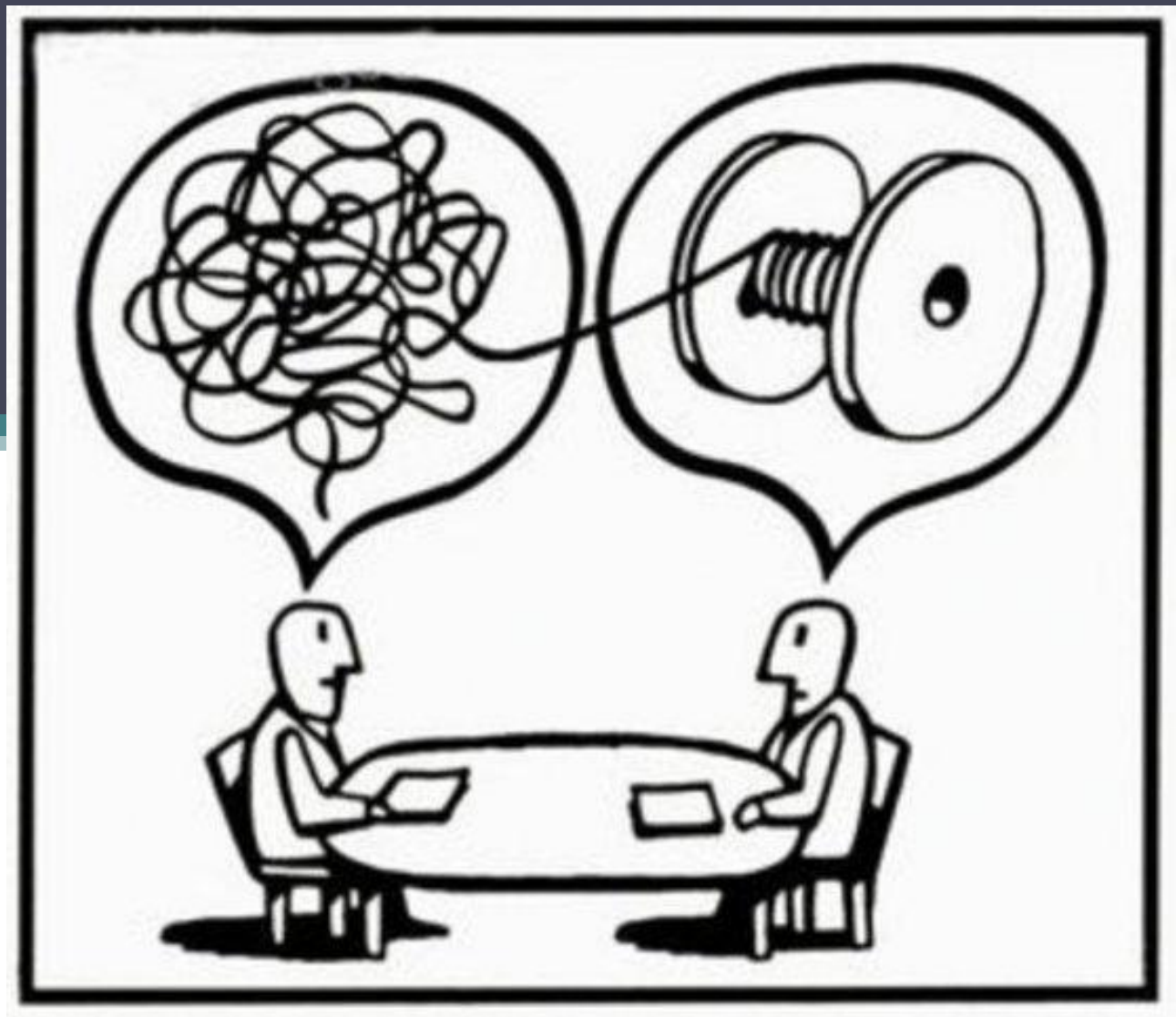
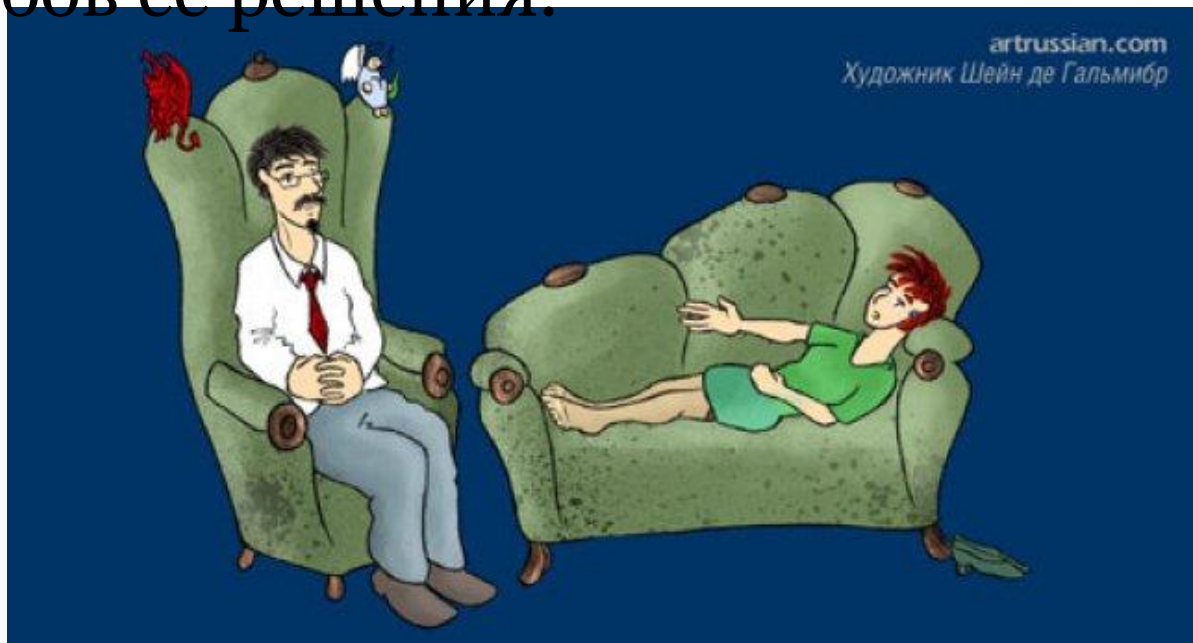
Психологическое консультирование



Психологическое консультирование –

- область практической психологии, цель которой заключается в оказании специалистом психологической помощи клиенту в ходе специально организованной беседы, направленной на осознание клиентом сути проблемы и способов ее решения.



В процессе психологического консультирования специалист должен решить ряд задач:

- изучить личность клиента;
- выявить суть проблемы;
- определить наличие ресурсов у клиента для решения проблемы;
- сформулировать цель (как клиент поймет, что проблема решена);
- создать совместно с клиентом алгоритм достижения цели;
- добиться осознания клиентом причин возникновения данной проблемы;
- обучить клиента способам предупреждения подобных проблем в будущем;
- предоставить информацию клиенту, в случае необходимости, о его личностных особенностях и сути проблемы.

Специфика психологического консультирования определяется радом параметров:

- кратковременность личных контактов клиента со специалистом (одна –три);
- эпизодичность данных контактов;
- практическая завершенность каждой встречи клиента с психологом-консультантом;
- активность клиента в процессе консультирования;
- самостоятельность действий клиента по решению проблемы после консультации в соответствии с рекомендациями специалиста.

В некоторых случаях психологическое консультирование может продолжаться более чем три встречи, однако, это следует рассматривать как исключение. Например, если у клиента высокий уровень агрессивности, неуверенности и он не может справиться с проблемой на начальном этапе. Кроме того, у него может выявиться в результате исследования не одна, а несколько проблем, тогда решение каждой проблемы может потребовать определенное количество времени и встреч.

Виды психологического консультирования:

- индивидуальное консультирование
- супружеское консультирование
- семейное
- профконсультирование
- оргконсультирование

Индивидуальное консультирование

(проблемы личностного роста, внутренние конфликты, страхи, психологические травмы, проблемы межличностных отношений);

Супружеское консультирование

(проблемы взаимоотношений, сексуальные проблемы; состояния до или после развода);

Семейное консультирование

(проблемы взаимоотношений с настоящими или бывшими (в случае развода) родственниками, психолого-педагогические проблемы, проблемы взаимоотношений с детьми);

Профконсультирование

(выбор профессии, совершенствование способностей, необходимых для успешного осуществления профессиональной деятельности, повышение работоспособности);

Оргконсультирование

кадровая политика, имидж фирмы, повышение производительности труда, взаимоотношения с партнерами. Выделение видов консультирование возможна основе количества присутствующих клиентов. В это случае выделяют: *индивидуальное, групповое виды консультирования*. В отдельную группу можно выделить дистанционные виды консультирования: *консультирование по телефону, переписка.*

Факторы, влияющие на эффективность психологического консультирования.

- Личностный
- Временной
- Пространственный
- Экономический.

Личностный фактор.

«Без много может обойтись человек, но только не без человека» (Л. Берне). Но когда люди «не совпадают», когда мелодии их душ не звучат в унисон, им не только можно, но и должно обходиться друг без друга.

Фактор времени.

Клиент в силу объективных причин может не располагать достаточным временем для решения проблемы (несовпадение свободного времени клиента с режимом работы центра, ненормированный рабочий день клиента, состояние его здоровья)

Пространственный фактор

(удаленное место проживания клиента от консультации, смена места жительства).

Экономический фактор.

В том случае, если консультация, в которую обратился клиент, частная, а его финансовое положение оставляет желать лучшего, то отсутствие свободных денежных средств может стать реальным препятствием для решения существующих психологических проблем.

Любой процесс возможно представить в виде последовательно сменяющихся друг друга этапов.

- Первый этап. **Начало работы.**
- Второй этап. **Сбор информации.**
- Третий этап. **Стратегический:**
- Четвертый этап. **Реализация плана клиентом.**

Первый этап. **Начало работы.**

Встреча консультанта с клиентом. Знакомство. На этом этапе должны обсудить такие вопросы как: частота встреч, время, время завершения отношений, вопрос конфиденциальности.

Второй этап. **Сбор информации.**

Цель данного этапа заключается в диагностике личности клиента (беседа, наблюдения, тесты), определение ресурсов клиента, прояснение сути проблемы.

Третий этап. **Стратегический:**

Определение возможных решений проблемы, согласование плана действий, определения способов контроля за реализацией намеченного плана.

Четвертый этап. **Реализация плана клиентом.**

Выполняется клиентом самостоятельно, без участия специалиста.

Каждому этапу соответствуют определенные процедуры и техники, применение которых способствуют максимальному достижению успеха психологической консультации.

Под ***процедурами*** в психологическом консультировании принято понимать группы приемов ведения специалистом клиента, объединенные по целевому назначению, с помощью которых решается одна из задач данного этапа. Каждой процедуре соответствуют определенные ***техники*** – специальные приемы, применяемые консультантом для решения задач процедур на каждом из этапов психологического консультирования.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!