

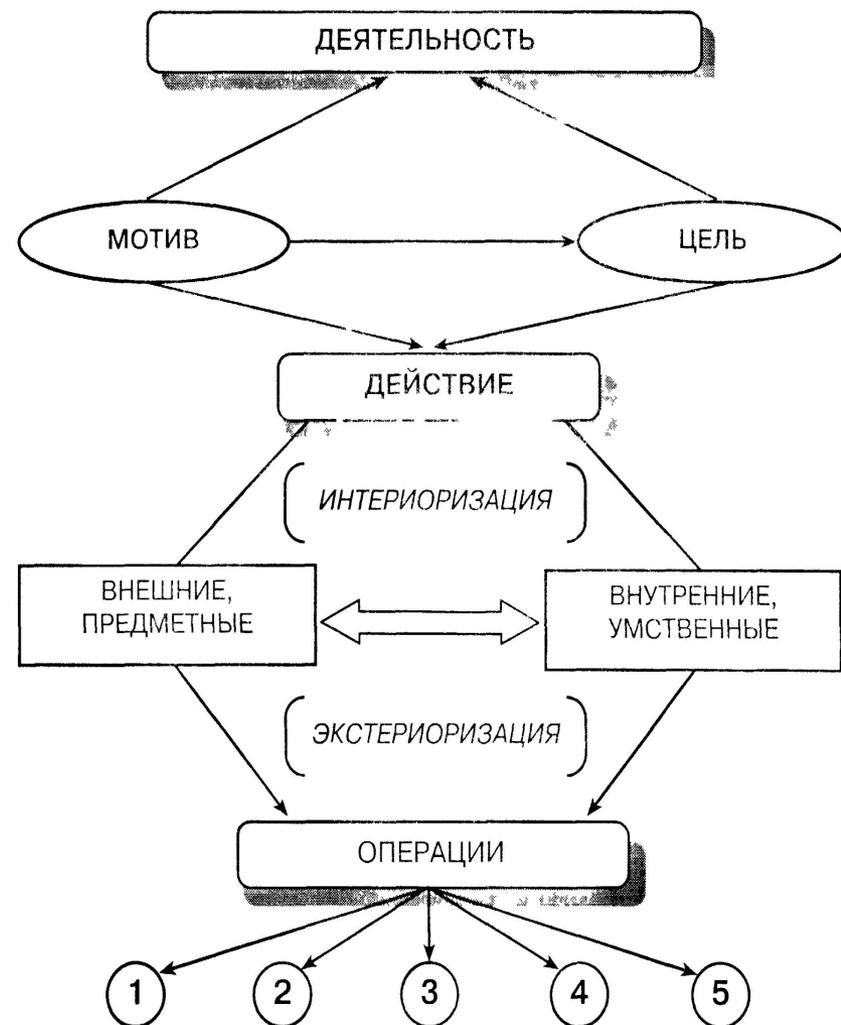
# Этапы консультирования

Действие — это процесс, направленный на реализацию **цели**, которая, может быть определена как **образ желаемого результата**. Цель в данном случае — это **сознательный образ**. Выполняя определенную деятельность, человек постоянно держит этот **образ у себя в сознании**. Действие — это сознательное проявление активности человека. Исключениями являются случаи, когда у человека в силу определенных причин или обстоятельств нарушена **адекватность психической регуляции поведения**

Подробнее:

[http://bookap.info/genpsy/maklakov\\_obshchaya\\_psihologiya/gl6.shtm](http://bookap.info/genpsy/maklakov_obshchaya_psihologiya/gl6.shtm)

## Структурная схема деятельности



# Нарушения саморегуляции

- Сопротивления – это **импульсивное**, не осознаваемое или не полностью осознаваемое **действие** (или бездействие), **препятствующее удовлетворению собственных потребностей**.
- Часть потребностей человека связаны с изменениями себя, часть с сохранением своей привычной картины мира или привычных отношений. Если одна из этих потребностей пребывает вне зоны осознания, то **конфликт потребностей не осознан**. Сознательного выбора между этими потребностями человек сделать не может, и тогда поведение, направленное на удовлетворение осознаваемой потребности, оказывается непродуктивным.
- У сопротивления есть позитивная **«защитная»** составляющая и **«психологическая цена»**, то чем сопротивление мешает человеку жить, их баланс не всегда сбалансирован.

- Живые организмы постоянно взаимодействуют со своей средой обитания, посредством системы рецепторов они получают стимулы из внешнего мира, с помощью системы эффекторов реагируют на них. Обе эти системы тесно переплетены между собой и образуют функциональный круг живого организма, его мир.

- 1 этап. Установление контакта
- 2 этап. Сбор информации
- 3 этап. Отреагирование желаемого результата

## 2 этап. Сбор информации

- «Придя в кабинет консультанта, клиенты очень различаются степенью восприимчивости и готовности к тому, чтобы их действительно узнали. В моменты дистресса, полная погруженность в работу наиболее вероятна, но во многих других случаях клиент отстраняется, скорее докладывая о себе, чем искренне раскрывая собственное бытие в данный момент »

# Основные уровни беседы

Дж. Бьюджентайлль Искусство  
психотерапевта. – СПб: Питер, 2001



# Формальное общение

- Соблюдение обычаев своей культуры. которое человек использует общаясь с авторитетными людьми, с теми, кто, обращает внимание только на внешнюю сторону, стремление произвести впечатление.

# Поддержание контакта

- Форма поверхностного участия, фактическая информация (возраст, образование, номер телефона и т.д.). Внимание к присутствию клиента (как проходит типичный для него день).

# Стандартная беседа

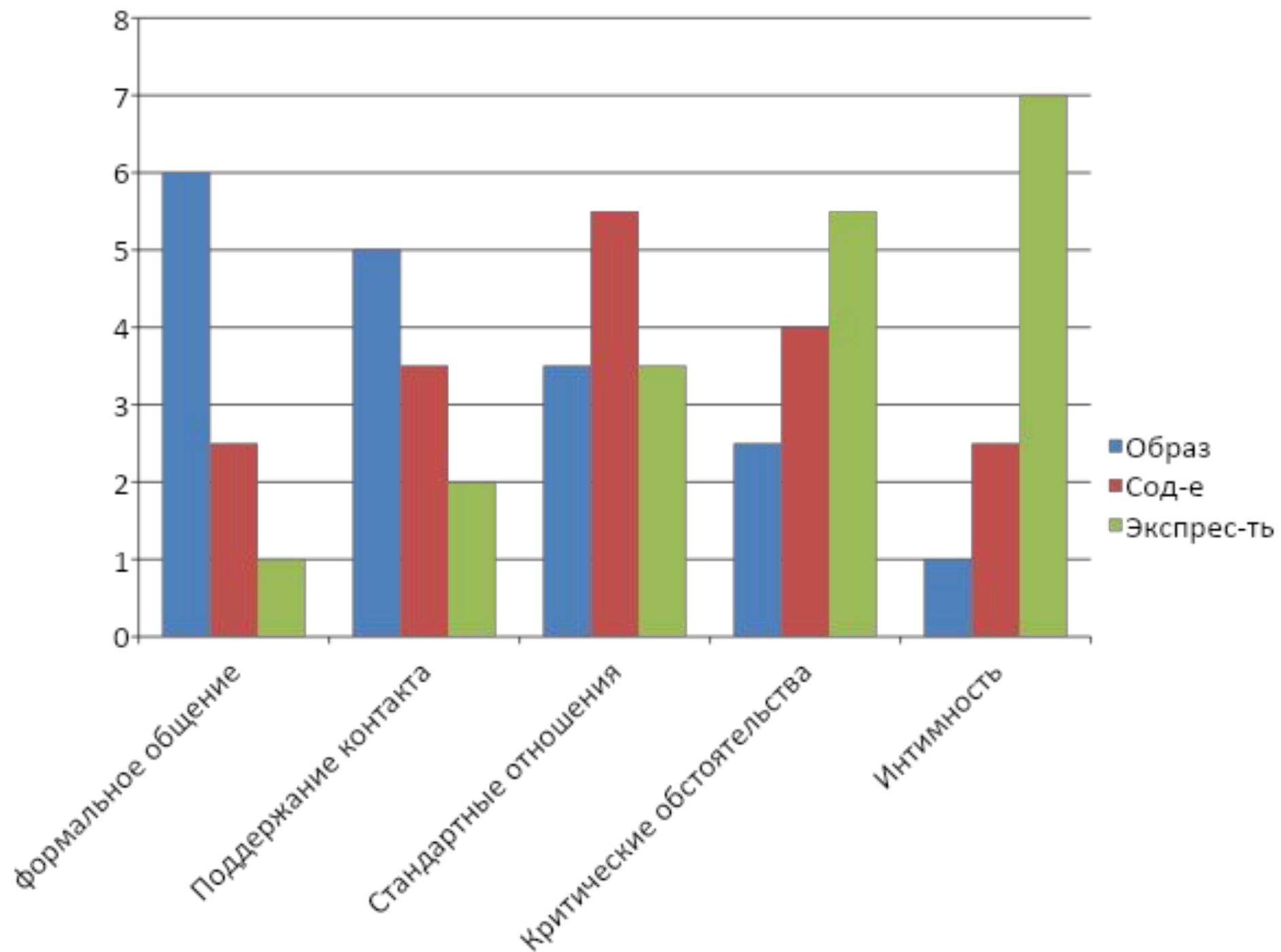
- Равновесие между заботой об имидже и вовлеченностью в выражении внутренних переживаний. Искренняя, но ограниченная личностная вовлеченность.

# Критические обстоятельства

- Большая часть психотерапевтической работы проходит на уровне критических обстоятельств.
- Клиент пытается выразить свои внутренние переживания и когда терапевт искренне отвечает клиенту на том же уровне глубины.
- Типичны сильные актуальные эмоции, а не только воспоминания о них. Часто клиент сам себе задает вопросы.

# ИНТИМНОСТЬ

- Клиент захвачен выражением своих внутренних переживаний, что практически не заботится о сохранении своего имиджа и с готовностью воспринимает все то, что может сказать психотерапевт.
- Психотерапевт в полной мере воспринимает то, что выражает клиент, его интуиция предельно обострена.
- Возможна конфронтация с паттернами, сформировавшимися в течение всей жизни, преобразование способа «быть живым».



# Межличностное давление

- Всякий раз когда мы с кем-нибудь разговариваем, мы стремимся, осознанно или нет, что-то изменить в себе (например, понимание этого человека, чувство неуверенности относительно того, что делать дальше) или другого человека (например, его взгляд на свои способности паниковать при возникновении конфликта)

# Клавиатура межличностного давления

- Первая октава – слушание (молчание, перефразирование, отражение очевидного, открытые вопросы)
- Вторая октава – руководство (выбор части, информирование, равноценные альтернативы, предложение тем, сфокусированные вопросы)
- Третья октава – инструктирование (рациональные советы, поддержка, разубеждение, обучение, неравноценные альтернативы, указания)
- Четвертая октава – требование (настоятельная просьба, одобрение, вызов, команда, отвержение)

# Критерии для обозначения **Цели** (результата):

- **конкретность** – описывает действия и видимые результаты, к которым хочет прийти клиент;
- **мотивируемость** – желаемая самим клиентом, у него есть (эмоциональная) энергия для ее реализации;
- **достижимость** – затрагивает реальные возможности клиента;
- **личная ответственность** – результаты и действия зависят от самого клиента, а не от поведения других людей, описывает вклад самого клиента в создание ситуации.

**Актуальная ситуация**  
(что сейчас происходит, относительно цели )

**- для актуального  
состояния:**

- 1) состояние клиента на данный момент относительно цели;
- 2) способ действия в метафоре;
- 3) качественные характеристики главного образа в метафоре;

**- для анализа ранее  
сформированных  
особенностей восприятия  
ситуации:**

- 4) типичность способа действия в похожих ситуациях;
- 5) провокаторы – факторы (внешние и внутренние), способствующие проявлению актуального проблемного состояния.
- 6) степень реакции на провокаторы, как показатель силы проявления симптома (легкая, умеренная, тяжелая,

Уровни саморегуляции и  
осознавания  
(адекватность состояния и  
поведения клиента цели,  
действиям, ситуации)

# 1 уровень (встреча с ситуацией)

«Я и провокаторы, внимание на провокаторе более, чем на цель»	«Я с поддержкой» внимание поглощено целью
Неадекватная реакция на внешнюю ситуацию нарушает реализацию поставленной цели	Адекватная реакция позволяет достичь цель с учетом внешней поддерживающей среды
(экстернальное , в данный момент спровоцированное или интернальное, ранее сформированное , внутреннее состояние).	

# 2 уровень (уход или решение)

<p><b>«Старый опыт, внимание на самом себе , отводит от цели»</b> <b>Мотив самоутверждения, саможаления и реакции в ситуации воздействия провокатора</b></p>	<p><b>«Новый опыт, ведущий к цели»</b> <b>Мотив изменения, внешняя открытость как реакция в ситуации поддержки</b></p>
<p>Не адекватные действия (операции) не приводят к поставленной цели</p>	<p>Адекватные , поисковые, творческие действия приводят к поставленной цели или ее корректируют</p>
<p>Эмоции незавершенного, невозможного действия</p>	<p>Эмоции завершенного, «возможного» действия и результата</p>

