

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОКАЗАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ

© О.В. Защирина, кандидат психологических наук, доцент

© Факультет психологии, ФГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский
государственный университет»

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

1.

Готовый план действий для каждой встречи:

- какая информация нужна;
- чего хочется достичь в конце встречи;
- как эта консультацию включена во всю систему помощи клиенту.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

2.

Удерживать себя от работы с лишней информацией.

- избегать бесцельных бесед;
- избегать сбора ненужной информации.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

3.

Каждый вопрос задаётся с какой-то целью:

Мать: «Он плохо встаёт».

Консультант: «А когда он хорошо встаёт?»

НАДО:

Консультант: «Что происходит, когда он встаёт?
Как вы поступаете в этом случае?»

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

4.

Исследуется информация и ищутся закономерности.

Например,

- все члены семьи кричат и угрожают друг другу;
- повторяющиеся эмоциональные реакции.

Что отражает/не отражает закономерности.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

5.

Используются открытые вопросы. Они помогают получить информацию.

- Расскажите...
- Еще хотелось уточнить...
- Как Вы считаете...

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

6.

Создавайте рабочие гипотезы (стохастический метод)

Выдвигать предположения и обсуждать с клиентом.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

7.

Различайте логические и психологические
объяснения.

Психологические: «Он – нервный ребенок»

«Я была такой уставшей»

«Муж ведет себя подозрительно»...

Они мало конструктивны.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

8.

Выделять слова, в которых отражены
глубинные установки.

Например,

- Я привыкла к этому...
- Твердила сотни раз. Не реагирует...
- После моих скандалов затихает на месяц...

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

9.

Исследовать структуру семьи.

Разъяснить, зачем консультант задает вопросы о составе семьи, её членах и пр.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

10.

Использовать приём «Типичный день».

Попросить описать типичный день в семье:
действия, реакции, разговоры, проблемы...

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

11.

Избегать борьбу за влияние с клиентом:

- консультант «бессилен» «заставить» клиента;
- консультант не может настаивать на своей правоте;
- при активном сопротивлении клиента лучше порекомендовать ему другого специалиста.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

12.

При необходимости прервать клиента.

Например,

- «Можно уточнить, я немного не понял...»
- «Прежде чем мы будем обсуждать дальше...»
 - Можно мы вернёмся немного назад...»

**Активное вмешательство - улучшает динамику,
содержание, глубину оказания помощи.**

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

13.

Указывать на суть.

Помочь клиенту в понимании своего поведения, переживаний, отношения, основных признаков проблемной ситуации.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

14.

**Распознавать и учитывать 4-е цели
неправильного поведения клиента:**

- 1) добивается внимания;
- 2) добивается власти;
- 3) мстит;
- 4) признания симулированной неполноценности.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

15.

Давать конкретные рекомендации.

Рекомендации должны быть:

- конкретны;
- разъяснены по подробностей;
- осознаны и точно поняты.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

16.

Предлагать ограниченное количество рекомендаций.

- 1-2 рекомендации за одну встречу;
- клиент должен быть уверен, что сможет применить рекомендации.

Выполнение рекомендаций – повышение уверенности в позитивных изменениях.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

17.

Предлагать использовать семейный опыт.

Конструктивно использовать членов семьи в семейном совете, когда снизится уровень агрессии между ними.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

18.

Предложить присоединиться к деятельности районного центра, занятия в группе взаимопомощи, психотерапевтической группе.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

19.

Укреплять семью и её уверенность в себе.

Предложить позитивные установки.

Учить членов семьи одобрять друг друга,
поддерживать.

РЕКОМЕНДАЦИИ КОНСУЛЬТАНТУ

(по Б.Б. Грюнвальд, Г. В. Макаби, 2008)

20.

Планировать следующую консультацию.

Спросить о пожеланиях клиента.

Назвать дату и время следующей встречи.