



УНИВЕРСИТЕТ
ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Типовые приемы в консультировании

Поток 2015

Десенсибилизация

Страхи, тревоги



Негативное подкрепление



Проблемное
поведение

Расширьте рассматриваемые альтернативы

Молодой человек: хочу с ним
хороших отношений и замуж.
Как?



Найди еще трех



Решение личных ситуаций
легче найти, если их
перевести в бизнес-контекст

Выйти замуж – это про продажи.

Разводиться – это про смену
работы...

Младенцы – это заготовки для
воспитания.



Уйти с работы?

Уйти с работы

Остаться на
работе

Что особенно не
устраивает?
Что особенно
держит?

Плюсы и минусы:

- Что получу, если уйду?
- Что потеряю, если уйду?
- Что получу, если не уйду?
- Что потеряю, если не уйду?

К сложным расчетам клиенты не готовы



Не увлекайтесь подсчетом плюсов и минусов. Обычным клиентам эта арифметика не доступна.

Плюсы и минусы:

- Что получу, если уйду?
- Что потеряю, если уйду?
- Что получу, если не уйду?
- Что потеряю, если не уйду?

ПРИКИНЬТЕ – И РЕШИТЕ САМИ!

Расширьте рассматриваемые альтернативы

Уйти с работы

Остаться на работе

Найти другую работу

- На что на работе рассчитываю? (Деньги, отношения...)
- Что можно и нужно сделать, чтобы это получить?
- С какого уровня снижения я начну искать другое место?
- Когда и как я начну это делать?

Менять супруга?

Расстаться

Остаться...

Что особенно не
устраивает?
Что особенно
держит?

Плюсы и минусы:

- Что получу, если уйду?
- Что потеряю, если уйду?
- Что получу, если не уйду?
- Что потеряю, если не уйду?

Менять супруга?

Расстаться
совсем

Остаться

Уйти, чтобы
искать
другого?

- На что в отношениях рассчитываю? (функции жены и мужа)
- Что можно и нужно сделать, чтобы это получить?
- С какого уровня снижения я начну искать другую кандидатуру?
- Когда и как я начну это делать?

Возвращайте к реальности

Расстаться
совсем

Остаться

Искать
другого?

- На что в отношениях рассчитываю? (функции жены и мужа)
- Что можно и нужно сделать, чтобы это получить?
- С какого уровня снижения я начну искать другую кандидатуру?
- Когда и как я начну это делать?

Какие у меня шансы найти другого?

Менять супруга?

Расстаться
совсем

Остаться

Оставаться в
отношениях, но начать
искать другого?

Как работник, вы
всегда имеете право
искать другую работу





УНИВЕРСИТЕТ
ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Фокусы в работе консультанта

Поток 2015

Фокусы в работе консультанта



Если у вас решение вопроса
отсутствует...

Если трудно определиться, какая из
гипотез вернее?

Если непонятно, какое решение
предпочтительнее?

Короче, если непонятно что делать?

В этом случае многие специалисты
устраивают ФОКУСЫ.



Фокусы психотерапевтов



Создай проблему,
реши проблему,
сделай внушение:
«Теперь у тебя все будет хорошо!»

Все дело в твоих родителях, они запрещали тебе выражать свои эмоции. Поэтому у тебя теперь стоит блок, мешающий тебе любить (строить отношения, быть творческим, принимать себя...) Далее маленький сеанс психодрамы, клиент прокричался, после дыхательной прокачки в голове посветлело. Терапевт убежден: «Теперь все в порядке!»

Фокусы психотерапевтов



Навскидку кидаю гипотезы,
следи за глазами. Где будет
эмоциональный отклик – лови!
Развивай именно эту тему,
клиенту она кажется живой!

Фокусы психотерапевтов

Спроси подсознание клиента, какой выбор более правильный. Клиент своему подсознанию верит, да и ответственность – на нем!



Фокусы в работе консультанта



Научи чему-то интересному и полезному, хотя бы этого и не было в запросе клиента. Хоть какая-то польза!