**Контрольная работа**

**ТЕМА: Личность консультанта в процессе психологического консультирования**

2004 г.

**Содержание**

Введение

# 1. Совокупность подходов к отношениям консультант-клиент в разных психологических направлениях

2. Модель личности консультанта.

Заключение

Приложение

Список литературы

**Введение**

Психологическое консультирование направлено на решение разных задач, которые выполняют практические психологи. Методы консультирования требуют от психологов разных профессиональных знаний и навыков. В какой-то мере они выражают различные подходы при обслуживании клиентов, разные профессиональные убеждения, связаные с профессиональными различными ценностями и критериями.

Очевидно, что в неумелых, нечестных или недобрых руках диагностические данные могут причинить серьезный ущерб интересам, здоровью или достоинству клиента. Как сделать так, чтобы результаты психологического консультирования, по меньшей мере, не наносили вред клиенту, а в лучшем случае, решали задачи психологической коррекции, изменения представлений и отношений клиента, оптимизации его состояния, облегчения болезненных переживаний, поиска ресурсов клиента, возможностей разрешения проблем, создавали дополнительные условия для адаптации, преодоления кризисных ситуаций? Обобщая сказанное, подчеркнем, что эффективность консультативного контакта определяется свойствами личности, профессиональными знаниями и специальными навыками консультанта, каждый из этих данных факторов обеспечивает качество консультирования.

В связи с вышесказанным **цель** данной работы формулируется следующим образом: проанализировать к личности современного консультанта в процессе психологического консультирования.

Для решения поставленной цели в представленной работе будут решаться следующие задачи:

**1.** Обзор теоретических основ к отношениям консультант-клиент в различных психологических направлениях.

**2**.Дать характеристику возможной модели личности консультанта.

Непременными составляющими композиционной структуры данной работы выступают: введение, заключение и приложения, а также составлен словарь основных понятий по данной теме и список использованной литературы. Во введении представлена цели работы и её структура. В заключении приводится материал, полученный в результате воплощения поставленных целей. В приложении представлены материалы в виде таблиц и обобщений.

# 1. Совокупность подходов к отношениям консультант-клиент в разных психологических направлениях

Мир современного психологического консультирования и психотерапии – это около пятисот разновидностей активной психологической работы и психологической помощи пациентам и клиентам. Каждую из этих разновидностей отличает особый язык и круг понятий, особые методы, приемы и техники работы, особая практика консультативного и психотерапевтического общения. Такая ситуация складывалась постепенно, на протяжении десятков лет, начиная с конца ХIХ века, когда новаторские исследования З. Фрейда очертили сферу психоанализа – первой разновидности вневрачебной психотерапии; психоанализ, по убеждению своего основоположника, являлся «не специализированной областью медицины… частью психологии, конечно, не всей психологией, но ее подразделом…».

Последующее развитие данной сферы практической психологии теснейшим образом связано с дифференциацией всего корпуса психологического знания, с возникновением основных направлений и школ современной психологии – глубинной, поведенческой, когнитивной, экзистенциальной, гуманистической и трансперсональной. Параллельное и координированное развитие психотерапии-консультирования и психологии, неизменное присутствие психологического компонента в составе психотерапевтических-консультативных практик иллюстрируют содержательные и генетические связи психотерапии-консультирования и психологии и, прежде всего, психологии личности. Таким образом, в психологическом консультировании роль карты – ориентира выполняют теории личности, открывающие широкую перспективу понимания проблем клиента и указывающие эффективные методы их разрешения.

Создавая сферу психотерапии-консультирования в качестве раздела практической психологии, ее основоположники – от З. Фрейда и К.Г. Юнга до К. Роджерса и Р. Мэя – указывали на непременность ее теоретической, концептуальной составляющей, на чрезвычайную значимость психологического знания для практической психотерапевтической и консультативной работы. Так, Р. Мэй писал: «… нам следует начать с определения понятия «личность». Сознательно уклонившись от такого определения, консультант сформулирует его для себя бессознательно, невольно, исходя, из предположения, что клиент должен развить в себе личностные качества хотя бы своего консультанта, или любимого героя, или черты характера, считающиеся идеальными для данной национальной культуры. Мудрый терапевт сознательно и разумно нарисует портрет личности, не доверяя такое серьезное дело причудам подсознания».

Отношение между теорией и практикой в сфере психологического консультирования, отношение практиков к теоретическим концепциям и моделям с самого начала и по настоящее время оформляется двояким образом – либо как репродуктивное, либо как продуктивное отношение. В первом случае акцент ставится на воспроизведении в практике той или иной традиции психологического теоретизирования, того или иного психотерапевтического мифа (от психоаналитического до трансперсонального). Во втором случае акцент переносится на создание, порождение нового способа, новой формы такого теоретизирования или мифотворчества. Если репродуктивное отношение между теорией и практикой, между психологией и психотерапией-консультированием обеспечивает существование традиционных школ и направлений в этой сфере, то продуктивное отношение обеспечивает возникновение новых разновидностей психотерапии-консультирования. В зарубежной (прежде всего Западной) психологии оба эти отношения представлены весьма полно: наряду с направлениями и школами, существующими десятки лет, мы видим непрестанное возникновение десятков, а теперь уже и сотен новых разновидностей психотерапии-консультирования. Такова вполне благополучная и естественная ситуация допарадигмальной стадии развития данной сферы практической психологии на Западе.

Совершенно иная ситуация наблюдается в отечественной психологической науке. Развитие данного раздела практической психологии на протяжении советского периода российской истории, по своей продолжительности вполне сопоставимого с периодом развития психологии-консультирования в целом, было весьма драматичным. Идеологическая и педагогическая ангажированность психологии в СССР обусловила сначала ликвидацию традиционных разновидностей психологической практики (особенно показательна в этой связи судьба психоанализа в Советской России). В условиях тоталитаризма формировались лишь такие психологические направления и школы, которые, несмотря на всю свою психологичность и обращенность к человеку, оказались абсолютно неспособными служить теоретическим основанием реальной практики психотерапии-консультирования.». Однако это изменение предельно отчетливо выявило проблему соотношения отечественного и мирового наследия в области психотерапии-консультирования, проблему репродуктивного и продуктивного отношения отечественных психологов и психотерапевтов к этому наследию. Данную проблему можно сформулировать в виде следующего перечня вопросов. Возможно ли продуктивное отношение отечественного психолога (психотерапевта-консультанта) к существующим в данной сфере практической психологии направлениям и школам? Существуют ли отечественные разработки, которые можно сделать теоретическим основанием для психотерапии-консультирования?

Поставленные вопросы - это работа других контрольных работ. Тем не менее, каждая из теорий выполняет четыре основных функций: обобщает накопленную информацию; делает более понятными сложные явления; предсказывает последствия разных обстоятельств; способствует поиску новых фактов. Эти функции вполне подходят к любой теории лежащей в основе консультативной практики. Каждый консультант на основе практики «конструирует» свою теорию, которая чаще всего опирается на уже известные теоретические парадигмы, или ориентации: психоаналитическую, поведенческую, экзистенциально- гуманистическую ( Приложение 1.) с накоплением опыта постоянно происходит корректировка , расширение , укрепление теоретической базы. От чего зависит выбор той или иной теоретической ориентации? Прежде всего, его определяет точка зрения консультанта на природу человека. От нее зависит характер ответов на принципиальные вопросы:

* Что есть человек?
* Какие врожденные тенденции ему свойственны?
* Свободен ли выбор человека при любых обстоятельствах или же он определяется наследственностью и событиями прошлого?
* Существуют ли предпосылки изменения человека и как он может измениться?

Ответы на эти вопросы определяют, как консультант понимает структуру личности, детерминацию поведения, генезис патологии, перспективу нормально развития.

Брамер, Шостом (1982) подчеркивают, что консультант, не усвоивший теоретические основы своей, профессии, не ознакомившийся с исследованиями, выполненными в данной области, не сможет ничего сделать для клиента кроме применения частной техники, построенной на интуиции.

**2. Модель личности консультанта**

Консультирование – это переговоры психолога или психотерапевта и клиента (клиентов) на его языке с целью оптимизации его (их) функционирования. В итоге от консультативного контакта зависит окончательный эффект и результат работы консультанта. Отсюда вопрос: «Кто такой консультант, от которого зависит многое, а скорее главное в союзе с клиентом; что представляет собой консультант, какие требования предъявляют ему, как личности, что делает его профессиональным помощником в запутанных проблемах других людей?»

О психологии консультирования Эйдемиллер пишет: «Консультирование является полимодальной духовной практикой, соединивший в себе религию, медицину, вообще психотерапию в частности, педагогику.. психологию, этику и политику. …Политика и консультирование близки тем, что способны оказывать влияние на человека. Без этого качества не может быть эффективного политика и консультанта».

Сдерживающим моментом, предотвращающим злоупотребление властью и влиянием, являются фундаментальные параметры личностного и профессионального измерения консультанта. Исследований в этой области достаточно много, однако, однозначного ответа, к сожалению, нет. Очень часто при описании успевающего консультанта, как профессионалы, так и клиенты употребляют бытовые понятия: «открытый», «теплый», «внимательный», «искренний», «гибкий», «терпимый». Предпринимались попытки выделить свойства личности, необходимые консультанту для работы по профотбору. Национальная ассоциация профессиональной ориентации США выделяет следующие свойства личности (1990):

* Проявление глубоко интереса к людям терпение в общении с ними;
* Чувствительность к установкам и поведению других людей;
* Эмоциональная стабильность и объективность;
* Способность вызвать доверие других людей;
* Уважение прав других людей.

1964г. Комитет по надзору и подготовке консультантов установил следующие шесть качеств личности:

* Доверие людям;
* Уважение ценностей другой личности;
* Проницательность;
* Отсутствие предубеждений;
* Самопонимание;
* Сознание профессионально долга.

К особо вредным для консультанта чертам по материалам того же источника, относят:

* Авторитарность;
* Пассивность;
* Зависимость;
* Замкнутость;
* Склонность использовать клиентов для удовлетворения своих потребностей;
* Неумение быть терпимым к различным побуждениям клиентов;
* Невротическую установку в отношении денег.

В одном из своих исследований в 1954 году Гоббс установил, что преуспевающий консультант *воспринимает других как способных решать собственные проблемы* и принимать на себя ответственность, как предпочитающих отождествляться с людьми, а не предметами.

Таким образом, можно поставить следующий вопрос: «Какова возможная модель Личности эффективного консультанта?» Скорее всего, исходя и того, что каждый человек по своему уникален, консультант тоже является уникальной личностью, и речь, конечно, пойдет, о «подвижной» модели, поскольку каждый профессионал имеет право ее дополнить. Рассмотрим факторы, способные составить остов такой модели.

**Аутентичность**

Аутентичность является стержневым качеством консультанта и важнейшей экзистенциональной ценностью. Выделяется три основных признака аутентичного существования:

* Полное осознание настоящего момента;
* Выбор способа жизни в данный момент;
* Принятие ответственности за свой выбор.

Это способность быть самим собой как в непосредственных реакциях, так и в целостном поведении. Аутентичный человек позволяет не знать все ответы на жизненные вопросы, если их действительно не знает. Он не ведет себя как влюбленный человек, если в данный момент отсутствует враждебность. Трудности большинства людей в том и заключаются, что они много энергии расходуют на проигрывание ролей, на создание внешнего фасада, вместо того чтобы использовать ее на решение реальных проблем, если консультант выполняет роль только технического эксперта, отделяясь от своих личных реакций, ценностей, чувств, консультирование будет стерильным, а его эффективность сомнительной. Соприкасаться с жизнью другого человека (клиента) можно, только оставаясь живыми людьми.

Аутентичность – это и огромный интерес консультанта к самому себе, реализуемое с помощью личной психотерапии, супервизии и участие в Баллинтовских группах.

С. Шервиз (1999г.) говорила на своем выступлении на международной конференции: «Идеальная личность консультанта или психотерапевта – это скорее мечта, в то время как в реальности важно, каким образом специалист обретает свою аутентичность, выстраивая контекст интерсубъективных отношений с клиентом…» Аутентичный консультант наиболее подходящая модель для клиентов, служащая примером гибкого поведения.

**Открытость собственному опыту**

Открытость понимается не в смысле откровенности перед другими людьми, а как искренность в восприятии собственных чувств. Социальный опыт учит нас отрицать, отбрасывать свои чувства, особенно отрицательные. Ребенку говорят: «Замолчи, большие дети (или мальчики) не плачут!» Взрослым окружающие говорят то же: «Не плачь! или «Не нервничай!» Давление окружающих заставляет вытеснять печаль, раздражительность, злость. Эффективный консультант не должен отгонять любые чувства, в том числе и отрицательные. Только в каком случае можно успешно контролировать свое поведение, поскольку вытесненные чувства становятся иррациональными, источником неконтролируемого поведения. Когда мы осознаем свои эмоциональные реакции, то можем сами выбирать тот или иной способ поведения в ситуации, а не позволять неосознанным чувствам нарушать регуляцию нашего поведения. Консультант способен содействовать позитивным изменениям клиента, только когда проявляет терпимость ко всему разнообразию чужих и своих эмоциональных реакций.

**Развитие самопознания.**

Ограниченное самопознание означает ограничение свободы, а глубокое самопознание увеличивает возможность выбора в жизни. Чем больше консультант знает о себе, тем лучше поймет своих клиентов, и наоборот – чем больше консультант познает своих клиентов, тем глубже понимает себя. Как говорит Е.Кеннеди (1977): «Неумение услышать, что творится внутри нас, увеличивает подверженность стрессу и ограничивает нашу эффективность, кроме того, возрастает вероятность пасть жертвой удовлетворения в процессе консультирования своих неограниченных потребностей. Очень важно реалистично относиться к себе» Ответ на вопрос, как можно помочь другому человеку, кроется в самооценке консультанта, адекватности его отношения к собственным способностям и вообще к жизни.

**Сила личности и идентичность.**

Консультант должен знать, кто он таков, кем может стать, чего хочет от жизни, что для него важно по существу. Он обращается к жизни с вопросами, отвечает на вопросы, поставленные ему жизнью, и постоянно подвергает проверке свои ценности. Можно выделить ряд основных вопросов: «Какой я консультант?»; «Что обусловило мой выбор?» «Что позволяет считать меня эффективным консультантом?» Как в профессиональной работе, так и в личной жизни консультанту не следует быть простым отражением надежд других людей, он должен действовать, руководствуясь собственной внутренней позицией. Это позволит ему чувствовать себя сильным в межличностных отношениях.

**Толерантность к неопределенности.**

Многие люди неуютно чувствуют себя в ситуациях, в которых недостает структуры, ясности, определенности. Но поскольку одной из предпосылок становления личности является «прощание» человека с привычным, известным из собственного опыта и вступление на «незнакомую территорию», консультанту совершенно необходима уверенность в себе в ситуациях неопределенности. По существу именно такие ситуации и составляют «ткань» консультирования» Ведь мы никогда неизвестно, с каким клиентом и проблемой столкнемся, какие принимать решения. Уверенность в своей интуиции и адекватности чувств, убежденность в правильности принимаемых решений и способность рисковать – все эти качества помогают переносить напряжение, создаваемое неопределенностью при частом взаимодействии с клиентами. ( Приложение 2)

**Принятие личной ответственности**

Поскольку многие ситуации в консультировании возникают под контролем консультанта, он должен нести ответственность за свои действия в этих ситуациях. Понимание своей ответственности позволяет свободно и сознательно осуществлять выбор в любой момент консультирования **–** соглашаться с доводами клиента или выступать в продуктивное противостояние. Личная ответственность помогает более конструктивно воспринимать критику. В таких случаях критика не вызывает механизмов психологической защиты, а служит полезной обратной связью, улучшающей эффективность деятельности и даже организации жизни.

**Глубина отношений с другими людьми.**

Консультант обязан оценивать людей – их чувства, взгляды, своеобразные черты личности, но делать без осуждения и ярлыков. Такой характер отношений клиентам весьма важен, тем не менее следует принимать в о внимание страхи, которые переживает большинство людей, пытаясь завязать близкие, теплые отношения с другими . некоторым кажется , что выражение положительных чувств обязывает , ограничивает свободу, делает уязвимым. Кого-то страшит неприятие партнером положительных чувств. Отклонение их. Поэтому более эффективной предоставляется отсрочка углубления межличностных отношений.

**Постановка реалистичных целей.**

Обычно успех побуждает ставить перед собой большие цели, а неудача, наоборот – опустить ниже планку притязаний. Иногда механизм самозащиты нарушается, и тогда слишком большая цель будет обречена на неудачу или стремление к незначительной цели не доставит никакого удовлетворения. Эффективный консультант должен понимать ограничение своих возможностей.. прежде всего, важно не забывать, что любой консультант независимо от профессиональной подготовке не всемогущ. В действительности ни один консультант не способен разрешить проблемы всех клиентов. Оптимизм в консультировании может стать причиной «холодного душа» в повседневном консультировании и постоянно вызывать чувство вины. Консультант должен отказаться о нереального стремления стать совершенным. В консультировании всегда можно выполнять свою работу «хорошо», но не идеально. Тот, кто не в состоянии признать ограниченность свои возможностей, живет иллюзиями, что способен полностью познать и понять другого человека. Такой консультант постоянно винит себя за ошибки вместо извлечения полезных уроков, и в результате его деятельность неэффективна. Если допускается собственная ограниченность, то избегается ненужного напряжения и чувство вины. Тогда отношения с клиентами становятся более реалистичными. Правильная оценка собственных возможностей позволяет ставить перед собой достижимые цели.

**Эмпатия**

Эмпатия – умение видеть мир глазами другого человека и переживать его таким, каким переживает этот другой человек. Эмпатия является одной из важнейших черт личности эффективного консультанта.

**Вслушивание**

Этот процесс взаимный, и он способствует тому, что и консультант имеют возможность раскрывать и опознавать за содержанием проблемы ее структуру. В 1990 Карл Витекер сказал: «Самый эффективный метод – это слушать. Только слушать» Умение выслушать означает выражение искренней заинтересованности другим человеком.

**Наблюдение**

Отличительной чертой консультанта является его особая наблюдательность по отношению к людям, их страхам и личностным напряжениям. Эта способность позволяет ему улавливать малейшие проявления характера, такие как интонация, поза, выражение лица, даже одежда и, на первый взгляд, случайные движения тела. Так консультант учится читать характер клиента, и тот предстает перед ним не как пресловутая "открытая книга", а как новая страна перед путешественником, где все свежо, интересно и требует понимания.

Каждая деталь в человеке добавляет свой мазок к портрету его личности. Малейшее движение в голосе, лице – все полно смысла и не случайно. Личностная модель проявляется в каждом поступке человека, в том, как он смотрит на окружающих, в его рукопожатии, в манере говорить. Случается, человек производит на нас неизгладимое впечатление, и мы ощущаем это почти интуитивно.

# Не стоит забывать, что все эти проявления характера имеют свои оттенки для каждого индивидуума, поэтому консультанту следует быть весьма осторожным в своих выводах. Складывается несколько парадоксальная ситуация: невзирая на значимость жестов, выражений лица, они лишь симптомы, нечто вроде буйков на поверхности водоема, которые в каждом отдельном случае указывают на уникальность данной личностной модели. Вот почему нельзя одинаково толковать жесты и выражения, даже если они похожи у двух разных лиц.

# Если научиться улавливать неприметные мускульные реакции человека на изменчивый поток его мыслей, то можно разгадать их содержание. Ведь, теоретически, каждая мысль сопровождается соответствующим мышечным движением. Речь идет о более тонких проявлениях, чем просто улыбка или нахмуренные брови. Если консультант легко читает такие проявления, то он развил в себе особую наблюдательность, необходимую для определения характера человека.

# В данном случае можно сформулировать общее предостережение для консультантов: предположительный вывод о личностной модели индивидуума следует делать только на основании совокупности всех доступных и разнообразных факторов. Поза и тон голоса, положение в семье, конкретная проблема клиента, отношения с друзьями и с противоположным полом, успех или неуспех на работе – все эти и многие другие моменты указывают на особенности характера, но ни один из них в отдельности не может быть достаточным основанием для окончательного вывода. Даже два, три, четыре признака не дают достоверного материала, только совокупность многих признаков, указывающих на одни и те же особенности характера, может стать основой для более или менее надежной гипотезы.

# Система ценностей консультанта

Если реально посмотреть на ситуацию консультирования. Станет ясно, что полностью исключить ценности консультанта, мировоззренческие аспекты консультативного контакта с клиентом просто невозможно, если понимать консультирование как отношение двух людей, а не как нечто механическое или заранее запрограммированное. Консультант должен четко знать свои ценности, не скрывая их от клиента и не избегать ценностных дискуссий на консультативных встречах, поскольку немало проблем скрыто именно в ценностных конфликтах клиентов или в непонимании ими собственной ценностной системы. Однако ясная ценностная ориентация консультанта не подразумевает нравоучений и морализирования. В любом случае влияние ценностей консультанта на клиента имеет свою этическую сторону, если признать, что выдвигаемые консультантом цели и используемые методы отражают его философию жизни. Даже прямо не навязывая клиенту свои ценности, придерживаясь в работе определенных ориентиров, консультант неизбежно вносит в консультировании свое воззрение на систему сущностные вопросов жизни. По мнению Д.Корей (1986) консультант или психотерапевт, желая избежать ценностных коллизий в процессе консультирования, должен иметь четкую позицию по некоторым вопросом. Важнейшие сферы, в которых важна позиция консультанта, - это семья, секс, религия, наркотики.

Консультанту бесконечно важно знать, какое влияние оказывают его ценности на ход консультирования, чтобы он мог быть самим собой. В процессе консультирования мы должны помочь клиентам наиболее полно выявить систему их ценностей и принять на ее основании самостоятельное решение, таким образом, они могут изменить поведение или даже сами ценности. Следовательно, консультант поднимает вопросы, а ответы на них ищет и находит клиент на основе собственных ценностей. Консультант ориентируясь на свою систему ценностей, так же помогает клиенту понять последствия некоторых решений, поступков для его собственной жизни и благополучия близких ему людей.

Обобщая проанализируемые выше требования, предъявляемые к личности консультанта можно утверждать, что эффективный консультант – это, прежде всего зрелый человек. Чем разнообразнее у консультанта стиль профессиональной жизни, тем эффективнее будет его деятельность. Иногда выражать чувства, а иногда попросту слушать, что говорит клиент, - это самое лучшее, но опасно ограничиваться только тактикой консультирования, порой необходимо вступать с клиентом в конфронтацию. ( Приложение 3) иногда следует интерпретировать его поведение и побуждать клиента толковать смысл своего поведения. (Приложение 4)

Нарисованная модель консультанта с первого взгляда может показаться слишком величественной и далекой от действительности. При этом легко заметить, что черты эффективного консультанта совпадают с чертами преуспевающего человека. К такой модели и должен стремиться консультант.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Таким образом, на основании вышеприведенного анализа можно сделать следующие выводы по представленной проблеме.

Обобщая вышесказанное, можно сказать, что понимание различных теоретических концепции личности – это главное составляющее ядро современного консультанта, оно помогает формировать динамические гипотезы, и позволяет чувствовать себя в безопасности при столкновении с хаотичным, дезоорганизующим внутренним миром некоторых клиентов.

В настоящее время в мире распространяется эклектическое консультирование, предоставляющее попытку интеграции лучших сторон различных школ. Имеется в виду не набор разных теоретических принципов, воззрений или накопление методов и методик, доказавших практическую эффективность независимо от контекста возможного применения. Эклектическое консультирование опирается на системную интеграцию нескольких теоретических подходов в стремлении найти единое начало и проверить, как новая система «работает» на практике. Можно сказать, что создание эклектического подхода в консультировании – это итог всей профессиональной деятельности. Большинство специалистов, продолжительное время работающие в области психологического консультирования, создают собственную теоретическую систему, обычно эклектическую, наиболее соответствующую личности и мировоззрению каждого из них.

В свое время М. Балинт и Е. Балинт писали: «Знание можно получить из книг и лекций, навыки приобретаются в процессе работы, но их ценность ограничена без совершенствования личности консультанта. Консультирование становиться ремеслом, вымощенными добрыми намерениями, если ее не поднимают на профессиональный уровень соответствующие качества личности консультанта».

**Список литературы:**

1. Асмолов А.Г. Психология личности. М.: Изд-во МГУ, 1990.
2. Варга А.Я., Кадыров И.М., Холмогорова А.Н. Предисловие // Основные направления современной психотерапии. М., 2000, с.3 – 12.
3. Копьев А.Ф. Психологическое консультирование: опыт диалогической интерпретации // Вопросы психологии, 1990, N 3.
4. Немов Р.С. Практическая психология. М., ВЛАДОС 1998г .
5. Основные направления современной психотерапии. М., 2000.
6. Роджерс К.Р. Человекоцентрированный / клиентоцентрированный подход в психотерапии // Вопросы психологии, 2001, N 2.
7. Фрейд 3. Психология бессознательного. М.: Просвещение, 1989.
8. Ярошевский М.Г., Анциферова Л.И. Развитие и современное состояние зарубежной психологии. М.: Педагогика. 1974.
9. Эйдемиллер Э.Г.. Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия, Спб.: Речь, 2003 г.
10. Системная семейная психотерапия под редакцией Э.Г. Эйдемиллера, Спб , 2002 г.

###### **Словарь основных понятий**

1. **Цель консультирования –** помочь клиентам понять происходящее в их жизненном пространстве и осмысленно достичь поставленной цели на основе осознанного выбора при разрешении проблем эмоционального и межличностного характера.
2. **Функция теоретических концепций в практике -** обобщение накопленной информации, делает более понятными сложные явления, предсказывает последствия разных обстоятельств, способствует поиску новых факторов.

**Структура процесса консультирования:**

Идентификация

Оценка и обратная связь

Деятельность

Планирование

Двумерное определение проблем

Исследование проблемы

**3.Исследование проблемы** – установление контакта (рапорт) и достигается обоюдного доверия с клиентом.

**4. Двумерное определение проблем –** охарактеризовываются проблемы клиента, устанавливая как эмоциональные и когнитивные их аспекты. Уточнение проблем ведется до тех, пока клиент и консультант не достигнут одинакового понимания.

**5. Идентификация –** на этой стадии обсуждаются возможные альтернативы решения проблем. Обсуждаются всевозможные варианты**,** которые клиент считает подходящими и реальными, помогает выдвинуть дополнительные альтернативы. Можно составлять письменный список вариантов, чтобы их облегчить.

**6. Планирование –** здесь осуществляется критическая оценка выбранных альтернатив решения. В плане следует предусмотреть, какими средствами и способами клиент проверит реалистичность выбранного решения.

**7**. **Деятельность** – на этой стадии происходит последовательная реализация плана решения проблем. Консультант помогает клиенту строить деятельность с учетом обстоятельств, времени, эмоциональных затрат, а также с пониманием возможности неудачи в достижении целей.

**8. Оценка и обратная связь –** здесь оценивается уровень достижения цели (степень разрешения проблемы) и обобщает достигнутые результаты. При возникновении новых или глубоко скрытых проблем необходим возврат к предыдущим стадиям.

**9**. **Специфические черты консультирования, отличающего его от психотерапии:**

* Ориентировано на клинически здоровую личность, на здоровые стороны личности вне зависимости от степени нарушения («Человек может изменяться, выбирать удовлетворяющую его жизнь, находить способы использования своих задатков, даже если они невелики из – за неадекватных установок и чувств…» Майярс. 1968 г.)
* Обычно ориентируется на настоящее и будущее клиентов
* Помощь краткосрочная (до 15 встреч)
* Ориентируется на проблемы возникающие в взаимодействии со средой;
* Направлено на изменение поведения и развития личности клиента

##### **Основные параметры консультативного контакта:**

* Эмоциональность
* Интенсивность
* Динамичность (при смене клиента меняется и специфика контакта0
* Конфиденциальность
* Оказание поддержки
* Добросовестность

**11.Перенос в консультативном процессе -** существует два основных определения переноса. Согласно классическому определению, перенос – это оживление комплекса Эдипа, реакция такова, что консультант представляется участников ранних эдиповых отношений клиента. То есть отца и мать. В другом более универсальном определении – перенос понимается как повторение в отношениях с консультантом чувств, установок, привычных в прошлом со значимыми людьми.

1. **Контрперенос –** проецирование консультантом своих проблем на представленный клиентом материал, как связанный с переносом, так и не связанный с ним.

##### **Приложение 3**

##### **Процедуры и техники консультирования**

**1.Выслушивание –** это обязательно активный процесс, он охватывает «все виды ощущений плюс интуиция, отражение и эмпатию» Огромное внимание к деталям, какими бы незначительными они были.

**2.Вопросы –** получение информации о клиенте и побуждение его к самоанализу не возможны без умелого опроса.

* **Закрытые вопросы –** используются для получения конкретной информации.
* **Открытые вопросы –** служат не, сколько получения сведений о жизни клиентов, сколько позволяют обсуждать чувства.

**3. Отражение содержания, –** для того чтобы клиент убеждается, что его внимательно выслушивают и понимают. Отражение содержания помогает клиенту лучше понять себя, разобраться в своих мыслях, идеях, установках.

**4. Отражение чувств -** познание и отражение чувств клиента представляют одной из главнейших техник консультирования. Эти процессы больше чем техника, они непременная составляющая отношений двух людей. Отражение чувств отличается от отражения содержания, только тем, что скрыто за содержанием.

**5. Предоставление** **информации** –, достигаются, цели консультирования посредством предоставление информации, консультант отвечает на вопросы клиента и информирует, о различных аспектах обсуждаемых проблем.

**6.** **Интерпретация** – в процессе консультирования очень важно выявить больше, нежели содержится на поверхностном повествовании клиента. Существует пять видов интерпретаций (установление связей между раздельными утверждениями, проблемами и событиями; акцентирование; интерпретация механизмов защиты, соотношение с прошлым; понимание клиентом свих чувств)

**7. Конфронтация** – применяется с целью обратить внимание клиента на противоречия в его поведении, мыслях, чувствах, или между мыслями и чувствами, намерениями и поведением.

**8. Одобрение и успокаивание -** применяются с целью создания и укрепления консультативного контакта.

**9.** **Паузы молчания -**  увеличивают эмоциональное взаимопонимание консультанта и клиента; предоставляет возможность клиенту « погрузиться» в себя изучить свои чувства, установки, ценности, поведение; позволяет клиенту понять, что ответственность за беседу лежит на нем.

**Приложение 1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Направление | Цели консультирования | Основные теоретические принципы |
| Психоаналитическое  направление | Перевести в сознание вытесненный в бессознательное материал; помочь клиенту воспроизвести ранний опыт и проанализировать вытесненные конфликты; реконструировать базисную личность. | Сущность человека определяется психической энергией сексуальной природой и опытом раннего детства. Основу структуры личности составляют три инстанции: ид, эго,суперэго. Поведение мотивируется сексуальными побуждениями. Патология возникает из – за вытесненных в детском возрасте конфликтов. Нормальное развитие основывается на современном чередовании стадий сексуального развития. |
| Адлерианское направление | Трансформировать цели жизни клиента, помочь ему сформировать социально значимые цели и скорректировать ошибочную мотивацию посредством обретения чувства равенства с другими людьми. | Акцентируется позитивная природа человека. Каждый человек в раннем детстве формирует уникальный стиль жизни, человек творит свою судьбу. Поведение мотивируется стремлением к достижений. Целей и социальным интересом. Жизненные трудности и способствует формированию неблагоприятного стиля жизни. Нормальное развитие личности предполагает адекватные жизненные цели. |
| Терапия поведения | Исправить неадекватное поведение и обучит эффективному поведению. | 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 | Устранить «саморазрушающий» подход клиента к жизни и помочь сформировать толерантный и рациональный подход; научит применению научного метода при решении поведенческих и эмоциональных проблем. | Человек рождается со склонностью к рациональному мышлению, но одновременно и со склонстью к парологичности. Он может одновременно становиться жертвой иррациональных идей. Жизненные проблемы возникают из-за ошибочных убеждений. В основе нормального поведения лежат рациональное мышление и своевременная коррекция принимаемых решений. |
| Клиент – центрированная терапия Роджерса | Создать благоприятный климат консультирования, подходящий для самоисследования и распознавания факторов, мешающих росту личности, поощрять открытость клиента опыту, уверенности в себе, спонтанность. | 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. |
| Экзистенциональная  терапия | Помочь клиенту осознать свою свободу и собственные возможности; побуждать к принятию ответственности за то, что происходит с ним ; идентифицировать блокирующие свободу факторы. | Основное внимание уделяется способности человека познавать свой внутренний мир, свободно выбирать свою судьбу, ответственности и экзистенциональной тревоге как основному мотивирующему фактору, поиску уникального смысла в бессмысленном мире. Одиночеству и отношениями с другими. Временности жизни и проблеме смерти. Нормальное развитие личности основывается на уникальности каждого человека. |

Приложение 2

**Правила и установки консультанта, делающие процесс консультирования эффективным.**

1. Не бывает двух одинаковых клиентов и ситуаций консультиравания. Человеческие проблемы только извне могут казаться схожими, однако поскольку они возникают, развиваются, существуют в контексте уникальных человеческих жизней, то и сами проблемы в действительности являются уникальными. Поэтому каждое консультированное взаимодействие уникально и неповторимо.

**2.**В процессе консультирования клиент и консультант постоянно изменяются сообразно их отношениям; в психологическом консультировании нет статических ситуаций.

**3**.Самым лучшим экспертом собственных проблем является клиент, поэтому при консультировании следует помочь ему принять на себя ответственность за решение его проблем. Видение собственных проблем клиентом не менее, а может быть, и более важно, нежели представление о них консультанта.

4. В процессе консультирования чувство безопасности клиента важнее, чем требования консультанта. Таким образом, в консультировании неуместно добиваться цели любой ценой, не обращая внимания на эмоциональное состояние клиента.

**5.**Стремясь помочь клиенту, консультант обязан «подключить» все свои профессиональные и личностные возможности, однако в каждом конкретном случае он не должен забывать, что он всего лишь человек и поэтому не способен полностью отвечать за другого человека, за его жизнь и трудности.

**6.** Не следует ожидать непосредственного эффекта от каждой отдельно взятой консультативной встречи – решение проблем, а также успех консультирования не похожи на равномерно поднимающуюся вверх прямую; это процесс, в котором заметные улучшения сменяются ухудшениями, потому что самоизменение требует многих усилий и риска, которые не всегда и не сразу завершаются успехом.

**7.** Компетентный консультант знает уровень своей профессиональной квалификации и собственные недостатки, он ответственен за соблюдение правил этики и работу на благо клиентов.

**8.**Для обозначения и концептуализации каждой проблемы могут быть использованы различные теоретические подходы, но нет, и не может быть наилучшего теоретического подхода.

**9**.Некоторые проблемы – это сущностные человеческие дилеммы и в принципе неразрешимы (например, проблема экзистенциальной вины). В таких случаях консультант должен помочь клиенту понять неизбежность ситуации и смириться с ней.

**10** Эффективное консультирование – это процесс, который выполняется *вместе* с клиентом, но не *вместо* клиента.

Приложение 4

**Типы интерпретаций (По Хиллу 1986г.)**

1. Установление связей между якобы раздельными учреждениями, проблемами и событиями.
2. Акцентирование каких-либо особенностей поведения или чувств клиента.
3. Интерпритация способов психологической защиты, реакций сопротивления и переноса.
4. Увязывание нынешних событий, мыслей и переживаний с прошлым. Иначе говоря, консультант помогает клиенту усмотреть связь теперешних проблем и конфликтов с предшествующими психотравмами.
5. Предоставление клиенту иной возможности понимания его чувств, поведения или проблем.

**Интерпретирование должно проводиться с учетом стадии консультативного** **процесса.**

* Эта техника малопригодна в начале консультирования, когда предполагается достижение доверительных отношений с клиентами, но позднее она полезна для раскрытия психодинамики проблем.
* Эффективность интерпретирования в значительной мере зависит от глубины и времени проведения. Хорошая интерпретация, как правило, не бывает слишком глубокой. Она должна связываться с тем, что клиент уже знает. Действенность интерпретации тоже определяется современностью, готовностью клиента ее принять. Какой бы мудрой и точной ни была интерпретация – если она представлена в неподходящее время, эффект будет нулевым, поскольку клиент не сможет понять объяснений консультанта.
* Эффективность интерпретации зависит и от личности клиента. По данным S.Spiegel и C.Нill (1989), клиенты, имеющие высокий уровень самоуважения и образованности, более чувствительны к интерпретациям и даже в случае несогласия принимают их во внимание.
* Консультант обязан уметь понимать реакции клиентов на суть интерпретаций. Эмоциональное равнодушие клиента должно заставить консультанта подумать о соответствии интерпретации действительности. Однако, если клиент прореагировал враждебно и сразу отверг интерпретацию как неправдоподобную, есть основание предполагать, что интерпретация затронула корень проблемы.
* Несмотря на значение интерпретирования, не следует им злоупотреблять; когда в процессе консультирования слишком много интерпретаций, клиент начинает защищаться от них и сопротивляться консультированию. Не надо забывать, что консультант, как и любой человек, может ошибаться, то есть его интерпретации бывают неточными или вообще не соответствующими действительности. Поэтому интерпретационные утверждения неуместно формулировать авторитарным, категорично-поучительным тоном. Клиенту легче принимать интерпретации, формулируемые как допущения, когда ему позволяется отвергать их. Легче всего интерпретативные положения начинать словами «полагаю», «вероятно», «почему бы не попробовать посмотреть так» и т.п. Гипотетический характер интерпретаций отнюдь не умаляет их ценности, если они оказываются точными и приемлемыми для клиента.