**Содержание**

Введение

1. Анкетные данные ребенка

2. Жалоба обратившегося

3. Запрос на психологическую помощь

4. Особенности позиции родителя, его отношение к проблеме ребенка и его мотивация при обращении за консультативной помощью.

5. Исследование актуальной ситуации развития ребенка.

6. Исследование истории развития ребенка - основные анамнестические данные, развитие проблемного функционирования на предыдущих возрастных этапах.

7. Первичные гипотезы о причинах трудностей развития ребенка.

8. План и результаты психологического исследования.

9. Направление переформирования запроса на оказание психологической помощи.

10. Психологическое заключение по результатам диагностического обследования (диагноз и прогноз развития).

11. Направление коррекционной работы, план коррекционных мероприятий или психологического сопровождения процесса обучения и развития ребенка.

Заключение

Список использованной литературы

**Введение**

Широкое внедрение психологии в практику закономерно приводит к развитию тех ее областей, которые традиционно обозначаются как методы психологического воздействия. Среди них одно из важнейших мест несомненно принадлежит психологическому консультированию. Трудно дать четкое определение этому виду деятельности или однозначно указать сферы его применения, поскольку слово “консультирование” уже давно представляет родовое понятие для различных видов консультативной практики. Так, фактически в любой сфере, в которой используются психологические знания, в той или иной мере применяется консультирование как одна из форм работы. Консультирование включает в себя и профконсультирование, и педагогическое, и промышленное консультирование, и консультирование руководителей, и многое, многое другое.

Но, пожалуй, наиболее широкой сферой применения психологического консультирования на сегодняшний день является помощь тем, кто обращается по поводу своих семейных и личных проблем. Эта область включает в себя множество отдельных направлений, среди которых можно выделить такие, как консультирование детей и родителей.

Анализ консультативного случая психического развития детей и подростков позволяет выделить область применения психологической помощи – психическое (и духовное) развитие ребенка (преодоление Эдипова комплекса, удовлетворение эмоциональных запросов в обретении лич­ностной идентичности, помощь при эмоциональных травмах и выработка устойчивых моральных норм и др.). В данной работе приведена практика анализа консультативного случая.

**1. Анкетные данные ребенка**

Фамилия, имя:

Дата рождения: 7 мая 1997 года

Национальность: русская

Для школьника: № школы, класс: 7 класс 49 школы

Ранние обращения к психологу: не было

Психологическое заключение: семейный кризис, кризис подроскового возраста

Сведения о семье

Мать: Васильева Кристина Викторовна, учитель

Отец: Васильев Игорь Анатольевич, инженер-энергетик

Материально-бытовые условия в семье: семья со средним достатком

**2. Жалоба обратившегося**

К психологу обратилась семья с девочкой-подростком 12 лет. Жалобы мамы заключались в том, что ее дочь не выполняет поручения, не помогает по дому, стала хуже учиться, дерзит, много времени проводит с друзьями, часто приходит позже заранее оговоренного времени ее возвращения.

**3. Запрос на психологическую помощь**

Опосредованная психологическая помощь проходит три этапа:

– во-первых, происходит психотерапевтическое обучение основам аутодиагностики стрессогенных жизненных событий (дидактический этап);

– во-вторых, происходит анализ и оценка собственных эмоциональных переживаний: страха, раздражения, тревожности и т. д. (рефлексивный этап);

– в-третьих, происходит попытка изменить свои тревожные состояния, используя рефлексивный и оценочный этапы (терапевтический этап).

Задача формирования запроса на психологическую помощь реализуется на всех трех этапах, но уже на этапе рефлексии происходит самоанализ состояний.

Количество обращений за психологической помощью, связанных с этим периодом, намного превышает число консультаций по проблемам, возникающим у родителей детей другого возраста. Более того, резко расширяется диапазон запросов: от проблем первой, чаще неразделенной, любви и взаимоотношений конфликтного характера до опасности наркомании и алкоголизма. К сожалению, существует и такой феномен, как подростковые суициды. Еще одно отличие подросткового периода состоит в том, что уже сам подросток может самостоятельно принять решение и обратиться в психологическую консультацию лично.

Особенностями психологического консультирования семьи с подростками являются:

1. Нередко отсутствие мотивации у подростка, пришедшего на консульта­цию с родителями: зачастую ребенка приводят родители, желающие в нем что-то изменить, в то время как он даже не знает, куда и зачем они его пригласили.

2. Чаше всего причиной существующих проблем родители видят только од­ного человека, в данном случае — подростка, который выступает в роли идентифицированного пациента. Между тем семья является целостной системой, и нарушения поведения подростка маркируют дисфункцио-нальность всей семьи.

Бланк запроса на психологическую помощь

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Содержание запроса | Ф.И.О. (код) запрашиваемого | Контактный телефон (контактное время) | Примечания |
| Жалобы мамы, что ее 12-летняя дочь не выполняет поручения, не помогает по дому, стала хуже учиться, дерзит, много времени проводит с друзьями, часто приходит позже заранее оговоренного времени ее возвращения. |  | 234-1213 | Типичная проблема подросткового возраста |

В поисках ресурсов для понимания сути запроса психолог с помощью доверительной беседы обратился к опыту проживания подросткового кризиса самими родителями. Как оказалось, сама мама в этом возрасте много времени проводила дома, хорошо училась, находилась в близких отношениях со своей матерью и помогала ей во всем, была послушной и отзывчивой.

**4. Особенности позиции родителя, его отношение к проблеме ребенка и его мотивация при обращении за консультативной помощью**

Выясняя отношение матери к данному факту ее биографии, удалось понять, что за этим скрывалось ее беспокойство потерять родительскую любовь. В ходе дальнейшей работы мать осознала, что послушание и соответствие ожиданиям родителей было для нее единственным способом получать от них поддержку и принятие. Стало понятно, что мать переносит свой опыт на взаимоотношения с дочерью и воспринимает ее поведение как проявление нелюбви к ней. В дальнейшем работа с этой семьей была направлена на расширение диапазона форм проявления любви друг к другу и возможности принятия индивидуальности дочери.

**5. Исследование актуальной ситуации развития ребенка**

Таким образом, если родители когда-то столкнулись с трудностями при отделении от своей семьи, для поддержания эмоционального баланса они будут склонны культивировать зависимость в собственном ребенке. Развитие его индивидуальности может таить в себе угрозу для семьи с проблемами в супружеской подсистеме, провоцируя тревогу расставания и страх одиночества у родителей. В этом случае супруги не будут способны признать возрастающую потребность ребенка в самостоятельности, и последний, чтобы заслужить их одобрение, в свою очередь, окажется, вынужден игнорировать собственные желания.

У подростков, не способных отделиться от своих родителей, могут наблюдаться депрессивные симптомы. Депрессия может развиваться в случае, когда подросток пытается удовлетворить потребности родителей в ущерб собственным. Среди проявлений подростковой депрессии выделяют следующие (Кем-пинскиА., 2002):

□ форма безразличия и апатии;

□ форма бунта против старшего поколения;

□ форма самоотречения (отсутствие веры в самого себя и отказ от прогнозирования своего будущего);

□ лабильная форма (колебания настроения, в основе которых лежат гормональные изменения).

Подростковая депрессия может скрываться за проблемным поведением в школе, гиперсексуальностью и асоциальным поведением ребенка. В подобных случаях родители обычно применяют карательные меры воздействия, расценивая поведение подростков как немотивированное и нуждающееся в коррекции, что еще более усугубляет депрессию.

Протекание данного -семейного кризиса может осложняться часто приходящимся на этот же период личностным кризисом «середины жизни» родителей.

Кроме того, интенсивность, длительность и болезненность переживания семьей данного переходного этапа во многом определяются качеством преодоления предыдущих кризисов и количеством неразрешенных задач развития семейной системы.

**6. Исследование истории развития ребенка - основные анамнестические данные, развитие проблемного функционирования на предыдущих возрастных этапах**

Анкетные сведение.

Проведем анкетирование ребенка и родителя. Анкеты дают возможность получить информацию о больших группах людей путем опроса какой-то части этих людей, составляющих репрезентативную (представительную) выборку. Анкетирование дает возможность выявить определенные тенденции и понять путь дальнейших более глубоких психологических исследований с помощью тестирования или экспериментирования.

|  |  |
| --- | --- |
| Вопросы | Ответы опрашиваемых |
| 1. Позволяют ли тебе высказываться по какому-либо поводу? | Да, но не всегда я в их глазах права |
| 2. Оберегают ли тебя родители от трудностей? | Да, и чрезмерно |
| 3. Ограничивается ли мать ролью хозяйки дома? (вопрос к родителю) | Да, вполне |
| 4. Давят ли на тебя родители, часто ли заставляют делать то, что ты не хочешь? | Да, особенно не люблю убираться |
| 5. Можете ли вы принести в жертву свои интересы ради интересов ребенка? (вопрос к родителю) | Не всегда, но стараемся |
| 6. Есть ли у вас страх причинить ребенку вред? (вопрос к родителю) | Нет |
| 7. Часто ли мама и папа ссорятся? | Редко |
| 8. Твои родители строгие? | Немного |
| 9. Твои родители бывают раздражительны? | Очень редко |
| 10. Делишься ли ты с матерью своими секретами? | Да |
| 11. Если вы с мамой (папой) друзья, то они поощряют такое отношение? | Да |
| 12. Когда ребенок агрессивен, пытаетесь ли вы подавить агрессию? (вопрос к родителю) | Да, ведь она не всегда обоснована |
| 13. Есть ли у вас неудовлетворенность ролью хозяйки? (вопрос к родителю) | Нет |
| 14. В вашей семье все равны или кто-то наделен сверх правами? (вопрос к родителю) | Папа у нас глава семьи, последнее слово за ним |
| 15. Поощряете ли вы активности ребенка? (вопрос к родителю) | Да, если эта активность положительно влияет на окружающих |
| 16. Часто ли вы уклоняетесь от конфликтов с ребенком? (вопрос к родителю) | Стараюсь, но не всегда получается |
| 17. Ваш муж к вам внимателен? (вопрос к родителю) | Да |
| 18. Разрешают ли тебе родители встречаться с парнями? (вопрос к родителю) | Да, но с условиями (например, убраться) |
| 19. Доминирование матери (вопрос к родителю) | Отец – глава семьи |
| 20. Часто ли родители вмешиваются в твои дела? | Иногда бывает |
| 21. Ты, мама и папа – друзья? | Да |
| 22. Есть ли стремление ускорить развитие ребенка? (вопрос к родителю) | Зачем? Он и так хорошо развивается |

Таким образом, данные ответы на вопросы описывают отношение к семейной роли, они касаются детско-родительских отношений, подразделяясь на 2 группы:

1. Отношение к семейной роли описывается с помощью 8 признаков (их номера в опросном листе — 3, 5, 7, 11, 13,17, 19, 23).

2. Отношение родителей к ребенку

□ оптимальный эмоциональный контакт определяется в соответствии с выраженностью 4 признаков (их номера по опросному листу — 1, 14,15, 21):;

□ излишняя эмоциональная дистанция с ребенком включает в себя 3 при­знака (их номера по опросному листу — 8, 9, 16);

□ излишняя концентрация на ребенке описывается 8 признаками (их но­мера по опросному листу — 2, 4, 6, 10, 12, 18, 20, 22).

Отсюда сделаем выводы, что обстановка в семье благоприятная, но в некоторых ситуациях есть напряженность. И не очень понятна позиция родителей, когда они разрешают гулять ребенку с друзьями за какую-то заслугу.

**7. Первичные гипотезы о причинах трудностей развития ребенка**

Признаками, свидетельствующими о переживании семьей данного нормативного кризиса, являются:

□ рост напряжения в детско-родительской подсистеме, выражающийся в периодическом возникновении конфликтов, взаимных обидах и претензиях, упреках;

□ проблемное поведение подростка (агрессивное поведение, побеги из дома, алкоголизм, наркомания и др.);

□ резкое падение школьной успеваемости;

□ соматизация подростка: булимия, анорексия, бессонница, аллергические заболевания, дерматиты, гастриты, частые головные боли и др.;

□ подростковая депрессия;

О конфликты в родительской подсистеме, связанные с оценкой качества воспитания ребенка;

□ актуализация супружеских проблем, не решенных на предыдущих этапах развития семьи либо связанных с индивидуальными кризисами супругов;

□ общая неудовлетворенность членов семьи сложившейся семейной ситуацией;

□ чувство одиночества у матери, связанное с отдалением ребенка от семьи;

□ ригидность семьи, характеризующаяся непринятием ее членами факта возрастающей самостоятельности подростка.

Проверка терапевтических гипотез предполагает выявление вектора напряженности в семье, например, путем установления представлений членов семьи об их реальных и желаемых отношениях, семейных правилах, ролях, степени близости и т.д. На этом этапе активным участником диагностических процедур является подросток.

**8. План и результаты психологического исследования**

Консультируя подростков, психолог-консультант должен учитывать психологические нормативные задачи возраста. К ним обычно относят:

□ отделение от родителей и обретение подлинной психологической независимости;

□ преодоление кризиса идентичности, ролевой диффузности («самоидентификация»);

□ новый этап социализации в среде сверстников, основанный на установлении более глубоких эмоциональных отношений вне семьи;

□ принятие растущей сексуальности, адаптация к этому новому состоянию.

Психологические задачи подросткового возраста связаны, прежде всего, с самоопределением в трех сферах: сексуальной, психологической (интеллектуальной, личностной, эмоциональной) и социальной.

Проблемы, возникающие у подростков, чаще всего касаются:

□ взаимоотношений в группе сверстников;

□ взаимоотношений с лицами противоположного пола;

□ взаимоотношений с родителями;

□ взаимоотношений с учителями;

□ вопросов осознания собственной личности;

□ трудностей в учебе;

□ необходимости найти выход из какой-либо затруднительной ситуации.

Как правило, на первичный прием приглашается родитель, обратившийся за психологической помощью. При этом важен факт прихода на консультацию второго родителя и самого подростка.

Возможны несколько вариантов работы:

Вариант 1. Оба родителя и подросток обращаются за консультацией. В том случае, если родители осознают трудности, возникающие в семье в связи с взрослением ребенка, адекватной формой помощи является семейное консультирование.

Вариант 2. Подросток и родители обращаются за помощью, но основная проблема заключается не в их взаимоотношениях, а в трудностях подростка вне семьи (например, в общении с друзьями, учителями и т. д.). В дальнейшем работа проводится с самим подростком (диагностика и консультирование). Задачей психолога является выяснение обоснованности жалоб и принятие решения об адекватной форме психологической помощи (например, в виде участия в тренингах общения, индивидуального консультирования или психотерапии). Родители могут быть привлечены для работы в параллельной родительской группе либо приглашены на консультацию отдельно от ребенка.

Вариант 3. Родитель обращается за психологической помощью по поводу проблем ребенка, но сообщает при этом, что последний не мотивирован сотрудничать с психологом. В такой ситуации наблюдается нарушение взаимоотношений и утрата доверия между родителем и ребенком. Рекомендуется встретиться отдельно с подростком и родителем. Психологу необходимо выяснить причины амбивалентных чувств к ребенку, уточнить характер недовольства родителя. В то же время, постепенно завоевывая доверие подростка, психолог должен переориентировать его на более искреннее и честное взаимодействие с родителем. После этого их можно объединить и проводить совместное консультирование, обучая способам разрешения конфликтных ситуаций и т. п.

Вариант 4. Родитель обращается по поводу проблем ребенка, однако при взаимодействии с ним выясняется, что в психологической помощи нуждается он сам. При достижении ребенком подросткового возраста у родителей могут актуализироваться как тревога расставания, страх одиночества, страх надвигающейся старости, так и их собственные нерешенные подростковые проблемы (сепарация, индивидуация и обретение идентичности). В данной ситуации необходима психологическая работа с родителем.

Вариант 5. Полная потеря контакта и взаимного доверия между подростком и родителями. Ребенок отказывается идти в консультацию, так как воспринимает всех взрослых (родителей, педагогов, консультанта) как преследователей. Важно понять, что лежит в основе такой реакции и каков вклад родителей в такое поведение ребенка. Соответственно, здесь консультативная работа проводится с родителем (родителями).

Важной задачей на начальном этапе консультирования является установление контакта с подростком и мотивирование его на участие в работе. Подросток соглашается на общение с психологом только тогда, когда ему интересен сам процесс и когда он чувствует, что его воспринимают как полноправного участника взаимодействия. В основе работы с ним должны лежать принципы диалогического общения. Особенностью такого контакта являются партнерские отношения психолога с подростком с целью совместного изучения конкретной психологической ситуации и путей ее разрешения.

Таким образом, если семья обращается за психологической помощью, важно определить локус ее психологических проблем:

□ индивидуальные проблемы одного из членов семьи (когнитивные, эмоциональные, поведенческие нарушения, личностные расстройства ребенка или одного из родителей);

□ проблемы в супружеской подсистеме;

□ проблемы в детско-родительской подсистеме; О проблемы в семейной системе в целом;

□ проблемы взаимодействия семьи с внешним социальным окружением.

Определение локуса проблем семьи обусловливает выбор методов и приемов психологического воздействия.

Если психолог работает со всей семьей, цели психологической помощи должны быть ясными и значимыми для каждого из ее членов. Важно, чтобы на промежуточных стадиях консультирования психолог акцентировал внимание на достигнутых позитивных эффектах, поддерживая мотивацию членов семьи к дальнейшей работе.

**9. Направление переформирования запроса на оказание психологической помощи**

В результате анализа ситуации выяснилось, что психологическая помощь нужна больше маме девочки.

Бланк запроса на психологическую помощь (с учетом переоформления запроса)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Содержание запроса | Ф.И.О. (код) запрашиваемого | Контактный телефон (контактное время) | Примечания |
| Жалобы мамы, что ее 12-летняя дочь не выполняет поручения, не помогает по дому, стала хуже учиться, дерзит, много времени проводит с друзьями, часто приходит позже заранее оговоренного времени ее возвращения. |  | 234-1213 | Типичная проблема подросткового возраста |
| Жалобы дочери на чрезмерную опеку |  | 234-1213 | Причина в непонимании мамы дочери. мать переносит свой опыт на взаимоотношения с дочерью и воспринимает ее поведение как проявление нелюбви к ней |

**10. Психологическое заключение по результатам диагностического обследования (диагноз и прогноз развития)**

Диагноз: Дочь хочет большей самостоятельности. Мать этому мешает

Подойти к обсуждению этого вопроса обычно несложно, поскольку за время беседы набирается довольно много высказываний типа “Без меня он ничего не сделает” или “Она этого не понимает”. Эти и подобные им реплики — наглядные свидетельства недоверия родителя к ребенку, низкой оценки его способностей проявлять самостоятельность и независимость, быть взрослым. Конечно, всегда найдутся клиенты, с готовностью утверждающие, что для родителя ребенок любого возраста — все равно ребенок. Но здесь главное в том, чтобы понять, что же на самом деле значит — быть ребенком: быть любимым, родным, значимым или — беспомощным, неумелым, слабым? Одно дело — беспокоиться о судьбе ближнего и совсем другое — на каждом шагу проявлять это беспокойство, контролируя и фактически не давая ему жить самому. Один из вариантов обсуждения этой трудной и сложной темы — разговор с точки зрения представлений, сформулированных в гуманистической психологии, в частности, К. Роджерсом (Rogers С., 1959). Взрослым и самостоятельным человек по-настоящему может стать только тогда, когда ему доверяют, и лишь в этом случае он способен поверить в собственные силы. Сомнение же других в возможностях человека, проявляющиеся, в частности, в гиперопеке (ведь в опеке нуждаются слабые!), подрывает его веру в свои силы, делает пассивным и беспомощным.

Как это ни печально, большинство родителей в нашей культуре не задумываются над такими вещами, как доверие к детям, и часто разговор об этом звучит для них как настоящее откровение. Более того, в отношении к собственному ребенку часто присутствует доля определенного скептицизма — “он слишком ранимый”, “она у меня несамостоятельная”. Разумеется, человеку с гиперопекающими тенденциями удобно, когда другие нуждаются в нем, и поэтому таким клиентам бывает трудно признать, что они действительно “плохо” оценивают своего ребенка в том смысле, что они его недооценивают, а если они и правы в своей оценке, то в этом виноват не столько ребенок, сколько родитель, который таким его воспитал. Все это означает, что на клиенте лежит и определенная ответственность, обязывающая его заняться перевоспитанием себя.

Гиперопекающему, тревожному родителю бывает очень важно понять, как в его отношениях с ребенком проявляется гиперопека, почему те или иные самые “добрые” намерения оказываются подавляющими, а не помогающими, как может выглядеть отсутствие контроля, постоянных напоминаний, указаний, запретов на самостоятельные действия. На этом этапе беседы консультанту приходится не только работать с первоначальным запросом клиента, но и решать новые проблемы, связанные с необходимостью замены старых способов поведения на иные, более гибкие и адекватные отношениям родителя со взрослым человеком — собственным ребенком. Все это не так просто сделать, поскольку контролирующий, опекающий родитель обычно свято верит, что если бы не его напоминания и замечания, то ребенок бы “зарос грязью”, “всюду опаздывал”, “не смог бы учиться” и т.д. Поэтому цели и требования родителя, часто вполне разумные и актуальные сами по себе, должны быть также обсуждены. Консультант при работе с родителем должен понимать, что, хотя контроль родителя чаще всего не очень сильно влияет на жизнь ребенка вне родительской семьи, все же бывает и так, что за годы совместной жизни контроль становится для него необходимым элементом жизни. Нужно подготовить родителя к тому, что изменение его поведения вряд ли приведет к немедленному и быстрому росту самостоятельности и сознательности ребенка. Скорее наоборот, человек, которого долгие годы отучали быть самостоятельным, может почувствовать не облегчение в связи с отсутствием контроля и напоминаний, а глубокую растерянность, станет более зависимым, пассивным. Но этот этап необходимо пережить, если родитель хочет, чтобы его ребенок стал по-настоящему взрослым человеком. Помощь же родителя в приобретении ребенком самостоятельности может состоять не в указаниях и советах, а в выражении поддержки и одобрения на этом трудном пути.

Даже если консультация прошла очень успешно, внешнее изменение поведения родителя вряд ли произойдет мгновенно. Но если бы изменение и произошло, оно, скорее всего, не было бы замечено и оценено ребенком — слишком большое значение в отношениях близких людей играют привычки и стереотипы, не позволяющие достаточно чутко улавливать происходящее в другом. А ведь основной запрос родителя при обсуждаемом варианте обращения состоит именно в налаживании отношений с ребенком! Перспектива же откладывания его решения на далекое будущее, когда сын (дочь) заметит и оценит происшедшие с клиентом изменения, вряд ли может послужить достаточным стимулом на этом благом пути. Подкрепление, хотя бы в виде минимальных позитивных сдвигов, должно произойти достаточно быстро, и это можно постараться организовать в ходе беседы.

**11. Направление коррекционной работы, план коррекционных мероприятий или психологического сопровождения процесса обучения и развития ребенка**

Основные направления коррекции, что же может послужить началом стратегических изменений в отношениях ребенка и родителя, как могут выглядеть здесь тактические шаги? Приведем несколько возможных тактик.

Акции доверия

Это мероприятие особенно уместно тогда, когда в отношениях ребенка и родителя есть некоторое несогласие (барьер), служащее поводом для многочисленных ссор и конфликтов и при этом достаточно четко и однозначно очерченное. Например, мать требует от сына, чтобы он не бросал институт, или запрещает дочери дружить с людьми, которые ей нравятся, но родителям кажутся ненадежными и подозрительными. Тогда акция доверия со стороны родителей будет состоять в “публичном” снятии (капитуляции) долгое время выдвигавшегося требования или запрета, например: “Я подумала и решила, что бросать или не бросать учебу — это в конце концов твое личное дело, ты же взрослый человек, вполне можешь сам за себя решить. Больше ни слова тебе об этом не скажу” или “В конце концов, это твои друзья, ты их лучше знаешь, встречайся с ними, когда хочешь”. Если одной из проблем был запрет куда-то ехать, приходить слишком поздно и т.п., то его снятие тоже будет такой акцией доверия. Важно, чтобы это выглядело не как подачка со стороны родителя или демонстрация по принципу “Делай как знаешь!”, а именно как проявление доверия, как свидетельство иного, более зрелого и уважительного отношения к личности ребенка. Конечно, акция доверия будет таковой только в том случае, если, заявив о чем-то, родитель никогда больше не отступится от своего решения, но это должно быть понятно и самому клиенту.

Разговор о собственных чувствах и переживаниях

Эта задача несколько более сложная хотя бы потому, что, прежде чем родитель начнет выражать свои чувства ребенку, он должен сам постараться в них разобраться. Для этого консультантом должна быть проведена специальная работа, направленная на выявление того, что скрывается за родительской гиперопекой. Здесь не имеет смысла вдаваться в “психоанализ” родительских чувств, и поэтому достаточно, задав вопрос “А почему вы его (ее) так опекаете, так руководите им (ею)?”, удовлетвориться первым ответом, который для большинства клиентов однозначен: “Я за него боюсь”, “Я тревожусь за нее”. С точки зрения глубинной психологии, безусловно, этот ответ не полон. Здесь можно было бы говорить и о потребности родителя, как всякого человека, контролировать и управлять другими, и о реализации проблем собственной значимости, и о страхе одиночества, и о многом другом, что в случае рефлексирующего клиента и достаточного количества времени для обсуждения вполне может быть затронуто, и что очевидно гарантировало бы гораздо больший успех намечающимся изменениям.

Но чаще всего, в силу различных ограничений в рамках консультирования, эти вопросы не могут быть проработаны. Поэтому, с нашей точки зрения, лучше ориентировать родителя на путь поведенческих изменений, связанных с компенсацией родительской тревоги и потребности в контроле, чем начинать глубинный анализ без возможности его успешно закончить. Таким важным поведенческим изменением является переориентация родителя с постоянного контроля на проявление собственных чувств и переживаний, связанных с ребенком, неадекватным выражением которых, в каком-то смысле, является гиперопека. Такая цель, на первый взгляд, кажется совершенно простой. Это значит, что клиент должен вместо “Не смей и думать о том, чтобы бросить институт!” сказать “Я так боюсь, что ты сломаешь всю жизнь, если бросишь учиться. Мне в свое время все советовали закончить диссертацию, а я как раз замуж вышла, времени совершенно не было, а в итоге я осталась ни с чем, и ужасно боюсь, что у тебя тоже так получится”.

Казалось бы, разница невелика, но удивительно, насколько клиентам бывает трудно просто завершить фразу “Я чувствую, что…”. Выражение собственных чувств бывает очень эффективно для разрешения ситуации, ведь порой именно потому, что собственные чувства этими людьми редко проговариваются перед кем-либо или анализируются, чувства и переживания других остаются для них также непонятными или толкуются достаточно примитивно: “Он поступает мне назло”, “Она ничего не понимает”. Но как только клиент сумеет раскрыть другому — в данном случае собственному взрослому ребенку — свои чувства, ему, возможно, приоткроются и переживания ребенка; и, разобравшись в них, родитель, возможно, перестанет ощущать потребность контролировать или тревожиться по любому поводу (все, возможно, окажется не таким страшным: ребенок не слишком пассивным, друзья не такими распущенными и т.д.).

В ходе беседы с клиентом уместно не просто обсудить проблему чувств, но и рассказать о том, почему так необходимо делиться ими с окружающими, дать почувствовать, что значит выражать их. Так, клиенту можно предложить проиграть ситуацию, используя технику “пустого стула”, на котором он должен представить сидящим своего сына или дочь, то есть тех, кому необходимо рассказать, какие чувства и переживания испытывает он по поводу трудностей и ссор, возникающих в отношениях ежедневно. Использование с этой целью приемов гештальт-терапии должно обязательно сочетаться с обсуждением того, о чем именно было трудно говорить и почему, как эти трудности можно преодолеть, как точнее сформулировать то, что клиент хочет сказать, и т.д.

Организация доверительного разговора

Изменение отношения — необычайно сложный процесс, поэтому часто бывает уместно несколько форсировать такую переориентацию, организовав доверительный разговор родителя с ребенком. Цель такого разговора — показать сыну или дочери клиента, что отношение к нему (к ней) изменилось, постараться выйти на уровень более глубокого, чем раньше, контакта и взаимодействия, рассказав о себе, о своих чувствах и переживаниях, в основе которых лежит родительское беспокойство, тревога и любовь к ребенку. Такой разговор, в котором оба — и родитель, и ребенок — имеют возможность покаяться в своих “грехах”, приоткрыть душу, избавиться от накопившихся обид и претензий, может оказаться настоящей вехой в их взаимоотношениях.

В этой связи хотелось бы обратить внимание на одно из важнейших правил консультирования. Если необходимо, чтобы какое-то событие в жизни клиента состоялось, его следует максимально конкретно обсудить, а по возможности даже назначить время его реализации в ходе беседы. Конкретное обсуждение — это выбор подходящего места, времени, перебор возможных вариантов начала и т.д. Такая конкретизация необходима для того, чтобы выявить возможные препятствия на пути выполнения задачи, которые могут быть не замечены при поверхностном обсуждении, но достаточно быстро вскрываются, когда начинается конкретное планирование. Например, клиентка решается поговорить с дочерью, но оказывается, что та очень поздно возвращается домой, когда родители уже спят, а на выходные родители уезжают на дачу. Таким образом, для того чтобы провести долгий, спокойный разговор, нужно специально найти и спланировать удобное для обеих сторон время. Консультант, выступая в этой ситуации в качестве “генератора идей”, может в значительной мере способствовать целесообразному решению этой проблемы. Когда же какое-то решение принято не “в принципе”, а вполне конкретно (назначено его время, выбрана соответствующая форма), то, во-первых, не выполнить его гораздо сложнее, и, во-вторых, анализ причин невыполнения может стать хорошей базой для более глубокого понимания причин разногласий. Так, например, в нашем случае клиентке, возможно, придется однажды лечь спать позже, для того чтобы дождаться дочери и поговорить с ней. И даже если к этому часу она будет настолько раздражена, что нормально поговорить с дочерью ей не удастся, этот несостоявшийся разговор может стать прекрасным материалом для более глубокого обсуждения ее взаимоотношений со своим ребенком, поскольку возникшее во время ожидания раздражение весьма показательно и может стать основой для анализа отношения клиентки к дочери.

**Заключение**

Гиперопекающая позиция родителя опасна и тем, что часто приводит к неправильной оценке собственного ребенка: родитель начинает воспринимать его поведение как ненормальное, вызывающее серьезные опасения и т.п. Порою клиент, обращаясь за помощью, выдвигает настолько неадекватные аргументы, что они начинают казаться просто абсурдными. “Мне кажется, что моя дочь наркоманка: она иногда возвращается поздно, и у нее так блестят глаза!” или “Меня очень тревожит моральный облик моей девочки. Несколько раз я видела, как ее провожают молодые люди, и с двумя из них она целовалась”. Но к любым высказываниям клиента консультанту следует относиться внимательно и сдержанно, поскольку, с одной стороны, за ними может скрываться нечто более серьезное, чем преувеличения матери, а с другой стороны, повлиять на мнение человека, успокоить тревоги можно только тогда, когда установлен хороший доверительный контакт, который невозможен без принятия всего того, что говорится в начале беседы.

Только имея хорошие, доверительные отношения с ребенком, родитель может оказать на него хоть какое-то влияние и, таким образом, не советом, а сопереживанием удержать от опрометчивого шага, приема наркотиков, контактов с социально опасными людьми и пр. При наличии доверительных отношений с родителями с одной стороны, ребенок склонен больше прислушиваться к ним, а с другой стороны, срабатывает сильнейшее сдерживающее средство, боязнь причинить боль любимым людям: чувствуя переживания отца/матери, труднее причинить ему/ей боль, чем тогда, когда он/она выглядит холодным и осуждающим. Таким образом, ситуация доверия предоставляет больше возможностей для контроля, но не для прямого, а для косвенного. Если отношения родителя с ребенком к моменту прихода в консультацию уже достаточно сильно нарушены, можно обсудить специальные меры, направленные на их нормализацию — акции доверия, откровенный разговор др., о чем уже говорилось выше.

**Список использованной литературы**

1. Алешина Ю.Е. Исследования развода в западноевропейских странах и США и консультативная служба // Служба семьи: изучение опыта и принципов организации / Ред. З.А. Янкова, А.Ф. Северина. М., 1981.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. М., 1980.
3. Бодалев А.А., Столин В.В. Общая психодиагностика. М., 1987.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. М., 1984.
5. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений. М., 1987.
6. Гринсон Р. Р. Техника и практика психоанализа. М., 2003.
7. Грюнвальд Б. Б., Макаби Г. В. Консультирование семьи. М., 2004.
8. ДомбровскийА., Велента Т. Кризис семьи // Семейная психология и семейная терапия. 2005. №3.
9. Духновский С. В. Психологическое сопровождение подростков в кризисных ситуациях. Курган, 2003.
10. Обухова Л. Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. М., 1995.
11. Общая психодиагностика / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. М., 1987.
12. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учебное пособие. Самара, 1998.
13. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. М., 2002.
14. Психология семьи: Хрестоматия/ Редактор-составитель Д. Я. Райгородский. Самара, 2002.
15. Собчик Л. Н. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений: Практическое руководство. СПб., 2003.