



**КАЗАХСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМ. АЛЬ-ФАРАБИ**

**Факультет Философии и политологии**

**Введение в специальность**

**Мадалиева З.Б. профессор**

# Лекция10

- Консультативная деятельность психолога



*Психологическое  
консультирование*

**Психологическим консультированием** называется особая область практической психологии, связанная с оказанием со стороны специалиста-психолога непосредственной психологической помощи людям, которые нуждаются в ней.

**Gelso, Fretz , Blosner выделяют специфические черты психологического консультирования, отличающие его от психотерапии:**

- консультирование ориентировано на клинически здоровую личность;
- консультирование сориентировано на здоровые стороны личности независимо от степени нарушения;
- консультирование чаще ориентируется на настоящее и будущее клиентов;
- консультирование обычно ориентируется на краткосрочную помощь (до 15 встреч);
- консультирование ориентируется на проблемы, возникающие во взаимодействии личности и среды;
- в консультировании акцентируется ценностное участие консультанта, хотя отклоняется навязывание ценностей клиентам;
- консультирование направлено на изменение поведения и развитие личности клиента.

## Подходы к практике психологического консультирования

- глубинная психология – психоанализ (З. Фрейд), индивидуальная психология (А. Адлер), аналитическая психология (К. Юнг), транзактный анализ (Э. Берн) и др.;
- бихевиоральное направление – социальное научение, тренинг социальной компетентности; самообучение; когнитивная терапия; рационально-эмоциональная терапия (А. Эллис) и др.;
- гуманистическое направление – гештальттерапия (Р. Перлз), групповая терапия (К. Роджерс), логотерапия (В. Франкл), психодрама (Дж. Морено).

# Глубинная психология, или психодинамическая теория



Зигмунд Фрейд



Карл Густав Юнг



Альфред Адлер

Главной **задачей** психоанализа является выявление и изучение подсознательной сферы, которая управляет человеком; сохранение баланса между внешними (социальными) и внутренними силами, действующими на личность.

**Целью** — осознание клиентом своих подсознательных процессов и научиться воздействовать на них, преодолевать стереотипичность поведения и мышления, которые определяется прошлым.

## Основные техники:

- свободное ассоциирование,
- анализ символов повседневности;
- анализ ошибок, описок, обмолвок клиента, которые рассказывают подсознательные чувства клиента («Фрейдовская ошибка»);
- анализ сновидений;
- анализ сопротивления как проявления более широкого механизма вытеснения;
- анализ содержания переноса клиента.

# Бихевиоральное направление в психологическом консультировании

Окружающая среда воздействует на личность человека.

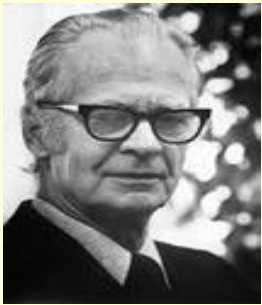
Психолог вместе с клиентом пытается вмешаться в жизненные условия клиента с целью их изменения.

## Основные составляющие бихевиоральной психологии:

1. Поощряется активность клиента.
2. Определяется проблема клиента через операционализацию поведения (перевод неясных слов в конкретные, наблюдаемые действия).
3. Понимание контекста проблемы через функциональный анализ (причинно-следственные связи).
4. Установление социально важных целей для клиента (конкретный план действий).

## Процедуры изменения:

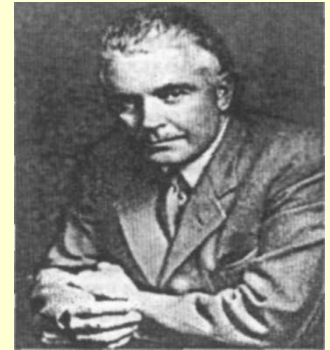
- а) тренировка настойчивости;
- б) тренировка релаксации;
- в) моделирование поведения и поощрение за желаемое поведение в сочетании с ведением записей;
- г) поддержка у клиента нужного поведения – предотвращение рецидивов, что дает контроль за собственным поведением.



Беррес Фридерик  
Скиннер



Эдвард Чейс Толмен



Уотсон Джон Бродус



# Гуманистическое направление в психологическом консультировании

**Задача** клиента и психолога состоит в том, чтобы как можно полнее понять мир клиента и поддержать его во время принятия ответственного решения с помощью «творческого, активного, чувственного, точного, эмпатического, не судящего слушания».

Основное понятие, с которым работают психологи данного направления, – **мироощущение конкретного клиента**.

Психолог должен уметь работать с противоречием реального и идеального образа «Я», быть конгруэнтным и безоценочным.



Федерик Перлз

**Предназначение человека** – жить и действовать, определяя свою судьбу, сосредоточение контроля и решений находится внутри самого человека, а не в его окружении; изначальное наличие в человеке стремления к максимальной социальной самоактуализации, росту личности.



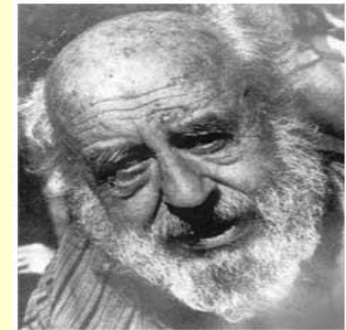
Карл Роджерс



Виктор Франкл

# Гештальт-подход в психологическом консультировании

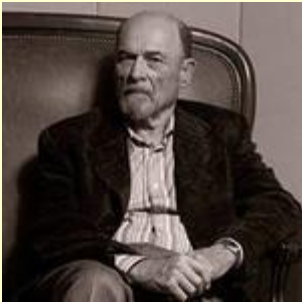
Гештальт-подход способствует более полному осознанию человеком себя, своих желаний и потребностей, помогает понять, как и для чего он выбирает разные модели поведения, позволяет обнаружить более эффективные способы удовлетворения своих потребностей, лучше понять свои ресурсы, сделать свою жизнь более счастливой и наполненной.



**Фредерик Перлз**

Техники: восприятие «здесь и теперь», директивность; речевые изменения; метод пустого кресла: беседы с частью своего «Я»; диалог «верхней собаки» – авторитарный, директивный и «нижней собаки» – пассивный с чувством вины, ищущий прощения; фиксированное ощущение.

# Экзистенциальный подход в психологическом консультировании



Ирвин Ялом

Основное внимание уделяется способности человека познавать свой внутренний мир, свободно выбирать свою судьбу, ответственности и экзистенциальной тревоге как основному мотивирующему фактору, поиску уникального смысла в бессмысленном мире, одиночеству и отношениям с другими, временности жизни и проблеме смерти.

Конечной **целью** экзистенциальной терапии является предоставление клиенту возможности понять собственные цели в жизни и сделать аутентичный выбор.

Первое, что нужно сделать клиенту, — это расширить способность осознания, то есть осмыслить: **потенциал**, от которого он отказывается; **средства**, используемые для поддержания отказа; **реальность**, которую он может выбрать; **тревожность**, связанную с данным выбором.

Чтобы помочь клиенту преуспеть в этом, терапевт применяет два основных инструмента — эмпатию и аутентичность.

<b>Направление</b>	<b>Цели консультирования</b>
<b>Психоаналитическое направление</b>	Перевести в сознание вытесненный в бессознательное материал; помочь клиенту воспроизвести ранний опыт и проанализировать вытесненные конфликты; реконструировать базисную личность
<b>Адлеровское направление</b>	Трансформировать цели жизни клиента; помочь ему сформировать социально значимые цели и скорректировать ошибочную мотивацию посредством обретения чувства равенства с другими людьми
<b>Терапия поведения</b>	Исправить неадекватное поведение и обучить эффективному поведению
<b>Ориентированная на клиента терапия (К. Роджерс)</b>	Создать благоприятный климат консультирования, подходящий для самоисследования и распознавания факторов, мешающих росту личности; поощрять открытость клиента опыту, уверенность в себе, спонтанность
<b>Экзистенциальная терапия</b>	Помочь клиенту осознать свою свободу и собственные возможности; побуждать к принятию ответственности за то, что происходит с ним; идентифицировать блокирующие свободу факторы

Основная **цель** психологического консультирования определяет как оказание психологической помощи:

- **Выслушивание** клиента, в результате чего должно расширяться его представление о себе и собственной ситуации, возникнуть пища для размышлений.
- **Облегчение** эмоционального состояния клиента.
- **Принятие клиентом ответственности** за происходящее с ним.
- Помощь психолога в определении того, что именно и как можно изменить в **ситуации**.

В процессе консультирования психолог, как правило, решает такие **задачи**:

- помогает клиенту сориентироваться в собственных проблемах, найти направление, в котором следует искать выход из затруднительной ситуации;
- актуализирует психические силы и способности клиента, способствующие нахождению новых возможностей решения проблем.



**Алешина  
Юлия Евгеньевна**

## Виды психологической помощи (по показателям):

1) **по времени действия:** **неотложная** — необходима при сложных психических состояниях, возможности суицида, случаях насилия и т.д.; **продолжительная** — полезна при возникновении трудных жизненных ситуаций, психологических кризисов, конфликтов (психологические консультации);

2) **по направленности:** **прямая** — направленная непосредственно на клиента, на его обращение за помощью; **откликающаяся** — ответ на сложившуюся ситуацию и обращения людей из окружения клиента; **упреждающая** — в ответ на прогнозируемую неблагоприятную для человека ситуацию.

3) **по пространственной организации:** **контактная**, когда беседа происходит лицом к лицу клиента с психологом; **дистантная**, которая подразделяется на телефонную и письменную;

4) **по выполнению функций психологом:** **диагностическая** — постановка психологического диагноза, составление психологического портрета индивидуальности; **диспетчерская** — направление к нужному специалисту; **информационная** — сбор информации о клиенте, его семье, окружающих людях, социальных условиях; **коррекционная; консультативная; терапевтическая;**

5) **по количеству участников:** **индивидуальная** и **групповая;**

6) **по вмешательству психолога:** **директивная** — указующая, дающая советы, как жить, **недирективная** — идущая за клиентом.

# Типы и уровни психологического консультирования

- **Возраст.**
- **Пространство**, т.е. пространственная организация консультации. Два вида консультирования: очное и заочное.
- **Сферы приложения** (школьное, профессиональное, семейное, супружеское консультирование, ориентированное на проблемы личности и другие).
- **Принцип показаний:** развивающее консультирование экспресс-консультированию в ситуации кризиса, переживаемого клиентом.

**Уровни консультирования зависят от степени вмешательства консультанта в жизнь клиента или группы.**

- **Индивидуальное развитие и изменение** (на этом уровне проводится индивидуальная консультация с психодиагностикой и коррекцией с целью оптимизации жизнедеятельности клиента).
- **Оптимизация межличностных отношений** (может проводиться групповая консультация с элементами тренинга).
- **Организационное развитие** (управленческое консультирование).

# Принципы психологического консультирования

**равноправное взаимодействие  
психолога и клиента,  
неманипулятивный подход**

**безоценочное отношение к  
клиенту и уважение его как  
личности, ориентация на его  
нормы и ценности**

**формирование у клиентов  
установки на самостоятельное  
решение возникших проблем**

**принятие участниками  
консультирования  
ответственности за совместные  
решения**

**принцип  
причинности**

**воздержание психолога от  
прямых и конкретных советов**

**разграничение личных и  
профессиональных  
отношений**

**принцип  
профессионализма**

**консультативный альянс –  
высокий уровень открытости  
и доверия**

**ориентация клиента на  
самого себя**



# Принципы расспроса клиента о конкретных ситуациях

- Выбираемые ситуации должны быть тесно связаны с содержанием основных жалоб клиента, с теми моментами межличностных отношений, которые являются трудными, проблемными.
- Обсуждаемые ситуации должны быть типичными, часто встречающимися в жизни клиента, чтобы по ним можно было судить об особенностях взаимоотношений в целом.
- Желательно, чтобы эти ситуации были достаточно развернутыми, описывающими целостные паттерны взаимодействия, то есть негативные, позитивные и нейтральные характеристики отношений.

# **Нормативно-правовая база, регламентирующая деятельность психолога-консультанта.**

**Конвенция о правах ребенка.  
Принята Генеральной  
Ассамблеей ООН 20.11.89 и  
ратифицирована Верховным  
Советом СССР 13.06.90.**

**Рабочие материалы всероссийского  
совещания «Служба практической  
психологии в системе образования  
России. Итоги и перспективы» (6—7  
июня 2002 г., Москва).**

**Резолюция Всероссийского  
совещания «Служба  
практической психологии в  
системе образования  
России. Итоги и  
перспективы» Формы учета  
деятельности педагога-психолога  
образовательного учреждения.**

**Об использовании рабочего времени  
педагога-психолога образовательного  
учреждения. Министерство  
образования Российской Федерации.  
Инструктивное письмо 24.12.2001 г. №  
29/1886-6**

**Этический кодекс психолога**

Чем больше консультант знает о себе, тем лучше поймет своих клиентов и наоборот - чем больше консультант знает своих клиентов, тем глубже понимает себя.



Профессиональные и личные качества психолога-консультанта

Профессиональная  
проницательность  
Н.А. Аминов

Социальный  
интеллект  
Н.А. Аминов

Способность решать  
задачи на общение  
Н.В. Бачманова

Гуманность (духовность,  
эмпатийность, открытость,  
этичность, мудрость,  
порядочность, сдержанность,  
терпеливость, веру в другого  
человека, благородство.  
Л.Б. Шнейдер

Общий  
интеллект  
Н.А. Аминов  
М.В.  
Молоканов

Самопознание  
Р. Кочюнас

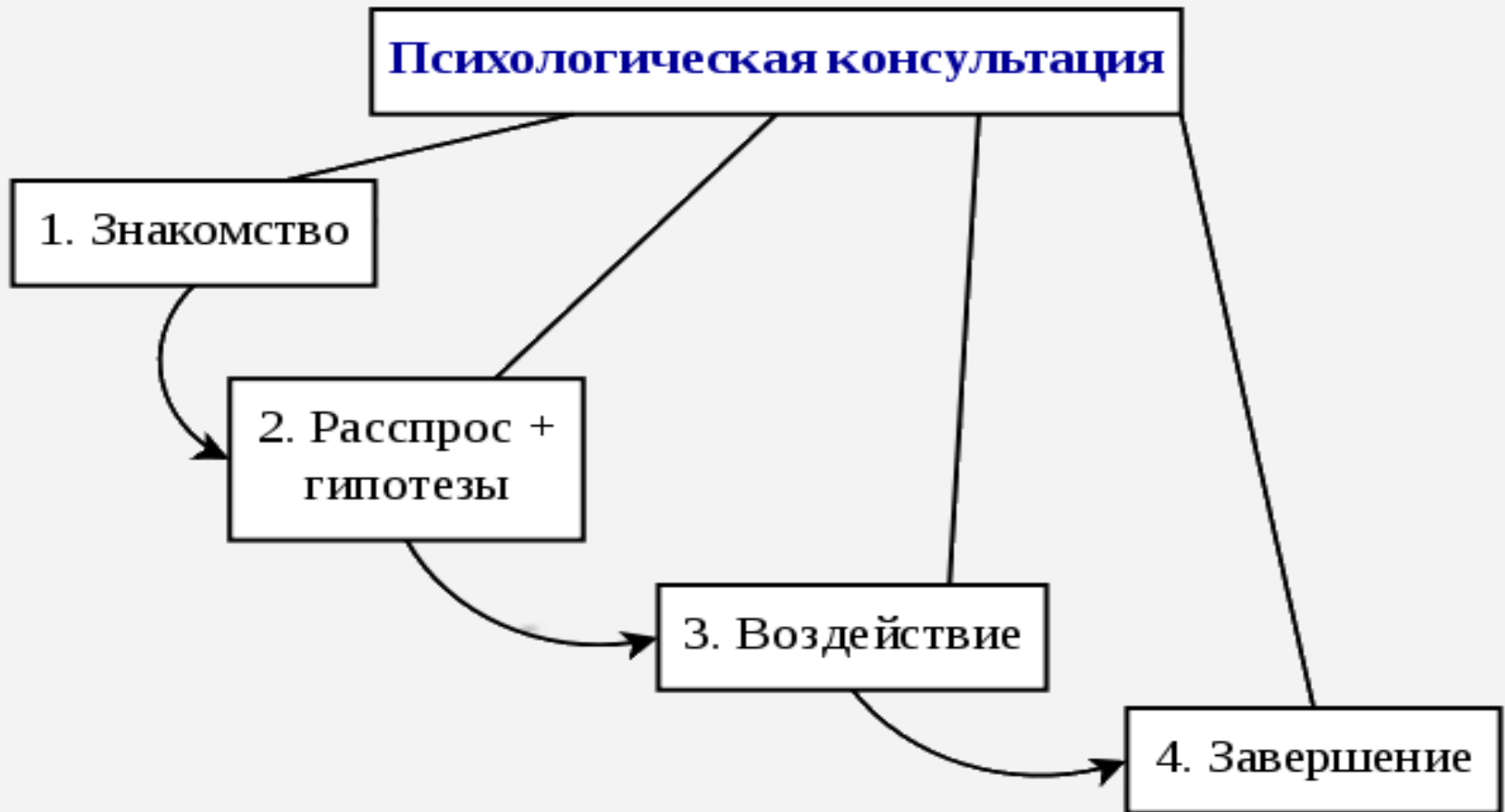
Открытость собственному  
опыту Р. Кочюнас

Аутентичность Р. Кочюнас

Поддерживающий стиль  
общения Н.А. Аминов и М.В.  
Молоканов

Стрессоустойчивость Н.А.  
Аминов и М.В. Молоканов

# Этапы консультирования



**КОНТАКТ (установление и поддержание контакта)**

**ЗАПРОС (определение и уточнение запроса)**

**ПЛАН (разработка совместно с клиентом плана действий)**

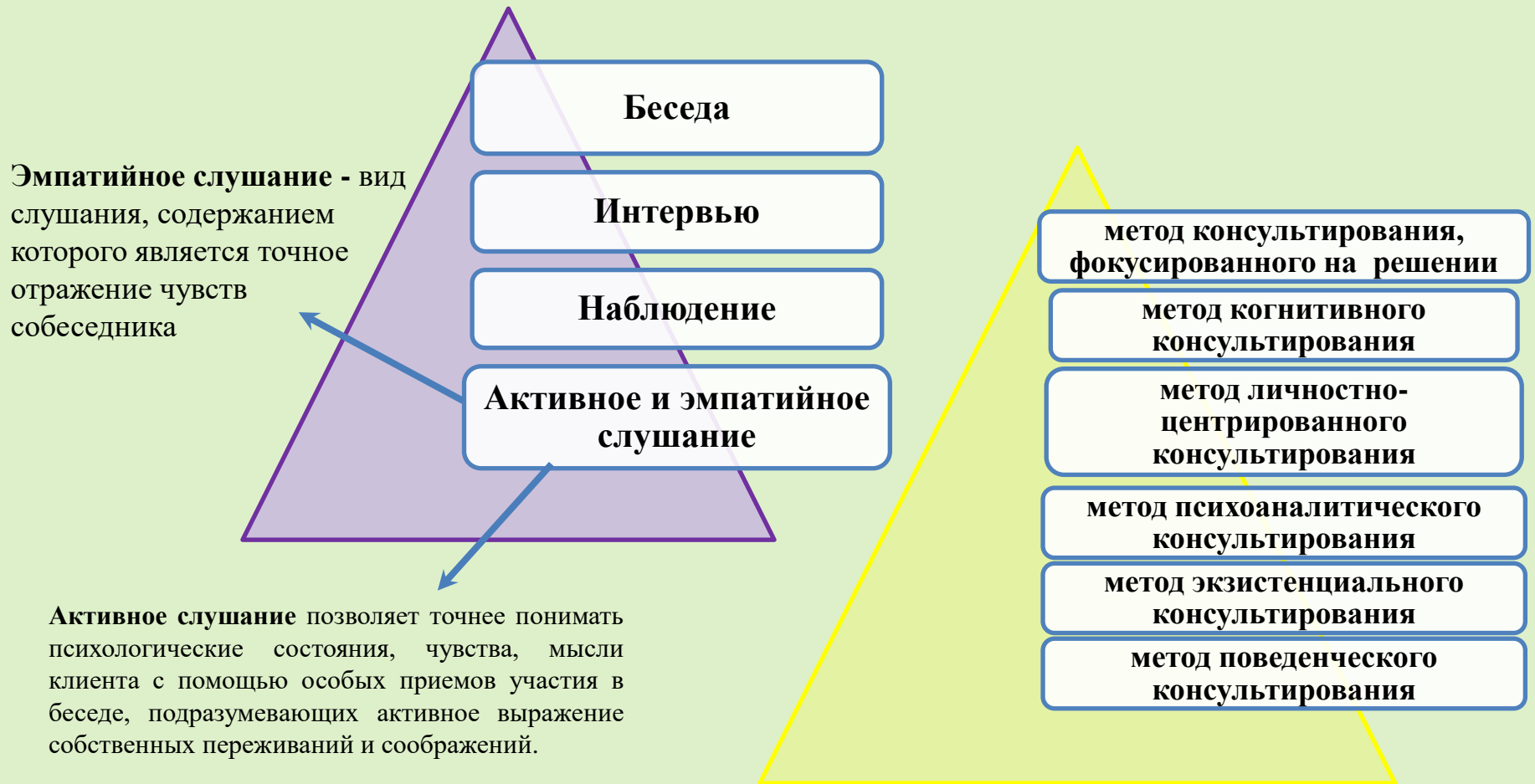
**НАСТРОЙ НА РАБОТУ (проверка готовности к работе)**

**РЕАЛИЗАЦИЯ (работа над запросом)**

**ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ (не всегда, в зависимости от запроса)**

**ЗАВЕРШЕНИЕ (подведение итогов, сопоставление с запросом)**

# Методы психологического консультирования



# Техники психологического консультирования

