



Развитие профессионально важных качеств у психолога-консультанта

Важнейшее требование профессиональной этики - это компетентность консультанта. В связи с этим возникают вопросы: “Какая профессиональная подготовка может обеспечить компетентное консультирование?” и “Какой опыт необходим претенденту на роль консультанта?”

Во многих странах **статус консультанта определяется лицензией**, предоставляющей формальное право заниматься профессиональной деятельностью. Чтобы **получить ее**, надо пройти официальную академическую программу профессиональной подготовки, **проработать определенное количество часов под наблюдением квалифицированного специалиста** и иметь установленный **минимум профессионального опыта**. Такая система лицензирования ограничивает возможность заниматься практикой лицам, не имеющим соответствующей квалификации. Однако лицензия, к сожалению, не гарантирует, что консультант эффективно и компетентно справится со своими обязанностями. При обучении психотерапии и психологическому консультированию наряду с необходимостью приобретения соответствующей теоретической базы под квалифицированным руководством часто



Развитие профессионально важных качеств у психолога-консультанта

М. Сох (1988) говорит: **“Жизненный опыт консультанта интегрируется с возрастающим багажом профессиональных знаний на основе углубленного самопознания. Даже отлично подготовленному консультанту не одинаково легко со всеми людьми, зато ему гарантирован душевный комфорт”**.

Развитию самопознания способствует обширный и интенсивный курс индивидуальной и групповой терапии, особенно в группах, ориентированных на совершенствование личности. Каждый консультант до начала профессиональной деятельности, а также в процессе работы должен пройти личную терапию, т.е. решать свои проблемы при содействии опытного профессионала. Как известно, в психоанализе длящийся до нескольких лет самоанализ является

Метод
«Шесть шляп мышления»
Эдварда де Боно

ПОЛНОЦВЕТНОЕ
МЫШЛЕНИЕ В ШЕСТЬ КРАСОК

«Put on your thinking hat»

Надень свою

мыслительную шляпу



Белая шляпа

- Информация



Красная шляпа

**Чувства
и
Интуиция**



Чёрная шляпа

Критика



Жёлтая шляпа

Логический
ПОЗИТИВ



Зелёная шляпа

**Креативност
ь**



Синяя шляпа

Управлени
е
процессом



Структура консультативного процесса

Условно беседу консультанта с клиентом можно разделить на четыре этапа:

- 1) знакомство с клиентом и начало беседы;**
- 2) расспрос клиента, формулирование и проверка консультативных гипотез;**
- 3) коррекционное воздействие;**
- 4) завершение беседы.**

В большинстве случаев *время приема составляет один час*
(как у нас, так и за рубежом).

Ориентировочно этот час можно распределить по выделенным выше этапам беседы следующим образом:

1) начало беседы -5-10 минут;

2) расспрос клиента -25-35 минут;

3) коррекционное воздействие -10-15 минут;

4) завершение беседы -5-10 минут.

ЗНАКОМСТВО С КЛИЕНТОМ И НАЧАЛО БЕСЕДЫ

Этап сбора информации, формулировки и проверки гипотез.

На данном этапе главная задача консультанта - как можно лучше разобраться в проблемах клиента, понять, с чем связаны основные конфликты и тревоги.

Условно этот этап беседы можно разделить на два подэтапа:

на первом из которых психолог еще ничего не знает о клиенте и поэтому больше всего заинтересован в том, чтобы последний максимально полно рассказывал о себе и о своей ситуации.

Второй этап начинается тогда, когда консультант уже имеет достаточно информации для того, чтобы сформулировать психокоррекционные гипотезы и начать их проверку.

Пока клиент говорит, психолог не просто слушает, а работает. Условно можно выделить несколько направлений работы на этом этапе консультирования:

- **поддерживает контакт с клиентом.**

Наиболее эффективный способ поддержания контакта с клиентом в то время, как он говорит о себе, - внимательное, эмпатическое слушание. Для того чтобы клиент чувствовал, что его внимательно слушают, обычно достаточно того, чтобы консультант подбадривал и одобрял его, говорил с клиентом невербальным языком ;

2) стимулирует его на дальнейший рассказ.

Полезной для психолога информации следует отнести, прежде всего, историю возникновения проблемы (когда и в связи с чем, она появилась); отношения клиента со всеми действующими в его рассказе лицами, их отношения к проблеме; представление о том, чем именно вызвана проблема с точки зрения самого человека и окружающих людей;

3) способствует целенаправленному развитию беседы,

не позволять клиенту говорить все подряд; для того чтобы лучше концентрировать внимание на материале, консультант может вслух или про себя повторять последние перед паузой слова клиента. Такое повторение - хороший способ стимулировать на рассказ и поддерживать контакт;

4) осмысливает то, что говорит клиент.

- **через 15-20 минут**

после начала беседы консультант должен уже достаточно хорошо разбираться в проблеме и ситуации клиента, быть готовым к тому, чтобы перейти ко **второй фазе расспроса** - формулированию и проверке консультативных гипотез.

Гипотезы консультанта основываются на том, что рассказывает клиент о себе и своих проблемах. Но это лишь база для их построения.

Гипотезы в психологическом консультировании – это варианты более конструктивных позиций в ситуации, вероятные способы переориентации клиента в его отношении к своим проблемам.

**Проверка возникших гипотез является
основным содержанием работы
консультанта.**

Они направлены на уточнение возникших
у консультанта идей (гипотез).

Услышав полный рассказ, консультант может подтвердить или опровергнуть гипотезу, например, о том, что жена сама первая провоцирует конфликты, для того чтобы использовать их затем как средство давления на мужа, выдавая себя за жертву.

Самостоятельный рассказ клиентов никогда не бывает настолько полным, чтобы сразу же удовлетворить психолога, и обычно вслед за описанием ситуации следует **подробный расспрос.**

Легкость ответов клиента ?

- Часто встречающаяся трудность для клиента в таком рассказе - **описание собственных переживаний и чувств других людей.**
- Чувства и переживания глубже отражают действительность, больше говорят о плохо осознаваемых, часто скрытых для самого клиента желаниях и конфликтах, лежащих в основе его проблем

Для того, чтобы гипотеза консультанта подтвердилась или была опровергнута, обсуждения одной конкретной ситуации недостаточно;

необходимы хотя бы два-три таких примера. И только в том случае, если во всех обсуждаемых ситуациях прослеживается один и тот же паттерн поведения и переживания,

гипотезу консультанта можно считать подтвердившейся или опровергнутой.

Существуют некоторые принципы для отбора ситуаций, о которых следует расспрашивать клиента:

- Выбираемые ситуации должны быть тесно связаны с содержанием основных жалоб клиента.
- 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.

ОШИБКИ КОНСУЛЬТАНТА В ХОДЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

- **ПЕРВЫЙ ВИД ОШИБОК**

Неверное понимание проблемы клиента. Это может произойти из-за дефицита информации, полученной в ходе консультирования.

*** Не следует торопиться с окончательным определением проблемы, необходимо получить максимально подробную информацию о конкретных ситуациях.**

**** Консультант может оказаться чрезмерно ригидным и неспособным отказаться от своей первоначальной концепции, начинает подгонять полученные факты под нее и игнорировать то, что в нее не вписывается.**

*****Неправильная интерпретация полученной информации.**

Неправильная интерпретация может быть следствием таких особенностей консультанта, как :

- предвзятое (сугубо положительное или сугубо отрицательное) отношение к нему,**
- собственные нерешенные проблемы, если они аналогичны проблемам клиента,**
- недостаточная чувствительность в улавливании вербальной и невербальной информации,**
- недостаточная психологическая грамотность.**
- идентификация себя с клиентом.**

ВТОРОЙ ВИД ОШИБОК – неверные рекомендации.

ТРЕТИЙ ВИД ОШИБОК - рекомендации в принципе верные, но нереальные.

Такие рекомендации практически невыполнимы либо в силу внутренних причин (т.е. особенностей клиента), либо в силу внешних обстоятельств (нет денег, нет физической возможности). Пытаясь выполнить нереальные рекомендации, клиент теряет мотивацию к работе.

3. Этап осуществления психокоррекционного воздействия.

- Этот этап действительно можно считать наиболее трудным для начинающих консультантов, поскольку оказываемое воздействие не должно и не может носить форму просто совета или рекомендации.**

- **Задача консультанта на этом этапе состоит в том, чтобы еще раз внимательно проанализировать особенности поведения клиента,**

лежащие в основе проблем, не упустив при этом основополагающего вопроса: чего именно стремится добиться клиент своим поведением, какие его потребности удовлетворяются конфликтом.

- Большую помощь в этом может оказать консультант, но, естественно, не предлагая конкретные советы и рекомендации. Только сам человек может понять и оценить, что действительно будет работать.
- Роль психолога при решении этой задачи состоит, прежде всего, в том, чтобы помочь клиенту сформулировать возможные альтернативы поведения, а затем, критически оценивая их, выбрать наиболее подходящий вариант («Мозговой штурм»).

Цель консультанта при этом

- помочь клиенту сформулировать как можно большее число возможных вариантов поведения, а затем, внимательно анализируя их, выбрать то, что является наиболее подходящим для данного человека в его ситуации.

- **Чем более конкретным, разработанным будет вариант позитивного реагирования клиента, тем больше шансов, что он действительно изменит свое поведение и отношение к ситуации.**

Этап завершения беседы.

- **За 5-10 минут до окончания консультации, можно сказать клиенту:**

«К сожалению, время нашей беседы подходит к концу, но может у вас остались ко мне вопросы?»

и далее договориться о следующей встрече.

ОДНАКО, в ходе беседы недопустим педантизм, при котором соблюдение расписания становится самоцелью.

При нестандартных ситуациях (кризис, суицид) ОСОБЕННО важно дать клиенту закончить свой рассказ, проявить заинтересованность к его проблеме и наметить хотя бы начальные пути выхода из

На этом этапе психолог должен осуществить целый ряд мероприятий, без реализации которых эффективность даже самого успешного воздействия может быть значительно снижена. К их числу можно отнести следующее:

- 1) подведение итогов беседы, т.е. краткое обобщение всего происшедшего за время приема (метод активного слушания – резюмирование);**
- 2) обсуждение вопросов, касающихся дальнейших отношений клиента с консультантом или другими необходимыми специалистами;**
- 3) прощание консультанта с клиентом.**

Подавляющее большинство клиентов, впервые обращающихся за психологической помощью, ориентированы на разовый прием.

- Для того чтобы повысить вероятность повторного прихода клиента и успешной работы с ним, консультант должен в конце первой встречи **достаточно четко сформулировать, какие именно задачи будут решаться в ходе последующих встреч и сколько конкретно встреч может для этого понадобиться.**

**Прощание с клиентом ритуальный акт.
Оно не должно выглядеть формальным.**

