



Методика консультирования женщин в ситуации репродуктивного выбора

Проект «Ты не одна»



Требования к психологу:

Оптимальный уровень профессиональной компетентности;

Опыт консультирования более 2-х лет;

Завершение своих внутренних конфликтов, прежде всего конфликтов отношений:

- * С Богом;**
- * С родителями;**
- * С братьями и сестрами;**
- * С противоположным полом;**
- * С супругом;**
- * С детьми;**
- * В том числе, с нерожденными детьми в своем роду.**

Этапы работы в консультировании

- Знакомство. Подстройка
- Сбор первичной информации (анамнез)
- Работа с прояснением причин
- Поиск ресурса, работа с причинами
- Проверка (Осталось ли еще что-то, что необходимо обсудить?)
- Завершение - прощание

Знакомство, подстройка и присоединение

Психолог представляет себя (и коротко о цели: моя задача прояснить ситуацию...),

* Подстройка и присоединение:

- * **цель подстройки** – создание ситуации, в которой человек восприимчив к воздействиям извне (то есть воздействиям психолога) и новым идеям, за счет повышения чувства ценности клиента; ослабление сознательных ограничений и стереотипов.

(- Я вижу что Вы очень взволнованы. С чем это связано?

- Да. Конечно же Вы сделаете то, что решите и давайте обсудим про более удобное время для вашего решения.
- А что у Вас послужило поводом думать о прерывании беременности?
- Вы ждете ребенка?)

* Присоединится к клиентской ситуации возможно через:

Содержание (т.е. на уровне индивидуальных убеждений, ценностей, критериев)

Поведение

И культуру (на уровне семейных, субкультурных и культурных стереотипов)

- При затруднении психолог может использовать «Незаконченные предложения» (в приложенных файлах) или другой короткий диагностический опросник .

Позиции восприятия

Я – оценка событий со своей собственной точки зрения, связанная с вашей системой ценностей (т.е. внешний мир вашими глазами, ушами, чувствами);

Другой – оценка событий с точки зрения другого человека, связанная с его системой ценностей (т.е. внешний мир чужими глазами, ушами, чувствами);

Наблюдатель – оценка событий с точки зрения независимого наблюдателя, не связанная с убеждениями и предположениями 1 и 2 позиции (как будто видеосъемка).

- * Работая с клиенткой, вы стараетесь представить, что в данной ситуации будет видеть, слышать, чувствовать она. Находясь во второй позиции, вы как-будто представляете себя в ее теле. В этой позиции вы представляете, что смотрите на себя чужими глазами. Как вы выглядите, как звучит ваш голос и какие ощущения вы испытываете с точки зрения другого человека? Во второй позиции у вас развивается способность к эмпатии.
- * Работа эффективна, когда психолог работает с клиенткой, находясь во 2-й позиции. Т.е. им осуществлена подстройка на глубоком уровне ценностных ориентиров. Т. о. переход во вторую позицию невозможен без осуществления подстройки.

Сбор первичной информации

- * То, что консультант фиксирует в своем рабочем журнале:
 - Срок беременности;
 - Какая по счету беременность;
 - Чем закончились предыдущие беременности (если были);
- (На этом этапе уже может начаться обсуждение и прояснение причин которые заставили женщину сомневаться в продолжении вынашивания)

Работа с прояснением причин методы сбора информации

- * **Наша цель:** встретиться в картине мира конкретного клиента. И эту картину мира клиент формирует и описывает с помощью определенных процессов: исключения; обобщения и искажения.

конкретные и неконкретные слова

- * Мы ничего не знаем про то, что говорит конкретная женщина (денег нет, муж пьет, негде жить и проч.)

1 процесс- ИСКЛЮЧЕНИЯ:

А) нет поясняющего слова после сказуемого (что? Кого? О ком? О чем?);

Б) клиент не говорит о ком идет речь (кто? С кем? О ком?)

моральное суждение или правило, которое клиент преподносит как универсальное

2. обобщение

А) неконкретные слова (неконкретные глаголы, прилагательные, наречия) (уточняющие вопросы – как именно? Что именно он/она делает? Как/в чем это проявляется?);

Б) все, ничего, никогда, всегда, постоянно, каждый, никто и т.п. (кто именно? Когда именно?)

3. искажение

А) номинализация – превращение глаголов в существительные. Событие обозначенное существительным воспринимается как свершившийся факт, с которым бессмысленно бороться. (преобразуем обратно);

Б) я должна, мне следует, я не могу, я обязана (помочь усомниться, вывести за пределы того, что клиент считает принятым и единственно возможным – Что вам мешает? Что случится если вы не сделаете этого? Что вас останавливает?)

Семантические нарушения

В) причина и следствие - излишняя зависимость состояния, реакции клиента от поведения других людей (Что вам мешает отреагировать по-другому? Разве ты не осознаешь, что можешь реагировать по-другому?)

Г) чтение мыслей – уверенность в том, что клиент знает мысли и чувства другого человека. (Как вы об этом узнали? Откуда вы знаете о...?)

Д) потеря исполнителя – это суждение, т.е. клиент считает что его модель мира и есть сам мир. (восполнить потерю исполнителя – О ком идет речь?)

Вопросы (технологичные)

- * Зачем?
 - * Для чего?
 - * С какой целью?
 - * Что тогда?
 - * Что будет, если....?
 - * Что дальше?
-
- * Вопросы ПОЧЕМУ? ИЗ -ЗА ЧЕГО?- **БЕССМЫСЛЕННЫ!!!**

Направления работы:



Работа с причинами

* Распространенные причины:

1. Неуверенность в партнере или его отсутствие;
2. Нежелание отказываться от своих планов;
3. Неудовлетворительное финансовое и жилищное положение;
4. Страхи, связанные с психотравмирующими ситуациями в прошлом;
5. Муж или родители против рождения ребенка;

Повышение степени осознанности ситуации

- * Помочь осознать, что она уже МАМА;
- * Дополнительные средства в работе:
 1. Муляжи малыша до 12 недель;
 2. Картинки и слайды этапов развития (демонстрация того срока с которым женщина сейчас);
 3. ПОЗИТИВНЫЙ видео материал;
 4. Оформление кабинета психолога детскими рисунками и фотографиями



Формирование образа будущего



О планах на будущее:

- Что для тебя самое главное в жизни?
- Где ты лучше всего себя чувствуешь, дома, на работе, на отдыхе?
- Насколько важно для тебя состояться в профессии, закончить учебу?
- Какие у тебя цели, приоритеты?
- Хочешь ли обрести друга?
- Выйти замуж?
- Создать семью?



Старость - не защищает от любви,
но Любовь - защищает от старости.

Пробуждение материнских чувств

Чем выше социальный и интеллектуальный уровень беременной женщины, чем более она независима и профессионально успешна, тем больше вопросов о смысле деторождения будет поставлено ею перед собой, тем труднее ей будет решиться стать матерью.



Вопросы о любви:

- Как думаешь, кто тебя сейчас сильнее всех любит?
- Кому ты сейчас более всех нужна?
- Кто тебя не разу не предал?
- Для кого ты самая прекрасная, самая красивая, самая лучшая?
- Кто знает и любит твой голос?
- Кто наслаждается твоей походкой?
- Для кого только ты являешься всем миром?
- Кто не может без тебя жить?



Экзистенциальный блок

- * Для работы необходимо быть уверенным, что клиент эмоционально зрелый, обладает способностью к рефлексии, обладает достаточным интеллектуальным уровнем.
- * Пример: ранжирование ценностей (8-11 ценностей)
 - Семья
 - Деньги
 - Карьера
 - Дети
 - Успех в обществе
 - Жизнь человека
 - Творчество
 - Свободное время
 - Новые впечатления
- * Использование проективных методов (рисунок семьи, рисунок себя с проблемами сейчас и себя без беременности)

Препятствия в консультировании:

- * Отсутствие мотивации на консультацию (работа с сопротивлением);
- * Стрессовое состояние клиента (работа с чувствами)

5 шагов преодоления сопротивления клиента

1. Договориться с клиентом, в чем же проблема (т.е. предмет консультации). «Правильно ли я понимаю, что если Вы хотя бы ..., то будет уже лучше?»
- * 2. Договориться по поводу направления решения. Психологу здесь необходимо понимать, что цель должен выбрать сам клиент. И формулировка цели может совсем не касаться ребенка, но решая одну задачу, решит и вопрос о его дальнейшей судьбе.
- * 3. Предложить такое решение, которое показало бы альтернативное видение проблемы.
- * 4. Если клиент имеет маленькое «ДА» и большое «НО», обязательно ответить на возникающие у него вопросы. Поможет определение цели, как цели краткосрочной, ненадолго, предложить маленькие изменения вместо глобальных.
- * 5. Технические трудности: «ДА» большое, «НО» маленькое. Психолог задает вопросы клиенту – понимаете, что делать? Понимаете, как делать? Понимаете, зачем? Почему может не получиться?