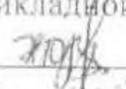


БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА

Факультет психологии
Кафедра прикладной психологии

(рег. № УМ-34-01-№ 83/2014)

Согласовано
Заведующий кафедрой
прикладной психологии


Н.Л. Пузыревич
6 ноября 2014 г.



Согласовано
Декан факультета


Д.Г. Дьяков
11 20 14 г.

ЭЛЕКТРОННЫЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «СУПЕРВИЗОРСКИЙ ПРАКТИКУМ ПО
ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ КОНСУЛЬТИРОВАНИЮ»

для специальности 1-23 01 04 Психология

Составители:

Н.А. Юркевич, преподаватель кафедры прикладной психологии;

Н.А. Данилова, преподаватель кафедры прикладной психологии

Рассмотрено и утверждено
на заседании Совета университета _____ 24.12 _____ 2014 г.
Протокол № 3

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В рамках оказания консультативной помощи психолог осуществляет диагностику психического развития личности, характера проблем, с которыми обратился клиент, выявляет причины их возникновения, формулирует психологический диагноз и прогноз; проводит консультационную работу, формулирует конкретные цели консультирования и психологической коррекции с учетом индивидуальности клиента и специфики ситуации, выбирает адекватные методы консультирования и психологической коррекции.

Цель создания электронного учебно-методического комплекса (ЭУМК) «Супервизорский практикум по психологическому консультированию» – развитие профессионального мышления и профессиональной позиции психолога, развитие профессиональных умений и навыков, позволяющих осуществлять консультативную деятельность, а также оценивать ее эффективность

Задачи:

- развитие профессиональной рефлексии профессиональной позиции в рамках «отношений помощи»;
- формирование навыков применения различных терапевтических процедур;
- развитие навыков проведения консультативной беседы;
- овладение навыками консультирования по специальным проблемам, а также навыками консультирования представителей различных возрастных групп

Обучение практике психологического консультирования – это обучение через опыт, тем самым оно всегда индивидуально, единично. Это обучение построению помехоустойчивых отношений, и поэтому оно происходит через отношения. Обучение через опыт предполагает эксперимент. Специфичность эксперимента в данном контексте обусловлена тем, что в консультировании и в психотерапии «истина» – раскрывающийся процесс, а не предмет, она динамична. Обучение практическим аспектам психологического консультирования включает также супервизию (групповую и парную), активное использование аудио- и видеозаписи. Основной используемой технологией является моделирование.

Такие актуальные проблемы как работа с сопротивлением, переносом и т.д. не выделяются в отдельные темы, так как в реальности носят спонтанный характер и практическое освоение способов работы с ними происходит по мере их актуализации.

В результате использования ЭУМК по учебной дисциплине «Супервизорский практикум по психологическому консультированию» студенты будут *знать:*

- основные процедуры и техники психологического консультирования, принципы и особенности их проведения;
- модели проведения консультативной беседы, а также специфику и содержание ее этапов
- схемы сбора анамнестических данных, принципы подбора психодиагностических процедур, адекватных ситуации консультирования
- основные направления и стратегии оказания консультативной помощи в конкретных ситуациях
- подходы к решению проблемы личностного и профессионального роста консультанта, а также приемы и способы самоанализа.

В результате использования ЭУМК по учебной дисциплине «Супервизорский практикум по психологическому консультированию» студенты будут *уметь*:

- планировать и организовывать консультативный процесс;
- устанавливать и поддерживать консультативный контакт, включая умения анализировать перенос и контрперенос и работать с ними, анализировать сопротивление и работать с ним;
- диагностировать и исследовать внутренний мир клиента.

В результате использования ЭУМК по учебной дисциплине «Супервизорский практикум по психологическому консультированию» студенты будут *владеть* навыками подбора и использования процедур и техник, соответствующих методологии консультанта, личности клиента, специфике консультативной задачи

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Тема 1. УСТАНОВЛЕНИЕ КОНСУЛЬТАТИВНОГО КОНТАКТА И СБОР АНАМНЕСТИЧЕСКИХ ДАННЫХ

Терапевтическое пространство: эмпатия, пространство манипуляции, пространство конфронтации, пространство опеки, пространство роста. Развитие умений и навыков установления и поддержания консультативного контакта.

Сбор анамнестических данных. Зависимость схемы анамнеза от методологической позиции психолога - консультанта. Развитие умений сбора анамнестических данных. Типы первичных интервью: информационно-ориентированное и ориентированное на установление отношений.

Терапевтический контракт и его составляющие.

Тема 2. СТРУКТУРИРОВАНИЕ КОНСУЛЬТАТИВНОГО ПРОЦЕССА

Деление консультативного процесса на стадии, фазы и этапы. Оптимизация процесса консультирования. Типичные процессуальные трудности. Задачи психолога-консультанта на различных этапах работы.

Завершение отношений консультирования: выбор времени завершения, завершение отдельных сессий, завершение отношений консультирования. Позитивное завершение консультирования и его преждевременное завершение. Постконсультационное сопровождение клиента. Оценка эффективности психологического консультирования.

Тема 3. ПРОЦЕДУРЫ И ТЕХНИКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Невербальное взаимодействие: время, тело, голос, пространство. Интерпретация невербального поведения. Базовые коммуникативные навыки: вопросы, слушание, прояснение смысла, отрицание чувств, обобщение содержания, обратная связь, паузы молчания.

Активное слушание. Пассивное слушание. Нереплексивное слушание.

Техники рефлексивного слушания: эхо-техника, перефразирование (цели и принципы), резюмирование.

Техники постановки вопросов: вопросы содержательного и эмоционального характера. Эффективные и неэффективные вопросы.

Прояснение смысла (принципы и цели). Восстановление логической последовательности рассказа. Фокус на эмоциях клиента. Фокус на мыслях клиента. Фокус на поведении клиента.

Отражение содержания: перефразирование и обобщение. Отзеркаливание содержания. Отзеркаливание чувств. Режим «психотерапевтического зеркала».

Техники, влияющие на напряжение клиента. Первичная и продвинутая (глубинная) эмпатия. Оказание поддержки. Акцент на позитивных моментах.

Информирование. Вербализация и ее этапы. Избирательная рефлексия. Интерпретация, ее виды и цели. Конфронтация (виды, цели, правила использования и ограничения). Самораскрытие психолога-консультанта. Парадоксальные вмешательства.

Трудности при освоении базовых техник и процедур. Умение подобрать и использовать способы воздействия, соответствующие индивидуальности клиента.

Речевая стилизация беседы. Способы речевого воздействия. Приемы речевой стилизации беседы. Использование вводных слов.

Тема 4. ИССЛЕДОВАНИЕ ВНУТРЕННЕЙ КАРТИНЫ МИРА КЛИЕНТА И ЕГО ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ

Стратегии понимания психологом-консультантом клиента: объяснение и интерпретация, их возможности и ограничения. Развитие умений понимания внутреннего мира другого человека. Навыки исследования внутреннего мира клиента. Навыки понимания внутреннего мира клиента.

Картина мира клиента и картина мира консультанта. Понимание и анализ картины мира клиента.

Освоение способов получения психологической информации, разработанных в рамках различных психотерапевтических концепций.

Личная мифология клиента и умения ее анализа и понимания. Развитие умений выделять и использовать в консультативной практике ведущие модальности и репрезентативные системы клиента, анализировать специфику его речи, а также выделять психологическую информацию.

Тема 5. АНАЛИЗ ЖАЛОБЫ КЛИЕНТА

Психологическая структура жалобы клиента: локус жалобы, самодиагноз, проблема, запрос. Типологии жалобы клиента. Анализ жалобы клиента. Развитие умений и навыков анализа жалобы клиента, освоение приемов работы с различными типами жалоб. Определение темы и формирование запроса. Виды запросов и их трансформация.

Определение потенциала клиента. Определение уровня проблемной рефлексии клиента. Выделение психологических трудностей клиента (анализ ключевых слов и выражений). Анализ текста и подтекста рассказа клиента.

Общие темы в личных историях клиентов.

Тема 6. ДИАГНОСТИКА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Функции психодиагностики в консультировании. Развитие навыков и умений проведения психодиагностического интервью и клинической беседы. Клинические выводы и их практическое применение. Функциональные пробы в психологическом консультировании. Наблюдение в психологическом консультировании и развитие профессиональной наблюдательности психолога-консультанта. Использование в практике консультировании карты Й.Шванцара и карты Стотта.

Стандартизированные психодиагностические процедуры в психологическом консультировании. Проблемы и потенциальные возможности применения тестов. Особенности проведения тестирования и интерпретации результатов в консультативной практике.

Навыки оценивания в консультировании. Формирование «диагностического впечатления» (Дж.Коттлер) и оценивание клиента.

Особенности мотивационных искажений у клиентов при проведении психодиагностических процедур. Психодиагностика в разных направлениях и видах консультирования.

Тема 7. СПЕЦИАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПРАКТИКИ

Трудный клиент: работа с манипулятивными клиентами; клиентами, проявляющими агрессию; «немотивированными» клиентами. Трудный клиент как отражение «трудностей» консультанта.

Консультирование представителей различных возрастных групп. Консультирование родителей по поводу проблем раннего возраста. Анализ типичных жалоб родителей дошкольников. Содержание консультирования по вопросам младшего школьного возраста. Типичные жалобы подростков, направления и способы работы с ними. Роль и место на первой консультации: особенности организации пространства для работы, особенности ситуации консультанта, структура и динамика сессии. Развитие у родителей мотивации к сотрудничеству и позитивных ожиданий.

Причины направления детей к консультантам-психологам. Экспертное консультирование учителей и администрации школы. Консультирование по проблемам трудностей в обучении. Формулирование заключения и его интерпретация для учащихся, учителей и родителей. Консультирование учителей и родителей по вопросам психического и психологического здоровья школьников.

Трудная ситуация в контексте судьбы человека. Основные принципы психологической интервенции. Гармонизация травмирующих переживаний.

Тема 8. САМОАНАЛИЗ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Анализ собственных достижений, ресурсов и ограничений. Рефлексия и обобщение собственного опыта. Развитие навыков самопонимания и рефлексии с целью профессионального самосовершенствования и профилактики синдрома эмоционального сгорания. Выявление склонности к развитию синдрома эмоционального сгорания и определение способов его профилактики.

Индивидуальный стиль консультирования и его исследование. Блоки креативности (Дж. Зинкер): страх неудач, неадаптивность к игре, неспособность обнаружить имеющиеся ресурсы, непоколебимая уверенность, избегание фрустрации, зависимость от традиций, бедность воображения, страх неизвестного, потребность в равновесии, боязнь оказать влияние, боязнь ослабить напряжение (дать возможность процессу разворачиваться в собственном темпе), бедность эмоциональной жизни, сенсорная нечувствительность. Ловушки консультирования. "Драматический треугольник" Карпмана (стереотипы спасательства). Определение собственных профессиональных страхов.

Средства «трудного» для себя клиента, способствующее осознанию собственных особенностей и собственной методологической позиции.

Супервизия: ее возможный фокус, Работа супервизорской группы, парная супервизия на группе, модифицированный вариант «миланской школы».

Личностный рост консультанта. Профессиональный рост консультанта.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Дневное отделение

Номер раздела, темы	Тема	Семинарские и практические занятия	Лабораторные занятия	УСРС	Всего аудиторных занятий
	Супервизорский практикум по психологическому консультированию	12	36	8	56
1	Установление консультативного контакта и сбор анамнестических данных.	2	4	2	6
2	Структурирование консультативного процесса	2	4	-	6
3	Процедуры и техники психологического консультирования	2	6	-	8
4	Исследование внутренней картины мира клиента и его индивидуальности.	2	4	2	8
5	Анализ жалобы клиента	2	4	-	6
6	Диагностика в психологическом консультировании.	2	4	2	8
7	Специальные вопросы консультативной практики.	2	6	-	8
8	Самоанализ психолога-консультанта.	-	4	2	6
Всего аудиторных часов по дисциплине		12	36	8	56

ЛИТЕРАТУРА

ОСНОВНАЯ:

1. Абрамова, Г.С. Введение в практическую психологию. / Г.С. Абрамова БрГПИ им.А.С.Пушкина,1993 – 144 с.
2. Бурменская Г.В. и др. Возрастно–психологический подход в консультировании детей и подростков. / Г.В. Бурменская – М.: Московский психолого-социальный институт, 2007. – 480 с.
3. Техники консультирования и психотерапии. Тексты. М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 624 с.
4. Ермакова, Е.Н. Психологическое консультирование: практикум / Е.Н. Ермакова. – Минск: БГПУ, 2007. –38 с.
5. Лютова-Робертс, Е.К. Тренинг начинающего консультанта: ведение доверительной беседы. / Е.К. Лютова-Робертс – СПб.: Речь,2007. – 307 с.
6. Мастерство психологического консультирования. / Под ред. А.А.Бадхена, А.М.Родиной. – СПб.: Речь, 2006. – 240 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Айви А.Е. и др. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. - М.: 1997. – 407 с.
2. Алешина Ю.А. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование.- М.: Независимая фирма «Класс», 2000.-208с.
3. Коттлер, Дж. Совершенный психотерапевт. Работа с трудными клиентами. / Дж. Коттлер – СПб.: Питер, 2002. – 320с.
4. Кочюнас Р.- Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический проект, СПб., 2002. – 464 с.
5. Мак Вильямс, Н. Психодинамическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Дж. Мак Вильямс / Пер.с англ. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 48 с.
6. Психотерапия детей и подростков . Под ред. Ремшмидта Х. – М., 2000 – часть3.
7. Рабочая книга школьного психолога. Под ред. И.В.Дубровиной – М.,1991 – часть 2.
8. Сидоренко Е.А. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру: СПб, 2000-352с.
9. Тодд, Д., Богарт, А. Основы клинической и консультативной психологии. / Д. Тодд, А. Богарт – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.-768 с.
10. Хухлаева, О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. Учеб.пособие для студентов высш.пед.учеб.заведений. / О.В. Хухлаева – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 208 с.
11. Чернявская, А.Г. Психотерапия. Шаг за шагом. Учебно-практическое руководство. / А.Г. Чернявская - Мн.: «ТетраСистемс», 2005 - 510 с.

ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

ПРАКТИЧЕСКИЕ (СЕМИНАРСКИЕ) ЗАНЯТИЯ

Семинар 1. Структурирование консультативного процесса (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Деление консультативного процесса на стадии, фазы и этапы. Оптимизация процесса консультирования. Типичные процессуальные трудности. Задачи психолога-консультанта на различных этапах работы.
2. Завершение отношений консультирования: выбор времени завершения, завершение отдельных сессий, завершение отношений консультирования. Позитивное завершение консультирования и его преждевременное завершение.
3. Постконсультационное сопровождение клиента. Оценка эффективности психологического консультирования.

Литература:

1. Алешина Ю.А. Индивидуальное семейное психологическое консультирование. - М.: Независимая фирма «Класс», 2000.-208с.
2. Кочюнас Р.- Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический проект, ОПЛ, 2002. – 464 с.
3. Лютова-Робертс Е.К. Тренинг начинающего консультанта: ведение доверительной беседы. / Е.К. Лютова-Робертс – СПб.: Речь,2007. – 307 с.
4. Мастерство психологического консультирования. / Под ред. А.А.Бадхана, А.М.Родиной. – СПб.: Речь, 2006. – 240 с.
5. Чернявская, А.Г. Психотерапия. Шаг за шагом. Учебно-практическое руководство. / А.Г. Чернявская - Мн.: «ТетраСистемс», 2005 - 510 с.

Семинар 2. Процедуры и техники психологического консультирования (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Невербальное взаимодействие: время, тело, голос, пространство.
2. Активное слушание. Пассивное слушание. Нереплексивное слушание.
3. Прояснение смысла (принципы и цели). Восстановление логической последовательности рассказа. Фокус на эмоциях клиента. Фокус на мыслях клиента. Фокус на поведении клиента.
4. Речевая стилизация беседы. Способы речевого воздействия.

Литература:

1. Айви А.Е. и др. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. - М.: , 1999. – 487 с.
2. Ермакова, Е.Н. Психологическое консультирование: практикум / Е.Н. Ермакова. – Минск: БГПУ, 2007. –38 с.
3. Кочюнас Р.- Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический проект, ОППЛ, 2002. – 464 с.
4. Лютова-Робертс, Е.К. Тренинг начинающего консультанта. ведение доверительной беседы. / Е.К. Лютова-Робертс – СПб.: Речь,2007. – 307 с.
5. Мастерство психологического консультирования / Под ред. А.А.Бадхена, А.М.Родиной. – СПб.: Речь, 2006. – 200 с.
6. Техники консультирования и психотерапии. Тексты. М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 624 с.
7. Чернявская, А.Г. Психотерапия. Шаг за шагом. Учебно-практическое руководство. / А.Г. Чернявская - Мн. «Тетра Системс», 2005 - 510 с.

Семинар 3. Исследование внутренней картины мира клиента и его индивидуальности (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Стратегии понимания психологом-консультантом клиента: объяснение и интерпретация, их возможности и ограничения.
2. Картина мира клиента и картина мира консультанта. Понимание и анализ картины мира клиента.
3. Способы получения психологической информации, разработанных в рамках различных психотерапевтических концепций

Литература:

1. Айви А.Е. и др. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. - М.: , 1999. – 487 с.
2. Ермакова, Е.Н. Психологическое консультирование: практикум / Е.Н. Ермакова. – Минск: БГПУ, 2007. –38 с.
3. Лютова-Робертс, Е.К. Тренинг начинающего консультанта: ведение доверительной беседы. / Е.К. Лютова-Робертс – СПб.: Речь,2007. – 307 с.
4. Сидоренко Е.В. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру: СПб, 2000-352с.
5. Техники консультирования и психотерапии. Тексты. М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 624 с.

6. Чернявская, А.Г. Психотерапия. Шаг за шагом. Учебно-практическое руководство. / А.Г. Чернявская - Мн.: «ТетраСистемс», 2005 - 510 с.

Семинар 4. Анализ жалобы клиента (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Психологическая структура жалобы клиента: локус жалоб, самодиагноз, проблема, запрос.
2. Типологии жалобы клиента.
3. Анализ жалобы клиента.
4. Определение темы и формирование запроса. Виды запросов и их трансформация.

Литература:

1. Айви А.Е. и др. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. - М.: , 1999. – 487 с.
2. Алешина Ю.А. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование.- М.: Независимая фирма «Класс», 2000.- 208с.
3. Коттлер, Дж. Совершенный психотерапевт. Работа с трудными клиентами. / Дж. Коттлер - СПб.: Питер, 2002. – 352с.
4. Лютова-Робертс, Е.К. Тренинг начинающего консультанта: ведение доверительной беседы. / Е.К. Лютова-Робертс – СПб.: Речь, 2007. – 307 с.
5. Мастерство психологического консультирования. / Под ред. А.А. Бадмеца, А.М.Родиной. – СПб.: Речь, 2006. – 240 с.
6. Чернявская, А.Г. Психотерапия. Шаг за шагом. Учебно-практическое руководство. / А.Г. Чернявская - Мн.: «ТетраСистемс», 2005 - 510 с.
7. Ключонас Р.- Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический проект, ОППЛ, 2002. – 464 с.
8. Мак Вильямс, Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак Вильямс / Пер.с англ. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 480 с.

Семинар 5. Диагностика в психологическом консультировании (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Функции психодиагностики в консультировании.

2. Клинические выводы и их практическое применение.
3. Стандартизированные психодиагностические процедуры в психологическом консультировании. Проблемы и потенциальные возможности применения тестов.
4. Особенности мотивационных искажений у клиентов при проведении психодиагностических процедур. Психодиагностика в различных направлениях и видах консультирования.

Литература:

1. Абрамова, Г.С. Введение в практическую психологию. / Г.С. Абрамова БрГПИ им.А.С.Пушкина,1993 – 144 с.
2. Айви А.Е. и др. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. - М.: , 1999. – 487 с.
3. Кочюнас Р.- Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический проект, ОППЛ, 2002. – 464 с.
4. Мак Вильямс, Н. Психодиагностическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак Вильямс / Пер.с англ. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 480 с.
5. Тодд, Д., Богарт, А. Основы клинической и консультативной психологии. / Д. Тодд, А. Богарт М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.- 768 с.

Семинар 6. Специальные вопросы консультативной практики (2 часа)

Вопросы для обсуждения:

1. Консультирование представителей различных возрастных групп. Консультирование родителей по поводу проблем раннего возраста. Анализ типичных жалоб родителей дошкольников.
2. Содержание консультирования по вопросам младшего школьного возраста.
3. Причины направления детей к консультантам-психологам.
4. Экспертное консультирование учителей и администрации школы.
5. Консультирование по проблемам трудностей в обучении. формулирование заключения и его интерпретация для учащихся, учителей и родителей. Консультирование учителей и родителей по вопросам психического и психологического здоровья школьников.

Литература:

1. Бурменская Г.В. и др. Возрастно–психологический подход в консультировании детей и подростков. / Г.В. Бурменская – М.: Московский психолого-социальный институт, 2007. – 480 с.
2. Ермакова, Е.Н. Психологическое консультирование: практикум / Е.Н. Ермакова. – Минск: БГПУ, 2007. –38 с.
3. Коттлер, Дж. Совершенный психотерапевт. Работа с трудными клиентами. / Дж. Коттлер – СПб.: Питер, 2002. – 352с.
4. Мастерство психологического консультирования. / Под ред. А.А.Бадхена, А.М.Родиной. – СПб.: Речь, 2006. – 240 с.
5. Психотерапия детей и подростков . Под ред. Ремшмидта Х. – М., 2000 – часть3.
6. Рабочая книга школьного психолога. Под ред. В.В.Дубровиной – М.,1991 – часть 2.
7. Хухлаева, О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: Учеб.пособие для студентов высш.пед.учеб.заведений. / О.В. Хухлаева – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 208 с.

ПРАКТИЧЕСКИЕ (ЛАБОРАТОРНЫЕ) ЗАНЯТИЯ

В ходе лабораторных занятий внимание уделяется:

- решению различных задач, предлагаемых в форме проблемных психологических ситуаций;
- групповым обсуждениям, групповым дискуссиям, целью которых является развитие профессионального самосознания и творческого мышления психолога-консультанта. В ходе групповых дискуссий проходит обмен мнениями, по поводу описанных причинно-следственных связей и закономерностей, дается психологическая интерпретация проблемы, обсуждаются формы возможной психологической помощи и т.д.;
- игровому моделированию, в ходе которого выбранные из группы "психолог" и "клиент" (иногда другие персонажи) знакомятся с основным содержанием ситуации, мысленно входят в роли и начинают обыгрывать продолжение консультационного взаимодействия. В ходе игрового моделирования, отрабатываются базовые психотерапевтические навыки и умения, а остальные члены группы получают опыт супервизии;
- реальной консультативной практике, в ходе которой в "тройках" ведется консультирование, решаются проблемы клиентов, анализируется работа психолога.

Лабораторное занятие 1. Установление консультативного контакта и сбор анамнестических данных (4 часа)

Цель: Развитие умений и навыков установления и поддержания консультативного контакта. Развитие умений сбора анамнестических данных

Задачи:

Содержание занятия:

1. Терапевтическое пространство: эмпатия, пространство манипуляции, пространство конфронтации, пространство опеки, пространство роста.
2. Развитие умений и навыков установления и поддержания консультативного контакта.
3. Сбор анамнестических данных. Зависимость схемы анамнеза от методологической позиции психолога - консультанта.
4. Развитие умений сбора анамнестических данных. Типы первичных интервью: информационно-ориентированное и ориентированное на установление отношений.
5. Терапевтический контракт и его составляющие.

Ход занятия:

--Упражнения, направленные на исследование собственных возможностей и ограничений в проявлении эмпатии.

Задание 1. Исследование эмпатии

Все члены группы обсудят следующие вопросы:

1. В чем заключается различие между эмпатией и симпатией?
2. До какой степени можно быть эмпатичным по отношению к другому человеку?
3. По отношению к каким людям вы чаще всего испытываете эмпатию?
4. По отношению к каким людям вам трудно испытать эмпатию?

Обсуждение заканчивается составлением резюме, которые используются при групповом обсуждении вопроса о роли эмпатии в консультировании.

Упражнение 2

В микрогруппах (по 3-4 человека) проводится «мозговой штурм», целью которого является составление списка высказываний, в которых проявляется эмпатия консультанта по отношению к клиенту, его позиция «я с Вами».

Затем проводится групповое обсуждение и анализ сформулированных высказываний.

Упражнение 3

Упражнение направлено на исследование собственных ограничений в проявлении эмпатии. Работа ведется в парах. Каждая пара получает список возможных клиентов и отмечает те их качества, которые могут препятствовать проявлению эмпатии к ним. Обсуждение длится 15-20 мин., затем проводится групповое обсуждение того, почему членам группы было сложно сопереживать тому или иному человеку. Происходит поиск альтернативных стратегий, а также

учреждений и служб, куда рекомендуют обратиться клиентам в том случае, когда консультанту не удается построить отношения, основанные на эмпатии.

Выполняя данное упражнение, необходимо оценить собственный диапазон проявления эмпатии по отношению к людям, которые включены в следующий список:

- мужчина, которого обвиняют в совершении насилия над детьми;
- девушка, планирующая прервать беременность;
- беременная девочка-подросток;
- семейная пара «свингеров»;
- «мужчина, сообщающий Вам, что он гей»;
- женщина, которая слышит «голоса»;
- мужчина, сообщающий Вам о том, что он избивает жену;
- женщина, которая подвергается в семье физическому и психологическому насилию и терпит это из-за материальной выгоды. Вынашивает планы мести.

Подсказка: консультант не может быть эмпатийным ко всем клиентам без исключения. Наши чувства, убеждения, система ценностей могут вступать в противоречия с взглядами других людей, в том числе и наших клиентов.

- Упражнения, направленные на развитие невербальных и вербальных навыков установления контакта.

Упражнение 4. Подстройка

Задание направлено на развитие невербальных навыков установления и поддержания консультативного контакта. Работа проводится в тройках. Двое участников должны обсудить любую проблему. Один из них получает задание таким образом, чтобы о нем не знал другой. Этот участник получает задание выполнять в обсуждении активную роль и подстраиваться к особенностям **речи и дыхания** другого. Третий участник наблюдает за речевым поведением обоих.

Обсуждение в группе включает в себя оценку эффективности приема через рефлексии «пассивного» участника; анализ сложностей, которые возникали у «активных» собеседников, наблюдения супервизора.

На следующем этапе работы используется та же процедура выполнения, но «активные» собеседники получают задание подстраиваться **под жесты и мимику** партнера.

Подсказки «активным» собеседникам: обратите внимание на то, что это достаточно распознаваемая техника и в этом случае собеседник может оценить наше поведение как насмешку.

Упражнение 5

Этот вид активности предоставляет возможность использовать навыки установления и поддержания консультативного контакта в ситуации, моделирующей реальную консультативную практику. В ходе учебной консультации проанализируйте невербальные «ключи» клиента. Как Вы их использовали для установления и поддержания консультативного контакта? Обсудите это в группе.

Подсказка для консультанта: обратите внимание на следующие невербальные «ключи» клиента:

- рассматривание консультантом вызывающим пристальным взглядом «бегающий» с объекта на объект взгляд;
- отвод глаз от консультанта, когда он посматривает на клиента, частоту задержки взгляда вблизи консультанта;
- поза - она может служить показателем настороженности или физической усталости, свидетельствовать о самозащите; выражения лица; руки и жесты - движения рук и других частей тела часто носят символический характер, могут указывать на что-то неладное; манипулирование своим телом (кусание ногтей, хрустение суставами, выдергивание волос);
- тон голоса (монотонный, бесчувственный, с измененной модуляцией, строгий, нежный, ласковый, уверенный, слабый, нерешительный, дрожащий, напряженный);
- темп речи - быстрый, умеренный, медленный;
- произношение - отчетливое или невнятное (мелкость голоса нередко выдает внутреннее отношение к высказыванию: искренность часто проявляется в отчетливости голоса, смелость - в твердости голоса; неясная, слишком тихая речь часто означает нежелание общаться);
- дистанция, так как не всегда осознаваемое приближение к партнеру или стремление отдалиться от него свидетельствует о выраженности желания или нежелания углублять отношения;
- одежда - ее детали могут рассказывать об установках человека.

– Упражнения, направленные на сбор анамнестических данных.

Упражнение 6.

Доброволец садится на горячий стул и рассказывает о себе все, что захочет. Остальные члены группы активно слушают и задают вопросы, направленные на сбор анамнеза. В конце упражнения проводится обсуждение: удалось ли собрать полный анамнез, с какими трудностями столкнулись при формулировке вопросов, как себя чувствовал «клиент», был ли налажен консультативный контакт, как это сказалось на результатах работы.

– Групповое обсуждение—рефлексия.

Компетенции, приобретаемые на лабораторном занятии:

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны

знать: способы установления и поддержания консультативного контакта, различные схемы сбора анамнестических данных.

уметь: устанавливать и поддерживать консультативный контакт, собирать анамнестические данные

Лабораторное занятие 2. Структурирование консультативного процесса (4 часа)

Цель: развитие навыков структурирования консультативного процесса завершения консультативной сессии

Содержание занятия:

1. Навыки структурирования консультативного процесса.
2. Навыки завершения отдельных сессий, завершение отношений консультирования.
3. Позитивное завершение консультирования и его преждевременное завершение.

Ход занятия:

- Анализ видеозаписи консультаций, обсуждение приемов работы психолога на каждом этапе консультативного процесса.

Упражнение 1

Проанализируйте видеозапись консультации или учебную консультацию в группе. В качестве основы используйте предлагаемый ниже список наиболее типичных ошибок консультантов (Л. С. Абрамова, 1997). Затем на основе предлагаемых в другом списке мер профилактики подготовьте конкретные рекомендации, которые могут помочь консультанту преодолеть те ошибки в работе, на которые вы обратили внимание.

Ошибки	Профилактика
1. Отсутствие личного обращения к клиенту в ходе интервью.	1. Использование имени клиента в ходе интервью.
2. Получение очевидных и банальных советов	2. Освоение предмета профессиональной деятельности.
3. Излишняя личная заинтересованность в содержании интервью.	3. Освоение профессиональной позиции и этики
4. Уход от профессионального взаимодействия в бытовое	4. Анализ содержания контрпереноса
5. Использование специальной, редко употребляемой в быту	5. Говорить простым, ясным, литературным языком.
	6. Организация пространства и времени. Анализ содержания контрпереноса.
	7. Безоценочное общение.
	8. Владение

<p>терминологии.</p> <p>6. Стремление консультанта занять своими личными высказываниями большую часть времени.</p> <p>7. Навязывание своего мнения клиенту.</p> <p>8. Отсутствие четких целей интервью.</p> <p>9. Уличение клиента в неискренности, стремление «поймать» его.</p> <p>10. Постоянные апелляции к мнению других людей.</p>	<p>предметом интервью.</p> <p>9. Следование предмету интервью.</p> <p>10. Анализ собственной профессиональной позиции. Ориентация на то, что цель интервью - переживания человека в контексте индивидуального жизненного пути.</p>
--	--

- Отработка различных этапов консультации: установление контакта, сбор информации, определение проблемы, прояснение желаемого результата, альтернативных путей решения проблемы, поиск ресурсов, обещание, завершения консультации.

Упражнение 2. Отработка студентами навыков ведения консультативной беседы на начальных этапах консультирования, слушания и понимания (установление контакта и сбор информации).

Преподаватель предлагает одному из студентов разыграть перед группой роль клиента, предложив некоторую реальную или гипотетическую проблему для анализа. Другому студенту предлагается осуществлять роль консультанта. Остальные члены группы выполняют роль супервизоров. Однако на протяжении занятия студент, осуществляющий роль консультанта, может неоднократно меняться. В некоторых случаях роль клиента может взять на себя преподаватель.

По ходу развертывания процесса консультирования преподаватель может комментировать действия консультанта или клиента, предлагать им занять ту или иную позицию, предлагать другим членам группы включиться в работу, помочь консультанту.

Прежде всего, отрабатываются навыки знакомства с клиентом. Обращается внимание на необходимость наличия стандартной фразы, с которой начинается процесс консультирования. Например: «Что Вас привело ко мне?»

При отработке у студентов навыков слушания особое внимание уделяется тому, чтобы студенты внешне демонстрировали свою включенность в беседу: кивали головой, произносили местоимения, свидетельствующие о том, что они слушают, смотрели в глаза клиенту, при этом были доброжелательны и безоценочны.

Одной из основных ошибок студентов на этом этапе работы является переход к этапу коррекции, когда этап диагностики, по сути, еще не завершен. Преподаватель обращает внимание студентов на подобные ошибки.

Преподаватель требует от студентов, чтобы каждого более или менее продолжительного высказывания клиента они делали резюме и только после этого говорили то, что хотели сказать. Необходимо кратко, но точно пересказать мысли и чувства, недавно выраженные клиентом, пытаться делать это до тех пор, пока клиент не выразит свое согласие с пересказом. Это формирует навыки понимания в процессе слушания.

В резюме не следует делать акцент на том отрицательном, что сказал клиент, скорее следует выделить и подчеркнуть положительные аспекты сказанного. Резюме консультанта должно быть направлено на повышение самооценки клиента, на увеличение осознания им собственных сил и возможностей. Резюме консультанта должно усиливать новые силы в клиента, а не укреплять его в позиции безнадежности. У студентов формируются навыки подведения подобного рода резюме.

Те же самые требования предъявляются и к формулировкам вопросов, которые консультант задает клиенту. Преподаватель также следит за тем, чтобы вопросы не были слишком длинными или непонятными, перегруженными научными психологическими терминами, ставящими клиента в тупик. У студентов отрабатываются навыки конструктивной постановки вопросов.

Упражнение 3.

Работа в тройках: «клиент», «психолог», «супервизор». Сработка третьего этапа консультирования (желаемый результат). Задача психолога прояснить, каким клиент видит желаемый результат, чего он хочет достигнуть, добиться в случае идеального решения проблемы. Супервизор отслеживает насколько целесообразным было использование техник выслушивания и воздействия, удалось ли психологу помочь клиенту в осознании цели, идеала клиента, не навязывал ли психолог клиенту своего видения проблемы и ее возможного решения.

Упражнение 4. «Позитивное переформулирование»

Инструкция. Упражнение выполняется в тройках, по 10 мин на каждого и 3—5 мин на обсуждение. Психолог внимательно слушает клиента. Каждое негативное высказывание клиента о себе, своей личности, своем поведении перемещается в другую «систему координат», где она охватывается его позитивными сторонами (позитивное намерение). Используемая психологом система координат должна быть знакома клиенту. Иногда последний забывает о ней или давно не пользуется. Задача психолога — напомнить ему о наличии других взглядов на одно и то же событие.

В позитивной психотерапии к данному техническому приему относятся как к «способу бытия».

Технический комментарий. Клиент часто бывает встревоженным и обеспокоенным тем, что он видит в себе, его поступки неправильны. В рассказе психологу он может пытаться утаить часть информации либо подавлять беспокойство и смущение путем блокировки истинных чувств, мыслей, искажения своего рассказа.

В данном упражнении главная задача психолога-консультанта — внимание к ситуации клиента и подтверждение, что предпринятые им действия правильны и достойны уважения. Даже в том случае, если не до конца ясна ситуация, психолог концентрируется на подтверждении, что каждое действие клиента является разумным.

Данное упражнение основано на наблюдении, что события не имеют значения сами по себе. Их значение устанавливается в сравнении с другими событиями. В зависимости от системы ценностей, актуального состояния, жизненного опыта клиента одно и то же событие может восприниматься по-разному. Если рассматривать каждый шаг, каждое действие клиента как

движение в направлении ясности и совершенства, то его можно рассматривать как желательное и важное состояние и поведение.

Упражнение 5. Работа пары (психолог-клиент) на группе .

Цель: прояснение четвертого (выработка альтернативных решений) и пятого (переход от обучения к действию) этапа.

На этом этапе важно поработать с разными вариантами решения заявленной проблемы. Научиться работать с рецидивами. Научиться завершать консультирование. Данный этап может быть достаточно длительным. Членам группы даются персональные задания по отслеживанию тех или иных феноменов, возникающих, в ходе сессии.

– Групповое обсуждение

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны **знать:** модели проведения консультативной беседы, а также специфику и содержание ее этапов

уметь: планировать и организовывать консультативный процесс;

Лабораторное занятие 3. Процедуры и техники психологического консультирования (2 часа)

Цель: овладение основными процедурами и техниками психологического консультирования

Содержание занятия:

1. Техники, влияющие на напряжение клиента. Первичная и продвинутая (глубинная) эмпатия. Оказание поддержки. Акцент на позитивных моментах.
2. Информирование. Вербализация и ее этапы. Избирательная рефлексия.
3. Интерпретация ее виды и цели. Конфронтация (виды, цели, правила использования и ограничения).
4. Самораскрытие психолога-консультанта. Парадоксальные вмешательства.
5. Трудности при освоении базовых техник и процедур.

6. Код занятия:

- Анализ видеозаписи консультаций, выявление ошибок консультанта, техник, влияющих на напряжение клиента.

Упражнение 1

Проанализируйте видеозаписи консультаций или учебные консультации в группе. Сравните работу разных консультантов по параметрам, выделенным в таблице Е. В. Сидоровой.

Техники, влияющие на напряжение партнера

Снижают напряжение:

- подчеркивание общности с партнером: сходство интересов, мнений,

личностных черт и др.;

- вербализация эмоционального состояния: а) своего, б) партнера;
- проявление интереса к проблемам партнера;
- предоставление партнеру возможности выговориться;
- подчеркивание значимости партнера, его мнения в ваших глазах; ® в случае вашей неправоты - немедленное признание ее;
- предложение конкретного выхода из сложившейся ситуации;
- обращение к фактам;
- спокойный уверенный темп речи;
- поддержание оптимальной дистанции (45-120 см), угла поворота тела (45-90 градусов) и его наклона (меньше прямого угла), контакт глаз 3-5 с
- не реже одного раза в минуту.

Повышают напряжение:

- подчеркивание различий между собой и партнером;
- игнорирование эмоционального состояния: а) своего, б) партнера; демонстрация незаинтересованности в проблеме партнера;
- перебивание партнера;
- принижение партнера, негативная оценка личности партнера, приуменьшение вклада партнера в общее дело и преувеличение своего;
- оттягивание момента признания своей неправоты или отрицание ее;
- поиск виноватых и обвинение партнера;
- переход на «личности».
- резкое убыстрение темпа речи;
- избегание пространственной близости и контакта глаз.

– Упражнения наработку навыков вербализации, «отзеркаливания» содержания и обратительной рефлексии. Работа в парах.

Упражнение 2. Вербализация

Техника «вербализации» является основой активного слушания. Работа проводится в парах, где один участник - «клиент», другой - «консультант». Задача «консультанта» - беседовать с «клиентом» по волнующей клиента проблеме, используя технику «вербализации». Через 20 мин. происходит обмен ролями.

Когда работа в парах закончена, проводится групповое обсуждение возможностей использования данной техники и области ее применения.

Подсказка для консультанта:

Этапы вербализации

Техники	Определения	Как это сделать?
Вербализация, ступень А	Повторение: дословное воспроизведение, цитирование сказан-	Вставляйте цитаты из высказываний партнера в собственные фразы; повторите дословно последние слова

Вербализация, ступень Б	Перефразирование: краткая передача сути высказывания	Старайтесь лаконично сформулировать сказанное партнером; следуйте логике
Техники	Определения	Как это сделать?
Вербализация, ступень В	Интерпретация: высказывание предположения об истинном значении сказанного или о причинах и целях	Задавайте уточняющие вопросы, используйте предположительные вопросы, оставляя за партнером право уйти от ответа.

Упражнение 3. «Отзеркаливание» содержания

Цель использования данной техники - помочь клиенту свободно рассказывать о проблеме, выстраивать цепочку собственных рассуждений, искать ответы на собственные вопросы.

Работа проводится в парах, где один участник - «клиент», другой - «консультант». Задача «консультанта» беседовать с «клиентом», используя только «отзеркаливание» содержания или простую рефлексию. Через 10 мин. происходит обмен ролями.

Когда работа в парах закончена, проводится групповое обсуждение использования данной техники и области ее применения.

Заключительный вопрос: «Чему научились участники, выполняя данное упражнение?».

Подсказка для «консультанта»: «отзеркаливание» содержания - это процесс, когда консультант «возвращает» клиенту несколько последних сказанных им слов, с тем, чтобы помочь ему продолжить рассказ или найти ответы на свои вопросы. Основное внимание здесь - интонации, с которыми говорит консультант, которые должны повторять интонации клиента. Кроме того, важно, чтобы «отзеркаливание» не звучало, как вопрос, так как это мешает клиенту выстроить цепочку рассуждений.

Упражнение 4. «Отзеркаливание» чувств

Цель использования данной техники - помочь клиенту углубиться в собственные переживания, что будет способствовать самораскрытию, самопознанию и самопониманию.

Работа проводится в парах, где один участник - «клиент», другой - «консультант». Задача «консультанта» беседовать с «клиентом», используя технику «отзеркаливания» чувств. Через 10 мин. происходит обмен ролями.

Когда работа в парах закончена, проводится групповое обсуждение использования данной техники и области ее применения.

Заключительный вопрос: «Чему научились участники, выполняя данное упражнение?».

Подсказка для консультанта: «отзеркаливание» чувств (или режим психотерапевтического зеркала) - это процесс, в рамках которого консультант обозначает словами те чувства и переживания, которые он слышит в словах клиента. В основе этого процесса лежит эмпатия. Важно при этом избежать приписывания клиенту собственных чувств и установок.

Упражнение 5. Избирательная рефлексия

Цель использования данной техники - анализ ключевых слов и высказываний клиента. Она предполагает вычленение слова или фразы, которую клиент каким-то образом выделил. Обратите внимание на пример:

Клиент: «Я не понимаю, зачем обязательно сохранять семью. Люди сражаются «до последнего патрона», даже если их уже ничего не связывает. И мои родители так делали, а теперь и я это повторяю. Но все равно это не мое. Мне кажется, это неправильно, мы даже не заботимся друг о друге, мы говорим друг другу ужасные вещи...»

Консультант: «Вам кажется, что сохранять эти отношения неправильно...»

Клиент: «Ну что я могу сделать?!...»

Работа проводится в парах, где один участник - «клиент», другой - «консультант». Задача

«консультанта» - беседовать с «клиентом», используя технику избирательной рефлексии. Через 10 мин. происходит обмен ролями.

Когда работа в парах закончена, проводится групповое обсуждение использования данной техники и области ее применения.

Заключительный вопрос: «Чему научились участники, выполняя данное упражнение?».

Подсказка для консультанта: не забывайте о том, что ключевое слово или фраза всегда как-то выделяются на фоне общей эмоциональной речи клиента. Выделенное в рассказе клиента ключевое слово или фраза затем

«возвращаются» клиенту с тем, чтобы побуждать его к дальнейшему самоанализу

– Групповое обсуждение

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны

знать: основные процедуры и техники психологического консультирования, принципы и особенности их проведения.

уметь: подбирать и использовать процедуры и техники, соответствующие методологии консультанта, личности клиента, специфике консультативной задачи

Лабораторное занятие 1. Процедуры и техники психологического консультирования (2 часа)

Цель: овладение основными процедурами и техниками психологического консультирования

Содержание занятия:

1. Интерпретация невербального поведения.
2. Базовые коммуникативные навыки: вопросы, слушание, прояснение смысла, отражение чувств, обобщение содержания, обратная связь, паузы молчания.
3. Навыки рефлексивного слушания: эхо-техника, перефразирование (цели и принципы), резюмирование.

Принципы перефразирования

1. Перефразирование должно быть кратким.
2. Перефразирование должно ограничиваться теми вещами, которые, с вашей точки зрения, являются существенными.
3. При кризисной интервенции перефразирование должно по возможности концентрироваться на том содержании, которое актуально для клиента в данный момент.

Использование вводных слов

Как при перефразировании, так и при отражении чувств (см. далее в этой главе) важно начинать свое высказывание со слов: «Мне показалось, что...», «У меня возникло предположение...», «Я услышал это так ...», «Вы хотите сказать, что...», «Иными словами...», «Насколько я понял...», «Похоже на то, что...». Репертуар этих вводных слов может быть разнообразен, и со временем у каждого консультанта формируются свои индивидуальные предпочтения. Важно,

чтобы эти слова отвечали одной цели — подчеркнуть, что вы не изрекаете объективную истину, а лишь высказываете свое субъективное мнение, которое клиент может принять, уточнить или отвергнуть. Таким образом, сама конструкция фразы приглашает клиента к исследованию его внутреннего мира, а не звучит как диагноз «специалиста».

Пример использования перефразирования
Клиент: Мне кажется, я в последнее время очень изменилась. Раньше я была веселая, у меня было много друзей. Люди ко мне тянулись, все получалось само собой. Сейчас я как будто в состоянии ступора. Мне стало тяжело общаться, тяжело слушать людей. Я продумываю заранее, что мне сказать. Получается искусственно, люди это чувствуют. Меня стали меньше приглашать в компании, мне кажется, со мной избегают общаться.

Консультант: Я поняла так, что в последнее время вам кажется, что у вас изменилось состояние, вам трудно сосредоточиться на том, что вам говорят, пропала естественность в общении.

Клиент: Да, трудно сосредоточиться. То же самое происходит на работе. Я гораздо больше все делаю, забываю важные вещи. Раньше меня всегда звали. Тогда были трудные, капризные клиенты. Я со всеми ладила, они меня даже не раздражали. У меня все легко получалось. С ребенком тоже начались проблемы.

Консультант: Можно сказать, что эти изменения вы чувствуете в разных сферах своей жизни — и на работе, и в общении с ребенком.

ОТРАЖЕНИЕ ЧУВСТВ КЛИЕНТА

Отражение чувств — это обозначение переживаний клиента, которых он прямо не говорит, но которые вы можете в нем предположить, исходя из его невербальных проявлений (поза, жесты, мимика, тон голоса), а также из особенностей его ситуации.

Цели отражения чувств

1. Помочь клиенту идентифицировать свои чувства и побудить его больше говорить о своих переживаниях в связи с проблемой.
2. Помочь клиенту вентилировать свои чувства и таким образом снизить уровень напряжения.
3. Показать клиенту, что вы понимаете и принимаете его чувства, что позволит улучшить качество контакта.

Принципы отражения чувств

1. Подбирайте для обозначения чувства клиента слово, которое соответствовало бы *интенсивности* его переживания. Если вы будете называть «ярость» «недовольством», а «отчаяние» «огорчением», то есть будете часто использовать мягкие определения для обозначения сильных чувств, отражение чувств не достигнет своей цели. В попытках быть услышанным напряжение клиента может возрасти, а не снизиться. С другой стороны, неадекватное отражение интенсивности переживаний может стать для клиента скрытым сообщением о том, что сильным чувствам здесь не место и что ему не позволено быть таким, какой он есть. В результате качество контакта может ухудшиться и клиент может закрыться.

2. Старайтесь сосредоточиться на актуальных чувствах клиента.

3. Отражайте чувство, старайтесь говорить просто и коротко, по возможности говоря о каждом чувстве в каждый момент времени. Краткость увеличивает ясность и сводит к минимуму возможность интерпретаций. В фокусе внимания остается клиент.

4. Позитивные формулировки более эффективны, чем негативные («Вы чувствуете себя оскорбленным» вместо «Вы не чувствуете себя счастливым»).

5. Сомнение в том, что вы способны дать точное отражение, может помешать вам. Давайте ваше отражение уверенно. Клиент может принять его, уточнить или опровергнуть. Чрезмерная озабоченность поисками наиболее точного слова, может привести к смещению фокуса с рассказа клиента на вашу собственную тревогу.

Пример использования отражения чувств

Клиент: Он не имел права так со мной поступать! Разве он знает мою жизнь?! Как он мог так со мной поступить!

Консультант: То есть вы чувствуете гнев и возмущение...

Клиент: Конечно, потому что это несправедливо! Я всю дорогу шла от него и плакала.

Консультант: Я услышала, что вы чувствовали обиду и бессилие.

Клиент: Да, он растоптал меня, а я ничего не могу, он сидит довольный.

Консультант: Было так больно, что хотелось его как-то наказать.

1.3. ПРИСОЕДИНЕНИЕ ЧУВСТВА К СОДЕРЖАНИЮ

Это вербальный навык, объединяющий отражение чувств с перефразированием содержания. Этот процесс помогает прояснить чувства и связать их с вызвавшими их событиями, за счет чего уменьшается ощущение хаоса, и проясняются объекты работы.

Пример использования присоединения чувства к содержанию

Клиент: Когда мы поженились, он сказал, что не хочет детей. Я говорю: «Да это как же!», настаивала. Ну с первым ребенком он смирился, сказал: «Вот ты хотела, пусть тебе будет». А потом когда я Костю кормила, поздно поняла, что снова забеременела. Ему говорю, что вот так, мол, и так, что делать будем?.. А он разозлился: «Это твои проблемы». Представляете? Как это, мои проблемы, ребенок ведь не от кого-то, от тебя.

Консультант: Я поняла так, что вас очень ранило то, что муж как бы отгородился от этой проблемы.

Клиент: Конечно, ведь не чужая, жена его... У меня После этого как захлопнулось что-то внутри.

Коусектифун: То есть было так больно и обидно, что вы как будто отделились от него.

Клиент: Да, как будто что-то пролегло между нами. Вот сейчас с детьми проблемы, так мне кажется, он как будто говорит мне: «Вот видишь, я был прав». То есть так-то он не говорит этого прямо, но мне кажется, что так он думает.

Консультант: Вы как будто молчаливо согласились, что вы одна отвечаете за проблемы детей, и сейчас вам из-за этого очень тяжело.

Клиент: Я думала, я сильная, я справлюсь (плачет).

ПРОЯСНЕНИЕ

Прояснение помогает получить дополнительную информацию от клиента о его проблеме или чувствах, связанных с ней.

Принципы прояснения

1. Первый шаг — это перефразирование того, что вы поняли из слов клиента. Второй шаг — задавание вопроса. При этом также важно использовать вводные слова, чтобы подчеркнуть ваше уважение к праву клиента отказаться от ответа. «Это звучит так, будто отношения с девушкой вызывают у вас чувство растерянности. Могли бы вы рассказать, с чем вы это отражением собственных чувств: «Я неуверен, что правильно понял вас. Могли бы вы сказать об этом подробнее?»

2. Предостережение: не задавать слишком большое количество проясняющих вопросов. Для клиента это может означать, что вы чувствуете неловкость по поводу обсуждаемой темы или хотите «исправить положение», то есть слишком быстро перейти к решению проблемы. Поэтому перед тем как задать проясняющий вопрос, мысленно проверьте свою мотивацию:

- Вы боитесь молчания клиента?
- Вам стало скучно?
- Проблема вызывает у вас неловкость, и вам хочется переменить тему?
- Вы пытаетесь исправить проблему или спасти клиента от нее?

Пример использования прояснения

Клиент: Я хотела поговорить о своих отношениях с бывшим мужем. Мы расстались два года назад. Много было переживаний — и гнев, и обида. Теперь все улеглось. Но я не могу с ним совсем порвать — у нас сын. Ему 13 лет, подростковый возраст, он нуждается в отце. Я хочу, чтобы у них были нормальные отношения, но понимаю, что для этого у меня самой должна быть ясность внутри.

Консультант: То есть для вас важно определить свою позицию по отношению к бывшему мужу. Вы сказали, что чувства гнева и обиды прошли; могли бы вы сказать, что вы теперь чувствуете к нему?

Клиент: Сейчас я в смятении. Возникает жалость к нему. Дело в том, что я считаю его слабым человеком, я вижу, что он не может найти место в жизни. Иногда он мне кажется беспомощным, и у меня возникает чувство вины за то, что я не помогаю ему решать его проблемы.

Консультант: Для меня это звучит так, словно вы и сейчас чувствуете ответственность за него. А могли бы вы сказать, чего бы вы хотели в отношениях с ним?

Клиент: Пожалуй, это правда, я как будто продолжаю чувствовать себя ему мамочкой. И, наверное, мне хотелось бы окончательно «развестись» с ним, то есть сохранить отношения, но чувствовать себя автономно.

ОТРАЖЕНИЕ СОБСТВЕННЫХ ЧУВСТВ

В процессе разговора с клиентом вы можете испытывать самые разнообразные эмоции — боль, сочувствие, скуку, раздражение. Эти чувства неизбежно будут влиять на качество вашего контакта, и их всегда важно осознавать. Однако невозможно дать однозначные рекомендации, когда полезно будет поделиться этими чувствами с клиентом и в какой форме это лучше всего сделать. Принимая решение по этому поводу, важно ориентироваться на один критерий — будет ли это работать на клиента.

Цели отражения собственных чувств

1. Проявление эмпатии, создание атмосферы доверия, улучшение качества контакта. Например: «Я увидел, что у вас увлажнились глаза, мне кажется, вам сейчас очень тяжело, и мне захотелось поддержать вас».
2. Говоря о своих чувствах по поводу ситуации клиента, вы облегчаете ему доступ к его собственным переживаниям, которые ему по разным причинам трудно признать. Например, когда консультант делится чувством гнева, которое возникает у него при рассказе клиента о совершенном над ним насилии, это может помочь клиенту выразить его собственный гнев.
3. Ваши чувства являются для вас дополнительным источником информации о состоянии клиента, его отношениях с собой и с другими людьми. Сообщение о чувствах консультанта может помочь клиенту лучше понять природу его затруднений.

Например: «Я почувствовала сейчас раздражение и протест. Мне кажется, вы на меня давите. Я подумала о том, что ваша дочь может чувствовать что-то похожее в отношениях с вами, и это может быть одной из причин ваших конфликтов».

Принципы отражения собственных чувств

Сообщение о своих чувствах строится таким образом, чтобы фокус внимания оставался на клиенте и клиент понимал, что, говоря о себе, вы продолжаете заботиться о нем, а не приглашаете его, клиента, заботиться или беспокоиться о вас.

Например, если консультант говорит о чувствах боли или печали, вызванных словами клиента, это может способствовать укреплению доверия и помогать установлению контакта, но в каких-то случаях способно вызвать у клиента чувство вины за то, что он перекладывает на консультанта бремя собственных переживаний. Важно дать клиенту понять, что вы сумеете позаботиться о себе и справитесь со своими чувствами боли и печали.

Пример отражения собственных чувств

Клиент: Ха-ха-ха. Когда вы на меня "так серьезно смотрите, у вас такое смешное лицо! У вас вообще очень неподвижное лицо, какая-то бедная мимика. Если хотите выразить мне свое сочувствие, делайте это как-нибудь по-другому. Ха-ха, нет, правда, очень смешно.

Консультант: Мое лицо кажется вам смешным, и вы не верите в мое сочувствие...

Клиент: Вы же обиделись? Я думаю, если бы мне кто-то говорил такие обидные вещи, я бы ужасно разозлилась. Вас, наверное, обучают не обижаться.

Консультант: Мне очень обидно. Но я знаю, что смогу справиться со своими чувствами. И сейчас я хотела спросить у вас, зачем вам нужно было меня обидеть. Наверное, это поможет прояснить ваши сложности в отношениях с окружающими.

ПРОЯСНЕНИЕ ПРОБЛЕМНОЙ СИТУАЦИИ (ВОЗМОЖНЫЕ ВОПРОСЫ)

Следующие вопросы помогают прояснить проблемную ситуацию, выявить трудности клиента и сформулировать его проблемы:

- Приведите пример проявления своей проблемы (когда предъявленная проблема звучит абстрактно, например «У меня низкая самооценка», описание конкретной ситуации необходимо консультанту, чтобы понять, что стоит для клиента за штампом «низкой самооценки», «комплекса неполноценности» или «дурного характера»),
- С чем вы связываете появление проблемы?

- Когда это появилось впервые? Что в этот момент происходило в вашей жизни?
- Как это случилось?
- Кто при этом присутствовал?
- Что делали эти люди?
- Где чаще всего проявляется проблема?
 - Где реже всего?
- Как вам кажется, отчего это зависит? Есть ли какие-нибудь закономерности?
- ® Были ли подобные ситуации в прошлом?
 - Если да, то как вы с ними справлялись?
 - Если проблема разрешится, что будет происходить в вашей жизни иначе?
 - Как вы будете себя чувствовать?
 - Как будут реагировать другие люди?
 - Что будет для вас знаком того, что в решении своей проблемы вы двигаетесь в правильном направлении? (опишите в терминах поведения).

В приводимом ниже примере консультант использует базовые навыки консультирования и вопросы для прояснения проблемной ситуации клиента.

Пример прояснения проблемной ситуации

Клиент: Меня зовут Дмитрий., Я учусь на втором курсе технологического института. В последнее время мне стало очень трудно заниматься. Беспорядно как-то. Не могу сосредоточиться. Часто, когда ко мне обращаются даже с очень простым вопросом, мне трудно ответить — неуверенность какая-то, волнение. Стало плохо спать. Пробовал валерьянку пить, чтобы успокоиться, в каникулы домой съездил, отдохнул — ничего не помогает. Время идет, а ничего не меняется.

Консультант: Я понял так, что вас больше всего беспокоит мысли о будущем — вам стало трудно учиться и ваше состояние не меняется, что бы вы ни делали.

Клиент: Да, меня волнует будущее, но и настоящее тоже. Ведь я не могу и общаться полноценно. Когда меня зовут куда-то на праздник, на день рождения, я чаще всего отказываюсь, боюсь, что возникнет эта неуверенность, беспокойство, и я буду глупо выглядеть. Так что меня уже перестали приглашать.

Консультант: То есть не только на учебу это влияет. Дима, вы сказали, что учитесь на втором курсе. Значит, вы сумели поступить в вуз и закончили первый курс, сдав две сессии. Могли бы вы сказать, как давно вас беспокоит ваше состояние?

Клиент: Первую сессию я сдал без проблем. А со второй уже было трудно. Да, пожалуй, началось с прошлой весны.

Консультант: Значит, первые признаки неблагополучия появились весной прошлого года. Вы с чем-то это можете связать, с какими-то неприятными событиями, переживаниями?

Клиент: Да нет. Ничего такого не было. Обыкновенная жизнь, никаких особенных событий.

Консультант: Давайте поговорим об этой обыкновенной жизни. Может быть, какое-то событие, какие-то обстоятельства, которые не показались значительными, все же повлияли на вас.

Клиент: Не представляю, что бы это могло быть. Ну приехал я учиться. Я сам с Великих Лук. Это маленький город в Псковской области. Я хорошо учился, школу окончил с медалью, в классе меня уважали. Здесь первое время трудно было. Город большой, потом, живу я в общежитии. С одной стороны, хорошо — сразу много друзей появляется, с другой стороны — трудно было привыкнуть, что всегда кто-то рядом есть.

Консультант: Получается, что вам поначалу было трудно, потому что слишком многое разом изменилось.

Клиент: Да, общежитие ведь — как большой проходной двор, любой может взять твои книги, спрашивать не принято, потом, гости, чай, трудно выкроить время для занятий.

Консультант: То есть вы лишились личного пространства.

Клиент: Ну да. Не скажешь же человеку прямо: «Ты мне мешаешь, я спать хочу» или «Мне заниматься надо». Когда тебя куда-то зовут, тоже отказываться неудобно. Иногда не хочешь, а пойдешь, чтобы не смеялись над тобой. Кстати, в компаниях тоже не все гладко было. Я у себя в городе, как говорится, душой общества был, а здесь... В больших городах у людей больше возможностей, не хотелось ударить в грязь лицом. Я иногда чувствовал себя напряженно.

Консультант: Мне кажется, вы говорите о том, что в компании вам трудно было завоевать положение, к которому вы привыкли, и это было неприятно, вы чувствовали напряжение..

Клиент: Как сказать, в общем, да. Я вроде не дурак, но иногда терялся... Когда в большой компании...

Консультант: Дима, что-то сейчас происходит с вами.

Клиент: Да... Я, пожалуй, вспомнил, когда в первый раз это было, когда эта неуверенность возникла. Мне нравилась одна девушка. Мы сейчас с ней встречаемся, у нас все серьезно. Так вот, она живет в нашем общежитии. Как-то я к ним в комнату зашел, там была она и ее подруга, соседка по комнате. Мы сидели, трепались, было очень хорошо. Потом пришел еще один парень со второго курса. Что-то стал рассказывать дурацкое, девчонки смеялись, сразу стали на него смотреть, а я как будто ни при чем. И вот мне как-то не по себе стало, беспокойно как-то. Я сказал, что у меня голова заболела, и ушел.

Консультант: Получается, беспокойство и неуверенность возникли, когда вы почувствовали конкуренцию.

Клиент: Да нет, почему. Ему моя Лида совсем и не нравилась. И он ей тоже. Когда я в свою комнату ушел, Лида через полчаса ко мне пришла, сказала что этот трепач ей надоел, пусть Катя его одна слушает. Мне варенье принесла, какие-то таблетки американские от головы. Так что мы с ней не поссорились тогда. Я ей ничего не сказал. Но уже видел, как они на него обе смотрели. Я подумал, что никогда не смогу так легко трепаться. И говорит-то какую-то ерунду. А все слушают. Потом в компании, когда он появлялся, сразу настроение у меня пропадало и хотелось уйти. А потом и без него тоже. И так и шло поехало.

Консультант: Позвольте, я скажу, как я все это услышал. Год назад вы зашли к своей девушке, говорили с ней и ее подругой и были душой компании, как вы привыкли. Но когда появился парень со второго курса, внимание перешло к нему, а вы оказались в тени. Вы расстроились, появились волнение, неуверенность, и вы ушли. Ваше состояние вызвало беспокойство у Лиды, она пришла к вам, и вы снова почувствовали ее внимание к вам и заботу. Это так?

Ход занятия:

- Анализ видеозаписи консультации.

Упражнение 1. Анализ видеозаписи консультации. интерпретация невербального поведения клиента и консультанта .

- Упражнения на развитие навыков интерпретации невербального поведения

Упражнение 2 «Трехступенчатая ракета»

Для выполнения этого упражнения группа разделяется на тройки. Каждый участник по очереди выполняет в трех ролях: клиента, консультанта и наблюдателя. Обычно смена ролей происходит через 15-20 минут.

Клиент пребывает с переживаниями актуальными в данный момент и занимается исследованием своего состояния.

Консультант помогает клиенту исследовать его состояние, используя схему трехступенчатой ракеты. Можно использовать одну ступень в том случае, если она первая. Вы можете использовать две ступени (первую и вторую, первую и третью) или три ступени (первая, вторая, третья). Таким образом, вы видите, что первая ступень в упражнении является обязательной. Например:

Я вижу, ты нахмурилась. (1)

Я вижу, ты нахмурилась и, мне кажется, ты чем-то недовольна. (1,2)

Я вижу, ты нахмурилась, и меня разбирает любопытство — хочется узнать, с чем это связано. (1, 3)

Я вижу, ты нахмурилась, мне кажется, ты чем-то недовольна, и мне хочется узнать, чем я могу помочь тебе. (1,2,3)

Участник, исполняющий роль клиента, ведет себя естественно. Он может откликаться на то, что говорит консультант, или просто рассказывать о том, что сейчас с ним происходит. Клиент и консультант работают вместе над исследованием состояния а настоящим. Если клиент

молчит, консультант может задавать вопросы — что с тобой происходит? и т. д. или отражать молчание клиента, т. к. это тоже то, что происходит с клиентом. В любом случае это упражнение помогает отработать навыки бытия здесь и теперь, присутствия с очевидным, отражения собственных чувств и т. д.

Наблюдатель — это зеркало консультанта. Наблюдатель отмечает невербальные (очевидные, проявления консультанта и ступени, которые консультант использовал в работе, и дает обратную связь по окончании работы. Например, наблюдатель отмечает, когда у консультанта получились все три ступени, когда две, когда первая и третья и т. д. Таким образом, наблюдатель учится присутствовать, быть внимательным и отражать очевидное. Кроме того, в обратной связи могут звучать предложения о том, что сам наблюдатель отметил бы у клиента в процессе упражнения или иначе сформулировал.

1. На первой ступени наблюдатель («Я») встречается с объектом:

Объект (стимул) → Я, наблюдатель, воспринимаю объект, то есть вижу, слышу, ощущаю, обоняю и благодаря этому встречаюсь с очевидным, явным.

2. На второй ступени из того, что я наблюдаю и воспринимаю, я проецирую свои переживания на этот объект:

Объект — Я проецирую: «Мне кажется», «Я предполагаю» и так далее.

3. На третьей ступени наблюдатель («Я») дает личностный ответ, то есть отмечает, как этот опыт откликается в нем:

Объект — Я отвечаю лично, например, «Я удивлен», «Мне интересно», и так далее.

Теперь давайте взглянем, как функционирует эта система. Предположим, я смотрю сейчас на Машу, которая склонилась над книгой. Она смотрит на открытую страницу и потирает пальцем лоб. «Я вижу, как ты смотришь на книгу и протираешь лоб», — говорю я. Это была первая ступень («очевидное, явное»). Теперь вторая ступень («проекция») — «...и мне кажется, что ты чем-то озабочена». И третья ступень («личностный ответ») — «...и мне хочется тебе помочь». Попробуем еще раз. Поворачиваюсь к Ане, которая в этот момент кашляет: «Я слышу, как ты кашляешь...», — это первая ступень, «...и представляю себе, что ты простыла», — это вторая ступень, «...и я беспокоюсь за тебя» — это третья ступень. Очень может быть, что Маша ничем не была озабочена, а Аня вовсе не простыла — не это здесь важно. Важно, что данная техника позволяет научиться откликаться на очевидное и быть кратким и конкретным в своих откликах, находя "для этого подходящие слова. Важно, чтобы вы научились легко отказать и присваивать собственные проекции, — «...и мне кажется, что ты чем-то озабочена», «...и представляю себе, что ты простыла», — и умели выражать их таким образом, чтобы побудить клиента больше говорить о его или ее переживаниях и наконец, чтобы вы выработали способность присваивать и выражать собственные чувства, что может помочь вам присутствовать в сессии и способствовать росту к вам доверяя со стороны клиента. Эта техника также направлена на бытие здесь и сейчас, в настоящем. Так вы видите, техника «трехступенчатой ракеты» помпгает Bad Piggies интринизировать многие базовые навыки. Поэтому, нам кажется, что это отличное упражнение для тренировки навыков и умений консультанта. Как групповое упражнение его хорошо использовать при работе в тройках.

- Упражнения в тройках на отработку навыков рефлексивного слушания: эхо-техника, перефразирование, резюмирование.

Упражнение 3 . Перефразирование

Работа проводится в парах, где один участник - «клиент», другой - «консультант». «Клиент» рассказывает о том, какая ситуация складывается у него сейчас на работе или на учебе. Его цель - описать это как можно подробнее. Время от времени «консультант» должен проверять, насколько он правильно понял суть рассказа клиента. Для этого он перефразирует высказывание клиента и использует вводные фразы. Примеры соответствующих фраз:

Если я Вас правильно понял ...

То есть, Вы имеете в виду, что ...

Значит ли это, что...

Через 10-15 мин. участники меняются ролями, и работа продолжается еще 10-15 мин. Затем проводится групповое обсуждение процесса и результата работы, в частности вопроса о доводах «за» и «против» использования данной техники.

Заключительный вопрос: «Какой опыт приобрели участники, выполняя данное упражнение?».

Подсказка для консультанта: эту технику рекомендуется использовать в тех случаях, когда не совсем понятно содержание или последовательность действий и событий, о которых говорит клиент. При этом в данном упражнении «консультант» имеет значительно больше времени на размышления о своевременности использования техники, чем это бывает в реальной практике, когда решение должно приниматься достаточно быстро.

Упражнение 4. Прояснение проблемы

На первом этапе выполнения задания группа обсуждает, каким образом можно помочь клиенту очерчивать круг имеющихся проблем. Например задавая открытые вопросы;

- посредством самораскрытия самого консультанта;
- слушая клиента;
- оказывая клиенту эмоциональную поддержку;
- помогая клиенту сфокусировать внимание на отдельных вопросах и т. д.

На втором этапе выполнения задания работа проводится в парах: «консультант» и «клиент». «Консультант» выслушивает «клиента» оказывая ему эмоциональную поддержку, с тем, чтобы последний описал «проблемную область» и выделил предпосылки появления проблемы. Затем «консультант» помогает «клиенту» сформулировать суть проблемы в одном предложении, а затем намечает цели на будущее. Затем проводится совместное обсуждение стратегий решения данной проблемы.

Вопрос для группового обсуждения: «Чему научились участники, выполняя данное упражнение?».

На третьем, заключительном, этапе все участники в парах в течении 15 мин. обсуждают вопрос: «Как мы решаем собственные проблемы?».

Затем проводится групповое обсуждение этого вопроса.

Подсказка для консультанта: для того, чтобы стать эффективным психологом-консультантом важно уметь дифференцировать и решать собственные проблемы, так как отсутствие личного роста будет препятствовать профессиональным успехам.

– Групповое обсуждение

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны

знать: основные процедуры и техники психологического консультирования, принципы и особенности их проведения

уметь: подбирать и использовать процедуры и техники, соответствующие методологии консультанта, личности клиента, специфике консультативной задачи

Лабораторное занятие 5. Процедуры и техники психологического консультирования (2 часа)

Цель: овладение основными процедурами и техниками психологического консультирования

Содержание занятия:

1. Техники постановки вопросов: вопросы содержательного и эмоционального характера. Эффективные и неэффективные вопросы.
2. Отражение содержания: перефразирование и обобщение. Отзеркаливание содержания. Отзеркаливание чувств.
3. Режим «психотерапевтического зеркала». Умение подбирать и использовать способы воздействия, соответствующие индивидуальности клиента.
4. Приемы речевой стилизации беседы. Использование вводных слов.

5. Ход занятия:

- Анализ видеозаписи консультации

Упражнение 1. Анализ видеозаписи консультации, выявление техник, используемых консультантом.

- Отработка техники постановки вопросов.

Упражнение 2. Умение задавать вопросы.

✓ Один из важнейших навыков построения психотерапевтических отношений состоит в умении задавать открытые и исследующие вопросы в процессе сбора информации. Представьте себе ситуацию, когда вы можете задать незнакомцу всего лишь три вопроса, а после этого вам необходимо, основываясь на полученных ответах, подробно рассказать о том, что собой представляет человек. Какие вопросы вы бы задали?

- ✓ Ответьте сами на вопросы, которые вы только что придумали.

✓ Возьмите за основу вопросы, которые вы сформулировали и используйте их для развития более глубоких отношений. Задайте эти и другие вопросы человеку на «горячем стуле». «Горячий стул»--это упражнение, в котором участники соглашаются отвечать как можно более честно на любые задаваемые вопросы. Оно используется для того, чтобы консультанты могли тренироваться задавать хорошие вопросы, позволяющие собирать ценную информацию и содействующие инсайту.

1. Опишите отношения, которые являются сейчас для вас самыми конфликтными. Затем ответьте на следующие вопросы, чтобы проработать этот конфликт:

- A. Что чаще всего выступает в роли пускового механизма, приводящего к началу или обострению конфликта?
- B. Как этот конфликт соотносится с другими конфликтами из вашего прошлого?
- C. Какую вторичную выгоду вы получаете из этого конфликта?

D. Что вы обещаете сделать, чтобы изменить стратегии реагирования на эту ситуацию?

E. Какие креативные стратегии вы могли бы использовать, чтобы попытаться преодолеть этот тупик?

- Отработка приемов речевой стилизации беседы. Сформулировать предложенную психологическую информации доступно для определенной категории клиента.

Упражнение 3. Разыграйте следующие ситуации первичной консультации с подопечными разного типа.

1. Подопечный, искренне заинтересованный в разрешении своей проблемы и адекватно воспринимающий возможности психологии. 2. Подопечный, воспринимающий психолога как волшебника и полностью перекалывающий на него все свои проблемы, преувеличивающий возможности психолога. 3. Подопечный, претендующий на высокий уровень знаний в психологии: я-то знаю, а вот что за специалист вы, я сейчас проверю. 4. Подопечный, ведущий за собой психолога своим словесным потоком, пришедший на консультацию для того, чтобы выговориться. 5. Подопечный, заинтересованный в консультации, но не понимающий своей проблемы, робкий и молчаливый. 6. Подопечный, претендующий на уникальность своего случая. 7. Крайне встревоженный подопечный, постоянно плачущий.

Упражнение 4. Использование *конкретных техник в работе с условным клиентом*

Работа проводится в парах, где один участник - «клиент», другой - «консультант».

Задача «консультанта» - инициировать беседу с «клиентом», а затем поддерживать ее, используя техники, указанные в полученной им карточке задания («зеркаливание» содержания, «отзеркаливание» чувств, избирательная рефлексия, слушание, проявление эмпатии, подведение итогов). Через 10 мин. начинается групповое обсуждение результатов работы. Большое значение при этом обсуждении имеет «обратная связь» со стороны условных клиентов.

Заключительный вопрос: «Чему научились участники, выполняя данное упражнение?».

Подсказка для консультанта: можно не просто отрабатывать навыки, предусмотренные заданием, но не упускать при этом из виду консультативную задачу, которая была поставлена в процессе беседы.

- Групповое обсуждение

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны:

знать: основные процедуры и техники психологического консультирования, принципы и особенности их проведения

уметь: подбирать и использовать процедуры и техники, соответствующие методологии консультанта, личности клиента, специфике консультативной задачи

Лабораторное занятие 6. Исследование внутренней картины мира клиента и его индивидуальности (4 часа)

Цель: Развитие умений понимания внутреннего мира другого человека, использования в работе ведущие модальности и репрезентативные системы клиента.

Содержание занятия:

1. Освоение способов получения психологической информации, разработанных в рамках различных психотерапевтических концепций.
2. Личная мифология клиента и умения ее анализа и понимания. Развитие умений выделять и использовать в консультативной практике ведущие модальности и репрезентативные системы клиента, анализировать специфику его речи, а также выделять психологическую информацию.
3. Развитие умений понимания внутреннего мира другого человека. Навыки исследования внутреннего мира клиента Навыки понимания внутреннего мира клиента.

Ход занятия:

- Упражнения на развитие умений выделять и использовать в консультативной практике ведущие модальности и репрезентативные системы клиента, анализировать специфику его речи, а также выделять психологическую информацию.

Упражнение 1. «Перевод языка модальностей»

Студенты получают задание перевести приведенные ниже высказывания с языка одной модальности на язык другой.

Таблица 1. Взаимный перевод языка модальностей

Неопределенные	Визуальные	Аудиальные	Кинестетические
Установка	Перспектива, точка зрения	Комментарий, мнение	Направленность, уклон, стойка
Обдумать	Советить	Обговорить	Прочувствовать
Проявлять настойчивость	Высматривать, выслеживать	Выслушивать, подслушивать	Добиваться, упорствовать, держаться
Продемонстрировать	Показать	Объяснить	Раскидать, вытащить, рассортировать
Испускать что-либо	Сиять, лучиться, искриться	Звучать, резонировать	Дрожать, вибрировать
Отсутствовать	Быть пустым, чистым	Быть оглушенным, безмолвным	Онеметь, замереть
Обычный, привычный	Тусклый	Однозвучный, приглушенный	Вялый, дряблый, безвкусный

Заметный, привлекающий внимание	Яркий, показатель, цветистый	Громкий, оглушительный	Прилипчивый, упорный, поразительный
Быть внимательным	Присматриваться, приглядываться	Прислушиваться	Беспокоиться, волноваться
Игнорировать	Упускать из виду	Не слышать	Не почувствовать, пропустить
Сделать заметным, привлекающим внимание	Выставить на вид, проявить	Провозгласить, оглашать	Выдвигать вперед, выставить
Замечать	Осматривать	Вслушиваться	Чувствоваться
Воспроизвести, повторить	Сделать обзор, просмотреть, обозреть	Обговорить, проговорить	Пройтись по, прогнать
Изложить	Показать	Рассказать	Провести
Придумать	Вообразить	Припомнить звучание	Ухватить, охватить
Напомнить о чем-либо	Выглядеть знакомым	Согласовываться с чем-либо, быть созвучным	Состыковаться, соприкасаться
Привлечь внимание к чему-либо	Указать	Заметить	Коснуться
Лишенный ощущений	Слепой	Глухой	Бесчувственный
Давайте обдумаем	Давайте рассмотрим	Давайте обговорим	Давайте прикинем

ЯЗЫКОВЫЕ ШАБЛОНЫ В ТРЕХ СИСТЕМАХ

Визуальная	Аудиальная	Кинестетическая
Я хочу показать вам ...	Послушайте внимательно, что я вам скажу ...	Я хочу, чтобы вы ощутили.
Как это сегодня выглядит?	Как это звучит теперь?	Что вы сейчас чувствуете?
Я вижу (не вижу) то, что вы хотите мне показать своим рассказом.	Я ясно вас слышу (не слышу)	Я схватываю (не схватываю) смысл. Я улавливаю (не улавливаю), то что вы хотите мне передать.

Видите, какая вырисовывается картина?	Вы можете услышать это?	Я чувствую (не чувствую) что это правильно
Видите, что я вам показываю?	Это звучит для вас правильно?	Вы усваиваете?'
Вы сфокусированы на проблеме?	Вы слышите, когда что-то не в ладу?	Вы чувствуете свои ощущения?
Покажите мне ясную картинку того, что вы сейчас	Сообщите мне больше деталей.	Позвольте мне узнать, что вы чувствуете в данный момент
Это проясняет для вас картину?	То, что я говорю, звучит для вас внятно?	Вас это согревает?
Какова картина на сегодняшний день?	Все гудит от напряжения, как и раньше?	Вы нашли, как управляться с трудностями?
Все в фокусе	Все настроено в лад	Я чувствую контакт
Картина неясна	Что-то мне подсказывает, что гармонии нет.	Я хочу так относиться к этой идее
Перспектива ясна	Помех не слышно	Все идет гладко
Это выглядит ярко	Это здорово звучит для меня	То, что мы делаем, мне действительно
Все выглядит, как в тумане	Все идет со скрипом	Все тяжело и неудобно
Нарисуйте себе перспективу	Выслушайте все факты	Усвойте конкретную

Работа в тройках, для закрепления материала.

- Анализ текстов и выявление личной мифологии клиента, особенностей внутреннего мира.

Упражнение 2

Прочитайте предлагаемый ниже текст. Проанализируйте особенности переживания автором утраты. Какими были бы ваши дальнейшие действия, если бы это был ваш клиент?

«Это произошло, когда умер мой отец. Был холодный, ветреный, январский день. Мы находились в маленькой больничной палате. Я держал его за руку. Вдруг глаза его широко раскрылись - в них было выражение такого ужаса, которого мне никогда не доводилось видеть. Я был уверен, что это ангел смерти появился в нашей комнате. Затем он опустил глаза и откинул голову на подушку. Я закрыл ему глаза и сказал матери, сидевшей рядом и шептавшей молитвы: «Все, мама. Папа умер». Она взглянула на меня и сказала: «Он так гордился тобой. Как любил тебя». Я так никогда и не понял до конца, почему ее первые слова после папиной смерти были именно эти. Что-то мне, конечно, объяснила моя собственная реакция на эти мамины слова, я чувствовал, что в них есть что-то очень важное для меня. Они были подобны вспышке света, это была словно яркая мысль, которая до сих пор мною не воспринималась, но она одновременно отозвалась и острой болью в моем сердце, - я подумал, что после смерти начинаю узнавать об отце больше, чем знал о нем при жизни. Спустя немного времени, чтобы выдать свидетельство о смерти, я, помнитесь, стоял в углу комнаты и тихо плакал. Подошла сестра и мягко обняла меня за плечи. Из-за слез я не мог произнести ни слова. А я хотел сказать ей: «Я плачу не потому, что папа умер, а потому, что он никогда не говорил мне, что он гордился мной. Он никогда не говорил мне, что любит меня. Конечно, я должен был бы знать все это и без слов. Конечно, я и так знал, какое большое место занимал в его жизни и в его сердце, но почему он никогда не говорил мне об этом?»

(Дж. Пауэлл)

Упражнение 3 Прочитайте приведенный ниже отрывок из повести Л. Улицкой. Проанализируйте переживания Маши, сформулируйте гипотезы относительно причин этих переживаний. Предложите те варианты реакций Воробьевой, которые, по вашему мнению, могли бы помочь Маше. Обязательно дайте профессиональное обоснование своей точке зрения.

Потом Маша приезжала еще два раза. В последний раз, приехав, призналась Воробьевой, что лежала два месяца в лондонской клинике после неудавшегося суицида. Воробьева - врач! - не разнюнилась, не раскрякалась, даже бровью не повела.

Ну, слава Богу, все позади! Это ведь многие переживают. А желание это, я думаю, всех время от времени посещает.

Наверное. Но у меня нет никаких других желаний, кроме этого... - усмехнулась Маша.

Маш! Да это обыкновенная депрессия, надо пить...

Ага, прозак. Я его пуд выпила. В Лондоне жить невозможно, проклятый город. У меня много знакомых, даже друзей, но когда нужно поговорить, тебе живо предлагают придти во вторник на будущей неделе. Это самое холодное место на свете. Холодная пустыня! Англичане вообще не общаются, они только обмениваются фразами, одинаковыми, как пятаки... Мне все это надоело, надоело! У меня были идеалы, которые сегодня всем смешны. Вся моя жизнь - коту под хвост! Понимаешь: жизнь кончилась, а я жива... Это бывает! И Цветаева! И Маяковский! И мой отец!

«Сейчас будет истерика», - подумала Воробьева. Но ошиблась: никакой истерики не последовало. Маша осеклась и тихо спросила:

- А ты думаешь, грех?

Воробьева задумалась. Она была слишком профессиональна и добросовестна, чтобы думать о грехе. В ее отделении часто умирали дети от лейкоза, она видела их матерей, которые до последней минуты наделись на чудо. Воробьева думала не о грехе, а об Элеоноре.¹ И сказала: Нет. Не думаю. Я думаю, что лично ты не имеешь права это сделать, пока жива Элеонора. Пусть уйдет она, а потом ты будешь делать, что сочтешь нужным. Признаюсь тебе честно, мне кажется, что в некоторых обстоятельствах человек имеет на это право. Как и на эфтаназию. Только не ты и не сейчас...

Но ты понимаешь, ее почти нет. Ты помнишь маму? Она же была потрясающий человек, умна, остроумна, талантлива! Я знаю, я знаю! Ее время прошло, и никто, кроме старого генерала, давно уже не считает ее большим писателем. Но я была знакома со многими выдающимися людьми нашего времени, я даже не буду тебе перечислять, кто пил в нашем лондонском доме! Она была крупный человек! Блестящий! Масштабный! А эта слабоумная старушка в грязном халате, которая спрашивает меня по десять раз одно и то же, просто не она!

Она, - жестко сказала Воробьева. - И пока она жива, ты не имеешь на это права. Есть природная очередность. Это закон, который иногда нарушается, и это ужасно, я это постоянно вижу. Ты должна с этим подождать.

Я подумаю, - ответила Маша устало.

Она уехала через неделю, а еще через неделю пришло известие о ее смерти.

Самоубийство.

(Л. Улицкая «Писательская дочь»)

– Анализ видеозаписи консультации.

– **Упражнение 4.** «Оценки и факты»

Инструкция. Выбирается пара — психолог и клиент, — которая работает в течение 20 мин в присутствии группы. Возможен другой вариант — демонстрация художественного фильма, где есть герой с ярким характером. После терапевтической сессии (художественного фильма) участникам группы предлагается высказать свои версии понимания проблем клиента, дать его психологический портрет. У группы возникают очень разные, иногда противоположные версии. В этих версиях отчетливо видно влияние собственного опыта говорящего, его ожиданий и предрасположений. Изложение проблемы зачастую заменяется «навешиванием ярлыков»: «злая свекровь», «шизофреническая мать» и т.п. Один из вариантов работы с этим явлением — обращение к фактам. Например, ведущий практикума может уточнить: «Вы говорите, что 3. — шизофреническая мать. Не могли бы Вы объяснить, что это значит? На каких фактах основано это утверждение? Что именно она говорила?». В итоге можно выявить, что мы основываемся на словах клиента, на его наблюдаемом поведении и реакциях, которые позволяют увидеть ситуацию целостно, основываясь на реальности фактов, а не на субъективной эмоционально-окрашенной оценке.

Технический комментарий. Работа в группе над проблемой одного человека позволяет продемонстрировать, что факты остаются фактами, которые можно воспринять: записать на диктофон слова клиента, зафиксировать изменение его возбуждения, изменение позы, голоса, дыхания. В то же время оценки, ярлыки сильно ограничивают психолога. Если проводился анализ кинофильма, феномен искажения восприятия при межличностном оценивании виден особенно ярко. Участники путают слова героя, приписывают герою свое видение ситуации. Таким образом, подобный анализ позволяет продемонстрировать, что опора на факты приближает психолога к реальному человеку и его проблемам.

– Групповое обсуждение

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны:

знать: способы получения психологической информации, разработанных в рамках различных психотерапевтических концепций

уметь: диагностировать и исследовать внутренний мир клиента

Лабораторное занятие 7. Анализ жалобы клиента (4 часа)

Цель: освоение приемов работы с различными типами жалоб, навыков формирования запроса, анализа текста и подтекста в рассказе клиента.

Содержание занятия:

1. Развитие умений и навыков анализа жалобы клиента, освоение приемов работы с различными типами жалоб.
2. Определение темы и формирование запроса. Виды запросов и их трансформация. Определение потенциала клиента. Определение уровня проблемной рефлексии клиента.
3. Выделение психологических трудностей клиента (анализ ключевых слов и выражений). Анализ текста и подтекста в рассказе клиента. Общие темы в личных историях клиентов.

Ход занятия:

- Анализ примеров жалоб клиентов, и выявление текста и подтекста в рассказе клиента.

Упражнение 1.

На примере изложенных ниже ситуаций, студентами производится анализ жалобы (локусы жалобы, скрытый характер жалобы, тип жалобы), запроса, выделяется проблема. Как представители разных психотерапевтических концепций проинтерпретировали бы эти ситуации и какие стратегии помощи предложил бы каждый из них.

1.«У нас на работе сложилась неприятная ситуация - между двумя моими коллегами произошел серьезный конфликт. Теперь они друг с другом не разговаривают. Я же участвовать в конфликте не хочу, так как, примкнув к одной стороне, рискую стать врагом для другой. Как мне помирить коллег?».

2.«Я одна из тех, кого принято называть бизнес-леди. У меня хороший заработок и интересная работа, но мужчины не обращают на меня никакого внимания, воспринимая меня только как делового партнера. Что делать?».

3.«Мне только 20 лет, у меня много близких: бабушки, дедушки, мама и папа, тети и дяди, братья и сестры. Я их всех очень люблю. Все они более-менее здоровы, но постоянно живу в страхе, что кто-то из них тяжело заболеет или умрет. Почему это?».

4.«Мне нравится общаться в ICQ, но в жизни я не умею общаться с людьми. Мне 27 лет, но кроме знакомых по работе я в этом городе даже никого не знаю. И на работе мне с людьми тяжело. Почему? И что мне делать?».

5.«Большинство наших сотрудников - старожилы, работают со дня основания компании. Они считают, что все новички пришли на все готовенькое, а «старички» все создали с нуля. В итоге отношения очень напряженные. Как разрулить эту ситуацию?».

6.«Мою подругу назначили руководителем отдела, и у нас тут же начались проблемы. Раньше между нами было полное взаимопонимание, теперь она то и дело срывается на мне, стала заносчивой. Может быть, мне лучше уволиться, чтобы сохранить дружбу?».

7.«Меня мучают ночные кошмары. Кто-то за мной гонится, я убегаю, меня гонит дикий страх, меня настигают, а у меня больше нет сил бежать. Просыпаюсь в поту, дышу, как паровоз, как будто и, правда, бежал. Мне 29, занимаюсь спортом, играю в футбол, но никогда не чувствую такого сильного сердцебиения. Страх не дает уснуть снова. Иногда так и лежу ночью часами. Мама давала свое снотворное, высыпался пару дней, а потом опять все началось. Раньше это было редко, а теперь становится все чаще и чаще».

8.«Мой сын недавно подрался с одноклассником, и тот так сильно избил моего мальчика, что у него было сотрясение мозга. А теперь мой ребенок хочет дружить с этим хулиганом. Как убедить сына не заводить такую дружбу?».

9. «Мой муж - хороший человек, заботливый, порядочный, но очень нервный. Раньше только кричал, а последнее время, уже пару месяцев, стал драться. Ударил сына, а мальчику 14 лет, он с отцом с тех пор разговаривать не хочет. А неделю назад ударил меня так, что синяк был на все лицо. Потом прощения просил, объяснял, что работа «нервная». Что делать, не знаю. И себя жалко, и его, он ведь переживает потом, и перед людьми стыдно».

- Анализ видеозаписи консультации. Выделение студентами ключевых слов, основных тем клиента, анализ текста и подтекста.

Упражнение 2. Анализ видеозаписи консультации. Выделение студентами ключевых слов, основных тем клиента, анализ текста и подтекста.

- Анализ ключевых слов и выражений, тем клиента, формирование запроса.

Упражнение 3. Работа в тройке «консультант»-«клиент»-«супервизор». Клиент рассказывает о чем-то. Задача психолога следить за изменением темы.

Перескакивание с одной темы на другую свидетельствует, что у клиента явно есть не одна проблема. Консультант анализирует жалобу клиента, самодиагноз, помогает сформулировать запрос, выделяет ключевые слова, подтекст в рассказе клиента.

- Групповое обсуждение.

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны:

знать: приемы работы с различными типами жалоб, виды запросов и способы их трансформации

уметь: анализировать жалобу клиента, формировать запрос, выделять ключевые слова, анализировать текст и подтекст в рассказе клиента.

Лабораторное занятие 8. Диагностика в психологическом консультировании (4 часа).

Цель: Развитие навыков проведения психодиагностического интервью,

наблюдения и оценивания, изучение принципов подбора психодиагностических процедур, адекватных ситуации консультирования.

Содержание занятия:

1. Развитие навыков и умений проведения психодиагностического интервью и клинической беседы.
2. Наблюдение в психологическом консультировании и развитие профессиональной наблюдательности психолога-консультанта. Навыки оценивания в консультировании. Формирование «диагностического впечатления» (Дж. Коттлер) и оценивание клиента..
3. Функциональные пробы в психологическом консультировании
4. Особенности проведения тестирования и интерпретации результатов в консультативной практике.

Ход занятия:

- Работа в парах «консультант»-«клиент», проведение психодиагностического интервью
- Упражнение на отработку навыков наблюдения и оценивания клиента.
- Анализ видеозаписи.
- Обсуждение возможных психологических диагнозов

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны

знать: принципы подбора психодиагностических процедур, адекватных ситуации консультирования

уметь: проводить психодиагностическое интервью и клиническую беседу, наблюдать и оценивать в процессе консультации

Лабораторное занятие 9. Специальные вопросы консультативной практики (6 часов)

цель: изучить основные направления и стратегии оказания консультативной помощи в конкретных ситуациях,

Содержание занятия:

1. Трудный клиент: работа с манипулятивными клиентами; клиентами, проявляющими агрессию; «немотивированными» клиентами. Трудный клиент как отражение «трудностей» консультанта.
2. Консультирование родителей по поводу проблем раннего возраста.
3. Консультирование родителей дошкольников.

4. Содержание консультирования по вопросам младшего школьного возраста.
5. Типичные жалобы подростков, направления и способы работы с ними.
6. Родитель и ребенок на первой консультации: особенности организации пространства для работы, особенности ситуации консультанта, структура и динамика сессии. Развитие у родителей мотивации к сотрудничеству и позитивных ожиданий.
7. Трудная ситуация в контексте судьбы человека.
8. Основные принципы психологической интервенции. Гармонизация травмирующих переживаний.

Ход занятия:

- Работа в тройках, проигрывание ситуаций консультации с клиентами различных возрастных групп.
- Работа в тройках, проигрывание ситуаций консультации с клиентами различных категорий.
- Групповое обсуждение

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны **знать:** основные направления и стратегии оказания консультативной помощи в конкретных ситуациях

уметь: подбирать и использовать процедуры и техники, соответствующие личности клиента, специфике консультативной задачи

Лабораторное занятие 12. Самоанализ психолога-консультанта (4 часа).

Цель: исследование индивидуального стиля консультирования и блоков креативности, ловушек консультирования

Содержание занятия:

1. Индивидуальный стиль консультирования и его исследование. Блоки креативности (Дж. Зинкер): страх неудачи, нерасположенность к игре, неспособность обнаружить имеющиеся ресурсы, непоколебимая уверенность, избегание фрустрации, зависимость от традиций, бедность воображения, страх неизвестного, потребность в равновесии, боязнь оказать влияние, боязнь ослабить напряжение (дать возможность процессу разворачиваться в собственном темпе); бедность эмоциональной жизни, сенсорная нечувствительность. Ловушки консультирования. "Драматический

треугольник" Карпмана (стереотипы спасательства). определение собственных профессиональных страхов.

2. Определение «трудного» для себя клиента, способствующее осознанию собственных особенностей и собственной методологической позиции.

3. Супервизия: ее возможный фокус. Работа супервизорской группы, парная супервизия на группе, модифицированный вариант «миланской школы».

4. Личностный рост консультанта. Профессиональный рост консультанта.

Ход занятия:

- Обсуждение трудностей, возникших в процессе работы консультантом», анализ собственных профессиональных страхов, определение собственной методологической позиции.
- Работа супервизорской группы, парная супервизия на группе, модифицированный вариант «миланской школы».
- Обсуждение возможностей личностного и профессионального роста консультанта.

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны

знать: подходы к решению проблем личностного и профессионального роста консультанта, а также приемы и способы самоанализа.

уметь: анализировать собственные особенности и собственную методологическую позицию.

ОТВЕТСТВЕННАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Лабораторные занятия в форме УСРС по курсу «Супервизорский практикум по психологическому консультированию» предполагают самостоятельную работу студентов по наблюдению, проведению, оформлению протоколов, анализу консультаций.

Преподаватель консультирует студентов на этапе планирования деятельности, дает рекомендации по литературе, обсуждает со студентом индивидуально результаты работы, обсуждает индивидуальные случаи в группе. Результаты самостоятельной работы студентов учитываются на зачете.

Форма управления: индивидуальные и групповые консультации, устное собеседование, проверка письменных работ их обсуждение.

ПЛАН УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Содержание	К – количество часов	Форма контроля
<p>Установление консультативного контакта и сбор анамнестических данных</p> <p>Цель: Развитие умений и навыков установления и поддержания консультативного контакта. Развитие умений сбора анамнестических данных</p> <p>Задание:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Применение навыков построения эмпатических отношений. Выполнить задание № 3 на стр. 3 в книге Ермакова, Е.Н. Психологическое консультирование: практикум / Е.Н. Ермакова. – Минск: БГУ, 2007. –38 с. 2. Собрать анамнестические данные по схеме А.Адлера. стр.64-71 в книге Сидоренко Е.В. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру: СПб, 2000-352с 	2	Устное собеседование. Проверка письменных работ
<p>Исследование внутренней картины мира клиента и его индивидуальности</p> <p>Цель: Анализ внутренней картины мира клиента.</p> <p>Задание:</p> <p>Выполнить задание № 1 на стр. 24 в книге Ермакова, Е.Н. Психологическое консультирование: практикум / Е.Н. Ермакова. – Минск: БГУ, 2007. –38 с.</p>	2	Анализ письменных работ
<p>Диагностика в психологическом консультировании.</p> <p>Цель: Использование метода наблюдения в практике консультирования</p> <p>Задание:</p> <p>Заполнить карты наблюдения Й.Шванцара и Стотта.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изучить и использовать метод словесных ассоциаций К.Г.Юнга после проведенной консультации. 	2	Анализ письменных работ
<p>Самоанализ психолога-консультанта</p> <p>Цель: Анализ собственных достижений, ресурсов и</p>	2	Проверка письменных работ

<p>ограничений. Развитие навыков самопонимания и рефлексии с целью профессионального самосовершенствования и профилактики синдрома эмоционального сгорания.</p> <p>Задание: Рефлексия и обобщение собственного опыта. Выявление склонности к развитию синдрома эмоционального сгорания и определение способов его профилактики.</p> <p>Выполнить задание для письменной рефлексии и самоанализа на стр.34 в книге Ермакова, Е.Н. Психологическое консультирование: практикум / Е.Н. Ермакова. – Минск: БГПУ, 2007. –38 с.</p>		<p>ных работ и их обсуждение</p>
Итого		8

ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

I. Определите, какое из этих высказываний несет психологическую информацию:

1. Сегодня он купил себе новые ботинки черного цвета.
2. Недавно она неожиданно для всех изменила цвет волос.
3. О нем всегда говорят, что он похож на старого младшего брата.
4. Она живет по старому адресу.
5. У него очень рано появились морщины на лбу.
6. Какие красивые у него глаза!
7. Обаянию этого человека невозможно не поддаваться.
8. Он каждый день выглядит по-разному.

II. Определите, какое психологическое знание использовано в этих высказываниях:

1. «Все люди разные».
2. «Дети всегда повторяют судьбу своих родителей».
3. «У каждого человека есть что-то свое».
4. «Раппорт достигается через грамотное применение навыков внимания — через визуальный контакт, тон голоса, позу и словесное сопровождение».
5. «Теплота — это эмоциональное отношение к клиенту, выраженное невербальными средствами».
6. «Самым информативным признаком его вербального и невербального языка было наличие вялотекущей депрессии».
7. «Всем чужим, в том числе и ребенок, имеет право на тайну».
8. «Дайте подростку понять, что для юноши (девушки) его возраста уже естественно не только влюбляться, но и искать физической близости».
9. «Как хорошо, когда дети усваивают "Я могу" вместо надоедающего "Ты должен"».
10. «Лучше всего, когда человек сам себе приказывает».

III. Определите, какое высказывание, обращенное к клиенту, принадлежит квалифицированному, а какое — не квалифицированному психологу:

1. «Вы просто чувствуете давление. У меня тоже так бывает, Я чувствую давление обязательства перед своей семьей, и иногда мне кажется, что у меня не остается времени на себя и на удовольствия».
2. «Я вижу, вас начинает утомлять то, что вы не отстаиваете свои права в некоторых ситуациях. Есть ли в этом смысл?»
3. «Что вы говорите? Скорее всего вы ошиблись в оценке его состояния».
4. «Задумывались ли вы над тем, какой вред вы себе причиняете?»
5. «В вас есть сила. У вас много сил».
6. «Что, собственно, вы имеете в виду, говоря, что с вами все плохо?»
7. «Вам кажется, что вы ни на что не способны. Не могли бы вы рассказать мне о каком-нибудь инциденте, когда вы чувствовали себя подобным образом?»

8. «Скажите: "Ты меня удивил" еще раз».
9. «Мне не нравится, что вы не можете смотреть мне в глаза».
10. «Почему бы вам не говорить более откровенно».
11. «Вы действительно не поняли мой вопрос!»
12. «Мы с вами уже об этом говорили, вспомните...»
13. «Кто вам сказал, что это правильно?»
14. «Если вы мне не верите, нам нет смысла продолжать беседу».
15. «Мне больно это слышать от вас».

IV. Определите, какую задачу взаимодействия с практическим психологом поставил перед собой клиент:

1. «Дайте мне, пожалуйста, какие-нибудь тесты — жену хочу проверить».
2. «Я боюсь, что мой ребенок не совсем нормальный».
3. «Я бы хотел, чтобы вы объяснили моей жене ее ошибки в воспитании ребенка».
4. «У меня ничего не получается, я чувствую себя не таким, как все люди».
5. «Не знаю, сумеете ли вы мне помочь, но для меня вы — последняя надежда».
6. «Мне кажется, что меня вам будет трудно понять...»
7. «Всю жизнь стремились к чему-то, а теперь вот не знаем, как быть».
8. «Я же им добра желала, не поверите, - все для них».
9. «Если бы вы мне сказали, что я все делаю правильно, я была бы счастливым человеком».
10. «Я не чувствую счастья в жизни, или его совсем нет?»
11. «Никому, пожалуйста, не говорите, что я у вас была, так стыдно, что сама не могу с моим ребенком справиться...»
12. «Помогите, сделайте хоть что-нибудь с ним, он с ума сходит».
13. «Он злой, страшный человек, вы это сами увидите».
14. «Я хочу, чтобы вы помогли мне разобраться в моих чувствах».
15. «Я не хотела к вам идти, но ситуация вынуждает, люди думают...»
16. «Я все о нем, да о нем, а ведь хотела говорить о себе — так душа болит, но не все время».

V. Определите содержание позиции практического психолога, выраженной в характеристике своих возможностей для клиента:

1. «Как психолог, я могу с помощью различных методик определить личностные качества вашего ребенка, его склонности, сориентировать его в выборе профессии».
2. «Внимательно выслушаю вас, попытаюсь разобраться в ваших проблемах».
3. «Вас внимательно выслушают, попробуем вместе с вами разобраться в ваших проблемах».
4. «Я постараюсь помочь вам разобраться в причинах вашего состояния и попытаюсь наметить пути выхода из него».
5. «Как психолог я могу производить диагностическое обследование личности, готовности ребенка к школе...»
6. «Я могу почувствовать ваше состояние и попытаюсь помочь вам разобраться — в том, что с вами происходит».
7. «Я готова выслушать и помочь вам, если есть такая необходимость».
8. «Я готова помочь вам разобраться в проблемах вашей жизни, если они есть, разобраться в самом себе».
9. «Я могу помочь вам глубже понять себя, и то, как вы строите ваши отношения с другими людьми».
10. «Я готова работать с вами, чтобы найти возможность понять себя».
11. «Я готова сделать диагностику, организовать диалоговую игру и т. п.»
12. «Готов помочь вам разобраться в себе и разрешить возникшие у вас проблемы».
13. «Готова помочь вам почувствовать себя увереннее в жизни, в общении с людьми».
14. «Могу вместе с вами проанализировать ситуацию, которая является для вас проблемой».
15. «Рассказывайте, я вас слушаю».
16. «Если вы пришли ко мне, что-то случилось».
17. «Я могу помочь вам разобраться в проблеме и попытаться решить ее доступными мне средствами».
18. «Готова выслушать вас и вывести вас на вашу проблему».
19. «Я готов выслушать вас и решить ваш вопрос».
20. «Я могу выслушать вас и сформулировать для себя вашу проблему».

Задание № 2

Определите, какой из вопросов психолога к высказыванию клиента задай ориентацией на ключевое слово?

Клиент: «Все, что вы мне говорите, я и сама знаю». Психолог (варианты реакций):

- Человеку свойственно ошибаться, мы с вами еще не закончили разговор.
- А вы не хотите, чтобы было так?
- О чем вам еще хотелось бы поговорить?
- Что именно вы знаете?
- Что вы хотите знать?
- А что вы знаете?
- Расскажите мне об этом, я готова вас выслушать.
- А теперь давайте взглянем на ваши знания другими глазами.
- Давайте еще раз посмотрим, что я вам сказала.
- Чего бы вы сейчас желала больше всего?
- А вы могли бы об этом еще раз мне сами рассказать?
- Чего вы от меня ждете?

- Чего вы ждете от психолога?
- А что бы вы хотели услышать от психолога?
- А что вас сейчас беспокоит?
- А вы теперь попробуйте почувствовать это.
- А вы думаете, что я не знаю, что вы знаете?
- А как мы будем говорить о том, что вам неизвестно?
- В чем вы тогда сомневаетесь?
- Возможно, я не совсем понял ваш вопрос, переформулируйте его.
- Что вы имеете в виду?
- Какие чувства вызывает у вас это знание?
- Тогда что вызывает затруднения?

Клиент: «В его гороскопе написано, что он не может долго любить одного человека».

Психолог (варианты реакций):

- А почему он должен любить одного человека?
- А ему плохо от этого?
- А как вы думаете, это долго?
- Как вы думаете, ваша любовь зависит от вас или от того, кого вы любите?
- Как вы думаете, любовь определяется субъектом или объектом любви?
- Неужто он не может?
- Глобы ему писали гороскоп?
- И это действительно происходит с ним?
- А он верит в гороскоп?
- Что вы понимаете под словом "долго"?
- А вы, что, не уверены в нем?
- А вы сомневаетесь в его любви?
- Может ли он вообще любить?
- У вас есть любимый человек?
- Вы любили?
- В его гороскопе не может быть опечатки
- А его могут любить?
- Скажите, вы верите в гороскопы?
- Вы хотите узнать о себе?
- Что такое гороскоп?
- Он любит?
- А разве это плохо?
- Что он собой представляет?
- А что с ним случилось?

Задайте свой вопрос к высказыванию клиента. Помните, что ключевое слово в высказывании можно определить следующим образом: оно не может быть заменено синонимом, иначе смысл высказывания нарушается.

Задание № 3

Определите, к какому методу воздействия можно отнести следующие высказывания психолога во время интервью:

1. Вы думаете, что ваш сын не уважает вашего мнения?
2. В моей практике такие случаи бывают достаточно часто.
3. Я чувствую, что вы не хотите говорить об этом случае.
4. Вы очень точно передали свои переживания в этот момент...
5. Если я правильно вас поняла, это означает отсутствие внимания.
6. Если он будет постоянно звонить вам, вы будете думать как-то иначе...
7. Я не могу принять вашу точку зрения, но...
8. Моя жизнь приносит мне такие переживания...
9. Мне тоже бывает страшно, когда я думаю о похожем.
10. Вы смогли понять, что отношения с сыном определяются вашим отношением к себе.

Задание № 4

Проанализируйте возможности применения следующих методик во время интервью.

Методика Том, Дерево, Человек — проективная методика исследования личности. Предложена Дж. Бухом в 1948 г. тест предназначен для обследования как взрослых, так и детей; возможно групповое обследование.

Обследованному предлагается нарисовать дом, дерево, человека. Затем проводится детально разработанный опрос. Объекты рисования, по мнению автора методики, стимулируют более свободные словесные высказывания, нежели другие объекты, а каждый рисунок — своеобразный автопортрет, детали которого имеют личностное значение. По рисункам можно судить об аффективной сфере личности, ее потребностях, уровне психосексуального развития и т. д. С помощью этого теста можно определить и уровень интеллектуального развития человека.

Методика Жилы, тест-фильм — проективная методика исследования личности, опубликована Р. Жилем в 1959 г. и предназначена для обследования детей.

Стимульный материал состоит из 69 стандартных картинок, на которых изображены дети и взрослые. Ребенку нужно выбрать себе место за столом среди других членов семьи.

Завершается обследование опросом, в процессе которого уточняются интересующие психолога данные. Систему личностных отношений можно рассмотреть по двум переменным: 1) показатели конкретно-личностных отношений с членами семьи; 2) показатели, характеризующие особенности самого ребенка: любознательность, стремление к доминированию в группе; стремление к общению с другими людьми; стремление к уединению; социальная адекватность поведения.

Методика «завершения предложения», группа проективных методик, штурме исследуют личность. Предложения формируются таким образом, чтобы стимулировать обследуемого на ответы, относящиеся к изучаемым свойствам личности. Обработка полученных данных может быть как качественной, так и количественной, принцип вербального завершения используется также в методиках типа завершений, истории. Допускается групповое обследование.

Личностные опросники — направлены на измерение различных особенностей личности. Опросники могут быть разделены на: а) опросники черт личности; б) опросники типологические; в) опросники мотивов; г) опросники интересов; д) опросники ценностей; е) опросники установок.

Основные проблемы использования личностных опросников связаны с возможностью фальсификации ответов, а также со снижением достоверности получаемых данных в силу влияния факторов, имеющих установочную природу, и различий в понимании вопросов обследуемыми.

Психологические автобиографии — получение сведений о важнейших событиях, этапах жизненного пути личности, отношении к пережитому и особенностях антиципации.

Словесный ассоциативный тест — стимульный материал состоит из списка слов, при прочтении которых обследуемому требуется как можно быстрее произнести первое пришедшее на ум слово. Фиксируется время реакции и другие особенности поведения.

Интерпретация результатов определяется, теоретическими взглядами исследователя.

Задание № 5

Как вы думаете, на каком этапе интервью целесообразно было бы использовать, следующие цитаты из художественных произведений:

1. «И было мукою для них,
что людям музыкой казалось»

(И. Анненский)

2. «За жирными коровами следуют тощие,
за тощими — отсутствие мяса»
(Т. Гейне)

3. «Так беспомощно грудь холодела,
Но шаги мои были легки,
Я на правую руку надела Перчатку с левой руки»
(А. Ахматова)

4. «Есть в близости людей
заветная черта,
ее не перейти влюбленности и
страсти»
(А. Ахматова)

5. «Нежным дается грусть»

(С. Есенин)

ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

I. При каких условиях эта психологическая информация может стать психодиагностической

Психологическая информация о младшей школьнице:

- не слышит взрослого с первого раза, надо много повторять, чтобы услышал;
- невнимательный, постоянно отвлекается во время урока;
- любит играть на уроке с игрушками;
- встает во время урока и ходит по классу;
- говорит учителям «Где»;
- плохо спит, не читает;
- очень робкий, не хочет не умеет разговаривать с другими детьми;
- не умеет играть с детьми, только дерется;
- плохо ест, очень разборчив в еде;
- ругается матом;
- когда рассердится, то кричит и катается по полу;
- пишет левой рукой;
- очень подвижный, ни минуты не сидит спокойно;
- склонен воровать и дарить украденное;
- может соврать и не стесняется, когда его уличат;
- ночью мокрая постель;
- держит во рту руки, сосет палец;
- грызет ногти;
- все забывает: домашнее задание, поручение;
- отказывается ходить в школу;
- пропускает школу;
- засыпает на уроке;
- очень плохо пишет;
- не любит читать сам, любит слушать, когда читают.

Психологическая информация о подростке:

- часто бывает задумчив;
- ничем сам не может заняться;
- ему все надо напоминать, сам ничего не сделает;
- не заправляет кровать;
- врет, что чистит зубы — не делает этого;
- стал заметно хуже учиться;
- читает только сказки;
- боится оставаться дома один;
- очень любит огонь;
- уходит из дома, может не прийти ночевать;
- выдумывает то, что с ним никогда не было, и пытается убедить других, что это правда;
- у него навязчивая идея: все время говорит об одном и том же;
- начал курить;
- часто плачет;
- злой стая, невозможно слово сказать;
- упрямый, до бессмысленности, все делает наоборот;
- никогда за собой не убирает;
- чересчур сексуально активен;
- ничем не интересуется;
- не хочет работать вместе с родителями;
- грубит матери и бабушке;
- ворует дома;
- ворует у других людей;
- кричит во сне;
- гримасничает;
- притворяется, сюсюкает кик маленький;
- играет только с детьми младше себя;
- ничего не боится.

Психологическая информация о старших школьниках:

- часто говорит о смерти;
- любит одиночество;
- говорит, что устал от людей;
- слушает очень громкую музыку;
- раздражается по любому поводу;
- недоволен своей внешностью;
- недоволен собой вообще;
- считает, что плохо себя знает;
- считает, что его никто не полюбит;
- боится одиночества;
- ищет* острых ощущений;
- любит риск;
- презирает яиц своего поколения;
- не хочет считаться взрослым;
- стремится стать взрослым, выглядит старше своих лет;
- считает, что каждый человек имеет в жизни то, что заслуживает;
- считает, что люди никогда не поймут его;
- считает, что взрослые давно отстали от жизни и не понимают молодежь;
- считает, что надо торопиться жить, чтобы все взять от жизни;
- считает, что учиться необязательно, главное — найти свое место в жизни.

Психологическая информация о взрослых:

- постоянно снижает фон настроения;
- часто говорит о своей невезучести;
- пьет спиртное в одиночку;
- стремится надевать одежду противоположного пола;
- говорит часто о себе в третьем лице;
- никогда не бывает серьезным, постоянно шутит, балагурит;
- избегает смотреть при разговоре в глаза другому человеку;
- неразборчив в еде, может есть все, в том числе и несъедобное;
- никогда не признается в своих ошибках;
- принимая важное решение, обязательно обсуждает его с другими людьми;
- очень боится плохо выглядеть в глазах других людей;
- всегда недоволен, все видит в черном свете;
- склонен по каждому поводу морализировать и поучать других, как жить,

П. Определите по высказыванию клиента, как он воспринимает ситуацию психодиагностики (по материалам использования теста Дом-Дерево-Человек):

- «Я не умею рисовать, у меня не получится»;
- «Дом, — говорите, — для меня это большая проблема, я все время думаю о доме — дачу строю»;
- «Как вам рисовать, подробно или схематично?»;
- «Можно я нарисую несколько домов, я умею, вы увидите»;
- «Все что угодно, но человека я рисовать не буду — не обучен»;
- «Рисовал я последний раз давно — в начальной школе»;
- «Вы не смотрите, что я левой рисую, я и правой могу, но немного хуже»;
- «Мне это легко, я немного рисую — так, для себя»;
- «Психолога всегда что-то выдумывают, что можно по рисунку о человеке узнать»;
- «Не думаю, что вы что-то обо мне скажете, я совсем не умею рисовать»;
- «Вы скажете, как рисовать, и я нарисую»;
- «Посмотрите, я правильно рисую?».

Ш. Какую ошибку совершает психодиагност, сообщая психологическую информацию — у ребенка низкий коэффициент интеллекта:

- «Ваш ребенок старался, но не все получилось»;
- «Ваш ребенок, как каждый в ее возрасте ребенок, развивается своими темпами, но она немного отстает от тех темпов, которые возможны в ее возрасте»;
- «Ваш ребенок часто затрудняется, не справляется при выполнении наших совместных заданий»;
- «Ваш ребенок не полностью использует свои возможности»;
- «Видимо, вы сильно переживаете по поводу неуспеваемости вашего ребенка»;
- «Мне показалось, что задания ваш ребенок не всегда выполняет правильно»;
- «Я чувствую, вас не все радует в вашем ребенке»;
- «Я чувствую, вас беспокоит, как развит ваш ребенок»;
- «Задание показало, что ваш сын испытывает затруднения при выполнении заданий с вычислительными операциями»;
- «Наверное, ваш ребенок не очень любит заниматься самообразованием»;
- «Несмотря на ограниченные возможности вашего ребенка, мы хотели бы приложить все усилия, чтобы помочь ему преодолеть этот барьер».

IV. Определите, какая, на ваш взгляд, инструкция клиенту создает ситуацию, психологической помощи, а какая -- ситуацию экспертизы:

- «Ну, давайте попытаемся. Остановитесь на чувстве страха и паники, а затем позвольте вашим мыслям течь свободно по вашим ранним воспоминаниям и опишите мне первый образ, прошедший вам в голову»;
- «Правильно, вы испытывали одно и то же чувство в разных ситуациях. Скажите, а не может ли быть такого, что вы сейчас каким-то образом освобождаетесь от детского стресса?»
- «Скажите — "Я боюсь!"»;
- «Теперь перенеситесь в прошлое и расскажите мне, что вы вспомнили»;
- «Вам необходимо ознакомиться с содержанием всех предложенных характеристик и выбрать одну или несколько карточек, на которых, по вашему мнению, наиболее полно и точно описан ваш характер. Если вы выберете несколько карточек сразу, то разложите их в порядке важности»;
- «Перед тобой лежат карточки, на борте которых написаны задания. Номер на карточках обозначают степень сложности заданий. Задания расположены по возрастающей сложности. На решение каждой задачи отведено определенное время, которое вам неизвестно. Я слежу за ним с помощью секундомера. Если вы не уложитесь в отведенное время, я буду считать, что задание не выполнено. Задание вы должны выполнить самостоятельно».
- После выполнения каждой последующей задачи психолог предлагает каждому раз испытуемому: «Теперь выбирайте задачу какой хотите трудности». Психолог фиксирует время решения задачи и после каждой говорит: «Эту задачу вы выполнили » срок. Ставлю плюс» или «Вы не уложились во время. Ставлю минус».
- «Вам будет предъявляться арифметические задачи. Записывайте их решение на листе бумаги»

Лабораторное занятие 8. Диагностика в психологическом консультировании (4 часа).

Цель: Развитие навыков проведения психодиагностического интервью, наблюдения и оценивания, изучение принципов подбора психодиагностических процедур, адекватных ситуации консультирования.

Содержание занятия:

5. Развитие навыков и умений проведения психодиагностического интервью и клинической беседы.
6. Наблюдение в психологическом консультировании и развитие профессиональной наблюдательности психолога-консультанта. Навыки

оценивания в консультировании. Формирование «диагностического впечатления» (Дж. Коттлер) и оценивание клиента.

7. Функциональные пробы в психологическом консультировании
8. Особенности проведения тестирования и интерпретации результатов в консультативной практике.

Ход работы:

- Работа в парах «консультант» - «клиент», проведение психодиагностического интервью.
«Клиент» озвучивает реальную или придуманную ситуацию. «Консультант» составляет психодиагностическое интервью, соблюдая следующую схему:
 - устанавливает контакт и настраивает клиента на сотрудничество;
 - стимулирует клиента к свободным неуправляемым высказываниям;
 - задает общие вопросы;
 - задает заранее подготовленные вопросы.

Заключительный этап работы психодиагностика - ослабление возникшего напряжения и выражение признательности за ответы «клиента»

Затем «клиент» и «консультант» меняются ролями и повторяют процедуру.

После завершения работы студенты возвращаются в группу. Каждый студент рассказывает о собственных впечатлениях от прохождения процедуры составления психодиагностического интервью, о своих ощущениях от исполнения роли «психолога» или «клиента» и получает обратную связь от группы, а также профессиональные рекомендации от преподавателя.

- Упражнение на отработку навыков наблюдения и оценивания клиента.
Для отработки навыков наблюдения студентам предъявляется видеозапись. Перед предъявлением видеозаписи преподаватель определяет цель, задачи и объект наблюдения. Устанавливается связь поведенческих проявлений с психологическими характеристиками. Студенты определяют индивидуально, каким способом будут фиксироваться внешние поведенческие проявления: «наличие – отсутствие» либо будет фиксироваться степень выраженности симптома.

После просмотра видеозаписи студенты составляют заключение по результатам психодиагностического наблюдения. Проводится групповое обсуждение.

Преподаватель знакомит студентов с картой наблюдения Стотта.

- Обсуждение возможных психологических диагнозов.
*Студентам предлагается составить первичное психологическое заключение на основании информации, полученных в результате работы с двойками. После завершения работы первичные заключения обсуждаются в группе и прорабатываются варианты и итоговых психологических заключений.
Группа обсуждает особенности интерпретации результатов в консультационной практике.*

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны:

знать принципы подбора психодиагностических процедур адекватных ситуации консультирования;

уметь проводить психодиагностическое интервью и клиническую беседу, наблюдать и оценивать в процессе консультации.

Лабораторное занятие 9. Специальные вопросы консультативной практики (6 часов)

Цель: изучить основные направления и стратегии оказания консультативной помощи в конкретных ситуациях.

Содержание занятия:

9. Трудный клиент: работа с манипулятивными клиентами; клиентами, проявляющими агрессию; «немотивированными» клиентами. Трудный клиент как отражение «трудностей» консультанта.
10. Консультирование родителей по поводу проблем раннего возраста.
11. Консультирование родителей дошкольников.
12. Содержание консультирования по вопросам младшего школьного возраста.
13. Типичные жалобы подростков, направления и способы работы с ними.
14. Родитель и ребенок на первой консультации: особенности организации пространства для работы, особенности ситуации консультанта, структура и динамика сессии. Развитие у родителей мотивации к сотрудничеству и позитивных ожиданий.
15. Трудная ситуация в контексте судьбы человека.
16. Основные принципы психологической интервенции. Гармонизация травмирующих переживаний.

Задание:

- Работа в тройках, проигрывание ситуаций консультации с клиентами различных категорий.

- *Группа разбивается на тройки, каждой тройке предлагается ситуация с «трудным клиентом». Студенты должны сообща выработать план консультирования. Перечень ситуаций - манипулятивный клиент, агрессивный клиент; «немотивированные» клиенты, «сопротивляющийся» клиент, «тревожный» клиент, «зависимые» и «созависимые» клиенты. По окончании процедуры проводится групповое обсуждение.*
- *Просмотр видеозаписи работы с «трудным» клиентом. Групповое обсуждение*
- *Работа в тройках, проигрывание ситуаций консультации с клиентами различных возрастных групп.*
- *Группа разбивается на тройки, каждой тройке предлагается проиграть определенную ситуацию консультирования с учетом особенностей консультирования данной возрастной группы. После завершения работы в тройках проводится групповое обсуждение.*
- *Групповое обсуждение.*

Ход работы:

- *Работа в тройках, проигрывание ситуаций консультации с клиентами различных возрастных групп.*
В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны:
 - знать** основные направления и стратегии оказания консультативной помощи в конкретных ситуациях;
 - уметь** подбирать и использовать процедуры и техники, соответствующие личности клиента, специфике консультативной задачи.

Лабораторное занятие 10. Самоанализ психолога-консультанта (4 часа).

Цель: исследование индивидуального стиля консультирования и блоков креативности, ловушек консультирования.

Содержание занятия:

1. Индивидуальный стиль консультирования и его исследование. Блоки креативности (Дж. Зинкер): страх неудачи, нерасположенность к игре, неспособность обнаружить имеющиеся ресурсы, непоколебимая уверенность, избегание фрустрации, зависимость от традиций, бедность воображения, страх неизвестного, потребность в равновесии, боязнь оказать влияние, боязнь ослабить напряжение (дать возможность

процессу разворачиваться в собственном темпе; бедность эмоциональной жизни, сенсорная нечувствительность. Ловушки консультирования. "Драматический треугольник" Карпмана (стереотипы спасательства) определение собственных профессиональных страхов.

6. Определение «трудного» для себя клиента, способствующее осознанию собственных особенностей и собственной методологической позиции.
7. Супервизия: ее возможный фокус. Работа супервизорской группы, парная супервизия на группе, модифицированный вариант «миланской школы».
8. Личностный рост консультанта. Профессиональный рост консультанта.

Задание:

- Обсуждение трудностей, возникших в процессе работы «консультантом», анализ собственных профессиональных страхов, определение собственной методологической позиции.

Группа разбивается на тройки. Студенты в тройках составляют перечень профессиональных страхов и проводят обсуждение. После завершения проводится групповое обсуждение профессиональных страхов и способов их преодоления.

Группа разбивается на тройки. Студентам предлагается в тройках разработать возможную модель личности эффективного консультанта. По окончании работы проводится групповое обсуждение разработанных моделей и вырабатывается общая модель.

- Работа супервизорской группы, парная супервизия на группе, модифицированный вариант «миланской школы».
 1. Супервизия в группе. Выбираются супервизируемый и ведущий. Супервизируемый (один из студентов) рассказывает группе о своей проблеме ситуации, о своих затруднениях в этой ситуации и формулирует запрос. Члены группы конкретизируют запрос, проясняют чувства супервизируемого, задают вопросы, касающиеся ситуации клиента, а также взаимоотношений клиента и специалиста, обращают внимание на актуальное состояние супервизируемого. Ведущий отслеживает изменение запроса специалиста, периодически задавая ему вопрос о том, как изменилось его видение ситуации и на чем сейчас важно сосредоточить внимание. По окончании этого этапа ведущий подводит итог, формулируя основные вопросы. Супервизируемый выбирает по своему усмотрению один или несколько вопросов. Участники группы делятся своими чувствами, реакциями, идеями, предложениями по поводу запроса супервизируемого. Ведущий отслеживает соответствие предложений запросу и подводит итоги.
 2. Парная супервизия на группе. Выбираются консультант и супервизор. Консультант и супервизор работают 20 минут в центре большого круга.

Наблюдатели дают супервизору обратную связь по процессу ведения супервизии, происходит обсуждение. Группа завершает обсуждение случая, представленного на супервизию.

3. Супервизия по принципу «Миланской школы» семейной психотерапии.

Выбираются консультант и супервизор, остальные члены группы являются наблюдателями. Консультант и супервизор работают 10 минут в центре большого круга. 15 минут - пауза. В течении этого времени ситуацию разбирают наблюдатели. Если в группе более 10 человек, группа разбивается на 2-3 малые группы. (Группа наблюдателей работает по методу «мозгового штурма», т.е. когда без критики предлагаются любые идеи, ассоциации, образы, метафоры, помогающие отношению к ситуации клиента, взаимодействию клиента и консультанта, консультанта и супервизора)

Консультант и супервизор не участвуют в обсуждении, но могут ходить от группы к группе и слушать рассуждения наблюдателей. Каждая группа фиксирует предложенные идеи и делится ими в большом кругу. Консультант и супервизор в течение 10 минут завершают ситуацию. Если времени оказывается недостаточно, выделяется дополнительное время для завершения обсуждения в большом кругу.

- Обсуждение возможностей личностного и профессионального роста консультанта.

В результате освоения материала лабораторного занятия студенты должны:

знать подходы к решению проблемы личностного и профессионального роста консультанта, а также приемы и способы самоанализа;

уметь анализировать собственные особенности и собственную методологическую позицию.