Тема: Профессиональная позиция специалиста-консультанта

Предмет: Психологическое консультирование

СОДЕРЖАНИЕ

[ВВЕДЕНИЕ 3](#_Toc372015917)

[1. ОБЩЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ 6](#_Toc372015918)

[1.1 Психологическое консультирование, психологическая коррекция и психотерапия 7](#_Toc372015919)

[1.2 Принципы психологического консультирования 10](#_Toc372015920)

[2. ПОЗИЦИЯ И РОЛИ КОНСУЛЬТАНТА ПО ОТНОШЕНИЮ К КЛИЕНТУ, СРЕДСТВА ВОЗДЕЙСТВИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ БЕСЕДЫ 15](#_Toc372015921)

[2.1 Позиция консультанта по отношению к клиенту 15](#_Toc372015922)

[2.2 Профессиональные роли специалиста-консультанта 17](#_Toc372015923)

[2.3 Средства воздействия консультанта 25](#_Toc372015924)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 27](#_Toc372015925)

[СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ 29](#_Toc372015926)

ВВЕДЕНИЕ

Сегодня полки книжных магазинов изобилуют литературой по прикладной психологии. Этой же теме посвящены многочисленные сайты и статьи популярных журналов. Кажется, такая профессия как психолог, и вовсе не нужна при таком обилии информации, описывающей различные методики, которые помогают восстановить душевное равновесие и научиться добиваться желаемого. Кроме того, консультация психолога в нашем обществе до сих пор воспринимается как нечто экзотическое, а обращение к психологу - как проявление слабости. Таковы, увы, реалии российской действительности. Со своими проблемами мы стараемся разбираться самостоятельно, как умеем. Но печальная статистика разводов, депрессий и суицидов, кривая которых неуклонно идет вверх, свидетельствует о том, что умение это пользы никакой не приносит, а порой, наоборот, только усугубляет проблему.

Итак, психолог - это специалист, который имеет специальное образование и опыт практической работы, который владеет техниками диагностики психологического состояния человека и методиками его коррекции. Психолог может подобрать в каждом конкретном случае индивидуальную стратегию решения проблемы, вытекающую из психологических особенностей клиента.

Цель любых психологических занятий и консультаций – помочь человеку сориентироваться в своем внутреннем мире, найти силы для решения поставленных задач в сфере общения, бизнеса или в процессе поиска себя, состояний умиротворения и счастья.

Потребность в психологической помощи здоровым людям появилась в развитых странах в середине XX-го столетия. На протяжении всей истории человечества каждому новому поколению достаточно было хорошо усвоить опыт предыдущего, чтобы прожить спокойно жизнь. В тех обществах, где сохранился традиционный жизненный уклад, так обстоит дело и сейчас. В современном же техногенном обществе перемены наступают чрезвычайно быстро, и жизнь предъявляет человеку такие требования, с которыми он самостоятельно уже не справляется. Поэтому психологическое консультирование в последнее время становится очень актуальным.

Причинами обращения к психологу могут быть:

- проблемы, возникшие вследствие перенесённых психических травм (перенесенного горя, потери близких, развода, разлуки с любимым человеком, тяжелых заболеваний и пр.),

- неврозы, нарушения сна, навязчивые мысли, последствия участия в военных действиях,

- семейные проблемы, кризисы в отношениях с детьми,

- поиски смысла жизни и внутриличностные конфликты,

- проблемы межличностных отношений,

- стремление к развитию и совершенствованию своей личности в общении с психологом-консультантом, который поможет поверить в себя.

Целью настоящей работы является анализ профессиональной позиции специалиста-консультанта.

Объект исследования – психологическое консультирование.

Предмет исследования – профессиональная позиция специалиста-консультанта.

Задачи:

1. Дать характеристику психологическому консультированию;
2. Определить позиции и проанализировать возможные роли специалиста-консультанта.

При написании работы нами применялись следующие методы исследования: монографический, аналитический, логический и другие.

Информационной базой для написания работы послужили: учебная, научная, методическая литература по рассматриваемому вопросу, электронные ресурсы удаленного доступа.

Структура данной работы соответствует поставленным задачам и включает введение, основную часть, заключение и список использованных источников.

1. ОБЩЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Определение психологическому консультированию очень трудно дать и даже однозначно указать сферы применения психологического консультирования затруднительно, так как термин «консультирование» давно уже является родовым понятием для разных видов консультативной практики. Таким образом, практически в любой сфере, в которой используются психологические знания, так или иначе применяется консультирование, являясь одной из форм работы.

Консультирование включает в себя профконсультирование, промышленное, педагогическое консультирование, консультирование руководителей, и т. д.[[1]](#footnote-1)

Наиболее же широкой сферой применения психологического консультирования, на наш взгляд, сегодня является помощь людям, обращающимся по поводу личных и семейных проблем. Данная область консультирования включает в себя множество отдельных направлений, например, добрачное консультирование, совместное консультирование родителей и детей, консультирование супружеских пар, психологическая помощь людям, которые разводятся и т.д.

* 1. Психологическое консультирование, психологическая коррекция и психотерапия

Психологическое консультирование является тесно связанным, даже во многом переплетается, с психотерапией и психологической коррекцией. Данные сферы очень часто как бы смешиваются практикующими психологами.

В настоящей работе мы определим психологическое консультирование как непосредственную работу с людьми, которая направлена на решение разного рода проблем психологического характера, связанных с трудностями в межличностных отношениях, основное средство воздействия где – это определенным образом построенная беседа.

Необходимая форма беседы так же активно используется и в психотерапии и в психокоррекционной работе. Но консультирование является ориентированным прежде всего на помощь клиенту в реорганизации его межличностных отношений, психокоррекционное или психотерапевтическое воздействие, в свою очередь, является ориентированным в основном на решение проблем человека глубинных личностных, лежат которые в основе большинства жизненных конфликтов и трудностей.[[2]](#footnote-2)

То, с какими именно проблемами клиент пришел, с межличностными или же глубинными личностными, проявляется часто уже в формах обращения за помощью.

Клиенты психолога-консультанта подчеркивают обычно негативную роль других в возникновении своих собственных жизненных сложностей; у клиентов, которые ориентированы на глубинную психокоррекционную работу, локус жалоб обычно иной: чаще их беспокоит своя собственная неспособность регулировать и контролировать свои внутренние состояния, желания и потребности.

Так, например, для клиента психолога-консультанта характерными будут жалобы следующего типа:

«С мужем мы постоянно ругаемся»;

«Жена без повода меня постоянно ревнует».

Те же, кто обращается к психотерапевту, говорят чаще всего о проблемах по другому:

«Я не могу сдержать себя, очень вспыльчива, постоянно кричу на мужа»;

«Все время не уверен в том, как ко мне относится жена, мне кажется, что она меня обманывает, ревную ее и, видимо, без всякого повода».

Данное различие в локусе жалоб очень много значит, в частности так же и то, что самим клиентом уже проделана определенная работа по анализу своих неудач и проблем. Тот факт, что ответственным за происходящее с ним человек воспринимает самого себя — это шаг, который требует мужества, — гарантия того, что человек готов к более откровенному и глубокому самопознанию.

Направленность локуса жалобы и готовность человека определяют и форму работы с ним. Основной задачей психолога-консультанта является помощь клиенту, чтобы он мог посмотреть на свои жизненные сложности и проблемы со стороны, обсудить и продемонстрировать те стороны взаимоотношений, которые, являясь источниками трудностей, обычно не только не контролируются, но и не осознаются. Основой такой формы воздействия является изменение установок клиента как на других людей, так и на разные формы взаимодействия с ними. В ходе консультативной беседы клиент получает возможность шире взглянуть на ситуацию, иначе оценить свою роль в ней и в соответствии с этим новым видением изменить свое отношение к происходящему и свое поведение.

Психологическое консультирование в основном является краткосрочным и очень редко превышает 5-6 встреч с клиентом.

На приеме у психолога-консультанта можно с равной вероятностью встретить практически любого человека независимо от его психического статуса, занятости, материальной обеспеченности, интеллектуального потенциала и т.д.

Основными требованиями к психологу-консультанту являются следующие[[3]](#footnote-3):

* психологический диплом,
* специальная подготовка в области теории и практики психологического консультирования.

Таким образом, существуют различные виды психологической помощи. Одним из самых распространенных является психологическое консультирование.

Психологическое консультирование – это система работы психологов-консультантов со здоровыми людьми, имеющими проблемы в повседневной жизни. Люди, обращающиеся за помощью, – это клиенты (в переводе с древнегреческого клиент означает "прибегающий к услугам"), которые, испытывая трудности в повседневной жизни, по собственной инициативе хотят прибегнуть к услугам психолога-консультанта. Это, к примеру: конфликты на работе, неустроенность в личной жизни, семейные проблемы, трудности в принятии решений, разнообразные тревоги, страхи, неуверенность в себе, неудовлетворённость сексуальными отношениями и многое другое. Они ищут помощи, так как сами не справляются с обстоятельствами своей жизни.

* 1. Принципы психологического консультирования

Большинству профессий присущи свои требования и принципы, реализация которых обязательна для специалистов. Так, например, в ряде стран мира есть этические кодексы психолога, которые определяют деятельность профессионала. Для тех же, кто непосредственно работает с людьми в сфере психологического воздействия, данные нормы являются еще более жесткими и строгими, а еще больше ограничений и требований накладывает практика психолога-консультанта.

Не всегда существуют простые и однозначные ответы на моральные и этические проблемы, которые возникают в психологической практике. Об этических принципах психологического консультирования написано много книг, в которых подробно обсуждаются сложные ситуации, в том числе, как следует вести себя консультанту, если в ходе приема он узнает, что его клиент замышляет асоциальный поступок, если он видит следы побоев и насилия на теле у ребенка, если родители хотят узнать что-то о своем скрытном ребенке-подростке и т.д. Несоблюдение профессиональных требований и принципов в некоторых странах (например, в США) может привести к тому, что психолог лишается диплома, а так же права на практику и предложение своих профессиональных услуг и т.д.[[4]](#footnote-4)

Конечно же, в России ожидать, что несоблюдение профессиональных требований и принципов будет строго наказываться, пока не приходится: для этого нет нужных условий, таких, например, как организованное профессиональное сообщество, юридически узаконенные лицензии и разрешения на практику, унифицированная система подготовки и т.д. Но необходимо помнить, что и у нас существуют определенные принципы поведения психолога-консультанта и что следование им не только обеспечит этичность профессиональной деятельности, но и явится залогом успешности психологического воздействия. Рассмотрим некоторые из них.

Доброжелательное и безоценочное отношение к клиенту

За данной формулировкой скрывается целый комплекс профессионального поведения, которое направлено на то, чтобы клиент чувствовал себя комфортно и спокойно во время приема. В данном случае доброжелательное отношение является не просто следованием общепринятым нормам поведения, но так же и умение слушать внимательно, оказывая нужную психологическую поддержку, ни в коем случае не осуждать, а наоборот, стараться понять клиента и помочь каждому обращающемуся за помощью.

Принцип «Ориентация на нормы и ценности клиента»[[5]](#footnote-5). Настоящий принцип подразумевает, что во время своей работы психолог обязан ориентироваться на жизненные идеалы и принципы, носителем коих является клиент, а не на социально принятые правила и нормы.

Лишь при опоре на систему ценностей клиента возможно эффективное воздействие, отношение консультанта критическое, в свою очередь, может привести к тому, что клиент замкнется, не сможет быть открытым и искренним, таким образом, возможности консультативного воздействия окажутся нереализуемыми. Принимая же ценности клиента, уважая их и отдавая им должное, консультант сможет воздействовать на них в том случае, если они являются препятствием на пути нормального функционирования человека.

Принцип «Запрет давать советы». Специалист- консультант не может давать советы клиентам. Основания для этого достаточно многообразны и широки. Так, каким бы ни был профессиональный и жизненный опыт специалиста-консультанта, дать гарантированный совет клиенту невозможно в силу того, что жизнь каждого из нас непредсказуема и уникальна. К тому же, советуя, специалист-консультант берет на себя полную ответственность за происходящее, а это не способствует развитию личности клиента и его адекватному отношению к действительности. В подобной ситуации специалист-консультант ставит себя как бы в позицию «гуру», что очень вредит консультированию, приводит к тому, что у клиента формируется поверхностное и пассивное отношение к происходящему. Отметим, что при этом любые неудачи в реализации совета обычно приписываются именно специалисту-консультанту как давшему совет, что, естественно, мешает пониманию клиентом своей роли в происходящих с ним событиях.

Принцип «Анонимность». Важным условием психологического консультирования является, по понятным причинам, анонимность. Данный принцип означает, что любая информация, которая сообщена клиентом специалисту-консультанту, не может быть передана без его согласия ни в какие государственные или общественные организации, частным лицам, даже родственникам и друзьям. Из этого правила существуют исключения (о которых клиент всегда предупреждается заранее), специально оговоренные законом во многих странах. В нашей стране таким исключением, пожалуй, можно считать ситуацию, когда психолог узнает во время приема о чем-либо, что является серьезной угрозой для чьей-либо жизни. Но, конечно же, даже в этой ситуации его действия должны соотноситься с интересами клиента и быть максимально осторожными.

Принцип «Разграничения личных и профессиональных отношений»[[6]](#footnote-6). Существует немало очень профессиональных и опытных специалистов-консультантов, которые попадали в ловушку, переходя с клиентами на дружеские отношения или пытаясь оказывать профессиональную помощь своим ближайшим родственникам и друзьям. Данный путь таит в себе много опасностей и не только лишь потому, что в своем отечестве пророка нет и любые рекомендации и откровения с близкими легко обесцениваются, но и по иным причинам; о некоторых из них будет сказано ниже.

Существуют два важных понятия, которые имеют огромное значение для работы с клиентами[[7]](#footnote-7):

а) «перенос», имеется в виду склонность клиента переносить и проецировать на психотерапевта и отношения с ним свои отношения со значимыми людьми, основные проблемы и конфликты;

б) «контрперенос», в данном случае подразумевается склонность специалиста-консультанта проецировать свои отношения со значимыми людьми и основные внутренние проблемы и конфликты на отношения с пациентом.

Эти понятия, введенные в психоанализ З. Фрейдом, на сегодняшний день широко используются в рамках самых разных направлений психотерапии. Означают они, что любые человеческие отношения и даже такие «специальные» отношения, которые складываются в рамках психотерапии, находятся под влиянием внутренних личных потребностей и желаний человека, чаще всего им не осознаваемых. Более того, даже профессионал-психотерапевт часто оказывается «обезоружен» контрпереносом. Именно для того, чтобы понимать, управлять и уметь использовать в целях анализа свой контрперенос, как, впрочем, и ряд других личных и межличностных феноменов, для начинающего психотерапевта существует обязательное требование прохождения своего собственного анализа и долгой работы с супервизором.

В той или иной степени эти феномены действуют и в процессе консультирования. Но трудно ожидать, что человек, не получивший специальной и углубленной подготовки, сможет успешно работать с этими сложнейшими явлениями. Для специалиста-консультанта важно понимать, что сохранение его авторитета для клиента во многом связано с тем, что клиент мало знает о нем как о человеке, нет у него оснований как для восхищения консультантом, так и для осуждения его. Установление же близких личных отношений между клиентом и специалистом-консультантом приводит к тому, что они, как близкие люди, начинают удовлетворять те или иные желания и потребности друг друга и специалист-консультант уже не может сохранить отстраненную и объективную позицию, которая так необходима для эффективного разрешения проблем клиента.

Принцип «Включенность клиента в процесс консультирования». Для того чтобы процесс консультирования был эффективным, клиент во время приема должен чувствовать себя максимально включенным в беседу, эмоционально и ярко переживать все, что обсуждается со специалистом-консультантом. Для обеспечения такой включенности, специалист-консультант должен следить за тем, чтобы развитие разговора выглядело для клиента понятным и логичным, а так же чтобы человек не просто «внимал» специалисту, а чтобы ему было действительно интересно, ведь только в этом случае можно активно искать пути разрешения своей ситуации, анализировать и переживать ее.

Бывает, что во время приема клиент вдруг теряет интерес к обсуждаемой теме, устает, внутренне не соглашается, но не хочет говорить об этом. В этой ситуации не стоит «нагнетать атмосферу», настаивать, пытаться выяснить все «до конца». Лучше, если консультант сменит тему, возможно, пошутит и таким образом разрядит обстановку, сохранив за счет этого включенность и интерес клиента к процессу консультирования и обеспечив продуктивность психологического воздействия.

1. ПОЗИЦИЯ И РОЛИ КОНСУЛЬТАНТА ПО ОТНОШЕНИЮ К КЛИЕНТУ, СРЕДСТВА ВОЗДЕЙСТВИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ БЕСЕДЫ
	1. Позиция консультанта по отношению к клиенту

В принципе, можно представить себе три возможные позиции консультанта по отношению к клиенту: позиция равенства, позиция «сверху» и позиция «снизу».[[8]](#footnote-8)

В разных теоретических ориентациях консультанту приписываются разные позиции, но, все-таки, наиболее традиционной в консультировании является позиция равенства и партнерства по отношению к клиенту, хотя и в этом случае направляющая и определяющая роль остается за психологом. Рассмотрим данную позицию более подробно.[[9]](#footnote-9)

В случае равенства позиций с психологом в процессе консультирования клиент чувствует себя полноправным партнером и поэтому активно и продуктивно работает наравне с психологом. У него нет оснований скрывать или искажать какую-либо информацию о себе, поскольку консультант открыт, не оценивает и не судит собеседника.

В сущности, в позиции равенства и сам консультант менее уязвим по отношению к клиенту, поскольку чем более авторитетен человек, чем более неприступную позицию он занимает, тем больше требований и ожиданий предъявляется к нему, тем труднее им соответствовать.

Конечно, занимая позицию равенства, консультант не только выигрывает, но и теряет: ведь с авторитетом, занимающим позицию «сверху», больше считаются, к нему больше прислушиваются.[[10]](#footnote-10)

Именно в непререкаемом авторитете состоит секрет успеха многих гипнотизеров — и действительных профессионалов, и шарлатанов. Их позиция и ореол славы обеспечивают им успешное воздействие.

Позиция сверху подразумевает, что специалист-консультант знает, понимает, разбирается в чем-то или делает что-то лучше, чем клиент и может помочь и обучить этому. Бывают ситуации, когда необходима позиция сверху. Например, если клиент попадает в невыносимые чувства и переживания или проваливается в травматический опыт. В таком случае терапевт может четко и жестко сказать: «Остановись! Не ходи туда!» и помочь человеку научиться выдерживать эти непростые переживания, не уходя, скажем в истерику или ужас. При этом хорошо, если терапевт будет сам способен выдерживать тяжелые переживания, в противном случае они провалятся с клиентом на пару, и помощь будет нужна обоим.[[11]](#footnote-11)

Есть случаи, при которых клиент не нуждается в шефстве и ему гораздо полезнее будет помощь равного себе. Например, если человеку нужно самостоятельно сделать выбор, полезно обсудить и поисследовать разные варианты с консультантом в «равной» позиции.

Не следует представлять позицию психолога во время приема и его поведение как нечто застывшее, неизменное.

Таким образом, хороший профессионал — это во многом актер, который умеет в случае необходимости занять позицию «сверху», говоря о чем-то с непоколебимым знанием и авторитетом, или «снизу», заигрывая с клиентом, стремясь повысить его самооценку, подчеркнуть его знания и авторитет.

* 1. Профессиональные роли специалиста-консультанта

Итак, специалист-консультант всегда находится на стороне клиента, в противном случае профессионализм консультанта заключается в том, чтобы отказаться работать с клиентом, на сторону которого он не может встать.

Для специалиста-консультанта очень важно понимать, какие именно роли он склонен занимать в жизни, а какие для него не свойственны. Также необходимо осознавать возможности, ограничения и смыслы различных ролей. И, конечно же, важным умением является умение сознательно и в тоже время глубоко и искренне менять, «переключать» роли.[[12]](#footnote-12)

Порой клиент уже заранее наделяет консультанта какой-то ролью, и старается интерпретировать все его действия в соответствии с ней. Так, например, если человек склонен попадать в детскую позицию, то вероятнее всего он будет стараться наделить консультанта ролью авторитарного родителя. Если для клиента актуальна проблема взросления и отделения от родителей, ему будет не полезно обрести в лице консультанта нового папу или маму. В таком случае для консультанта чрезвычайно важно находиться в другой роли и всячески это подчеркивать.

Все профессиональные роли, условно можно разделить по степени активности и позиции.

Соответственно: по активности роли делятся на активные и пассивные, а по позиции - на позицию сверху и снизу.

Легко догадаться, что активные роли требуют более высокой степени вовлеченности консультанта в процесс терапии, чем пассивные. Так, например, роль слушателя – пассивная, потому что он не производит каких-либо явных действий, а роль вдохновителя – активная, так как это процесс связан с влиянием на человека.

Такое разделение ролей совершенно не означает, что пассивные роли менее целительны, чем другие. Дело в том, что степень терапевтического воздействия зависит не от роли, а от адекватности ее применение. Другими словами для каждого случая лучше подходит та или иная роль.

Например, если человеку нужно поделиться какими-то тяжелыми чувствами обычное выслушивание может быть для него очень целительным. А вот если у него опускаются руки, ему может быть полезнее вдохновитель или даже провокатор.

Кроме того в своей работе специалист-консультант может занимать позицию сверху, как писалось выше, он может занимать и позицию наравне с клиентом. Позиция снизу практически никогда не занимается психологом, так что рассматривать ее особого смысла не имеет.

Итак, давайте остановимся на некоторых профессиональных ролях, и посмотрим: может ли консультант их занимать, какие у него при этом ограничения и т.д.

С чем может встретиться клиент в кабинете специалиста-консультанта, а с чем нет?

Судья, прокурор.

Роль судьи или прокурора выходит за рамки профессионального психологического поля. Консультант в своей работе всегда находится на стороне клиента и не может его судить, осуждать, приговаривать, и приводить приговор в исполнение. Не особо интересует специалиста-консультанта и установление истины. Для психолога в первую очередь важна субъективная реальность клиента, а не то, что произошло на самом деле. Поэтому те специалисты, которые работают, например, в судебной системе не относятся к полю психологического консультирования. Ведь в их задачу входит установление истины, даже если она противоречит интересам клиента.

Адвокат.

А вот в роли адвоката психолог-консультант в своем кабинете бывает нередко. По типу роль адвоката можно отнести к активной роли в позиции «сверху». Порой клиента действительно нужно защищать от каких-либо персонажей в его жизни или даже от него самого. Понятное дело, это не означает, что психолог консультант будет звонить начальнику клиента, или разбираться с хулиганами в его дворе. Другое дело, что в кабинете у психолога может происходить разыгрывание каких-либо ситуаций из жизни клиента, в которых его некому было защитить, и тогда консультант может встать на роль защитника и помочь клиенту пережить эту тяжелую ситуацию по-новому, будучи защищенным. Кроме того некоторые клиенты склонны к излишнему самообвинению, и консультанту порой приходится оправдывать их в их собственных глазах.

Любая профессиональная роль имеет свои ограничения. Так роль адвоката абсолютно бессмысленна, когда для клиента нет никакой внешней агрессии (или агрессии на себя). В таком случае клиента просто не от кого защищать. Кроме того для роли адвоката тоже существует свой контекст. Если клиент вполне способен защитить себя сам, роль адвоката может быть не только не полезной, но даже вредной, так как может спровоцировать инфантильную позицию клиента. Однако, с другой стороны, бывают клиенты, которые привыкли кидаться грудью на амбразуру и им может быть полезно пережить ситуацию, когда они могут расслабиться, находясь под чужой защитой. В любом случае необходимо ориентироваться на данного конкретного клиента и его ситуацию.

Фасилитатор.

Фасилитатор это помощник, сопровождающий происходящий процесс, способствующий его продвижению и развитию. Фасилитатор это пассивная роль в равной позиции. Роль фасилитатора для психолога-консультанта не редкость. Часто психологу приходиться быть для клиента своего рода проводником-сопроводителем, помогать двигаться в определенном направлении, подсказывать оптимальный путь, предлагать варианты, помогать сориентироваться «на местности», поддерживать его в различных процессах и так далее. Эта роль чрезвычайно важна, так как позволяет с одной стороны, помогать клиенту двигаться, меняться и в тоже время позволяет ему брать ответственность за свои действия.

У роли фасилитатора, как и у любой другой, есть свои ограничения. Так, например, психологу не стоит поддерживать процесс, с которым он не согласен по этическим соображениям. Бывает также, что некоторые процессы стоит «упаковать» контенировать, выдержать или наоборот остановить, а не фасилитировать. Например, погружение в травматическое переживание угрозы жизни лучше остановить, если у клиента недостаточно ресурсов для того, чтобы сейчас это пройти. В противном случае терапия может усугубить ситуацию – привести к ретравматизации.

Переводчик.

Переводчик это пассивная роль которая может применяться как в позиции «сверху» так и в позиции «наравне» с клиентом. Роль переводчика – роль чрезвычайно важная и интересная. Зачастую клиенту необходимо что-то объяснить, переформулировать его слова, переосмыслить или интерпретировать действия – в таком случае переводчик незаменим. Особенно работа переводчика красива и полезна при парном или семейном консультировании.

Приведем одну притчу неизвестного автора. Эта притча бродит на просторах Интернета, и так и называется: «Переводчик».

Высокие договаривающиеся стороны уселись по оба конца стола, а между ними неприметной тенью примостился переводчик. Все молчали.

Первым начал Он.

- Я тебя люблю.

Ее передернуло, но переводчик сделал Ей знак и сказал:

- Он говорит: "У меня есть терпение, я готов слушать и пытаться понять тебя".

Она хмыкнула и с горечью ответила:

- Ты всегда умел говорить красивые слова, а дела я от тебя, наверное, никогда не дождусь.

Переводчик повернулся к Нему и сказал:

- Она говорит: "Я тебя тоже люблю. Только любовь помогла мне выдержать все это".

Он заговорил, и в Его голосе звучала мука.

- Я больше так не могу. Все, что я ни делаю, тебе не нравится. Ты все время критикуешь.

Переводчик снова повернулся к Ней и сказал:

- Он говорит: "У меня разросшееся, ранимое эго. Оно заставляет меня воспринимать все твои слова как нападки, и я помимо воли начинаю видеть в тебе врага".

Она посмотрела на него - уже без ненависти. Уже с той жалостью, от которой до любви - полтора шага.

- Я попробую помнить об этом, но ты тоже должен перестать быть ребенком. Пора уже повзрослеть на четвертом десятке!

Переводчик повернулся к Нему...

...Они уходили вдвоем, плечом к плечу, почти рука об руку. На пороге Он остановился, подбежал к переводчику, хлопнул его по спине и воскликнул:

- Да ты, брат, профи! Где такому учат, а?

Переводчик не ответил. Он поймал глазами Ее взгляд и одними губами перевел:

- Он говорит мне: "Я хочу научиться понимать Ее сам!".

На наш взгляд, это просто прекрасная притча о психологе-консультанте, в роли переводчика. Однако, как и у каждой роли у роли переводчика есть свои ограничения.

Переводчик совершенно неуместен в том случае если ситуация предельно ясна. Кроме того совершенно бессмысленно быть переводчиком когда клиент находится в острых кризисных состояниях. В такие моменты человеку настолько тяжело, что любой, пусть даже самый точный перевод или интерпретация, так как она просто не будет услышана.

Учитель.

Роль учителя или ментора, наставника – распространенная роль для психолога консультанта. Эту роль можно отнести к активной роли в позиции «сверху». Действительно по сущности своей роли, наставник должен превосходить своего ученика как минимум в том, чему он его учит. Очень часто психологу консультанту приходится выступать в роли эксперта по каким-либо вопросам, предоставлять информацию и обучать клиента тем или иным навыкам. Как правило, клиентов интересует причины собственного поведения и поведения других людей, психические состояния и способы, с помощью которых можно изменить что-либо в своей жизни. Напомню, что специалист-консультант не может быть специалистом во всем и для него чрезвычайно важно понимать границы своих профессиональных компетенций.

Самое главное для психолога не увлекаться этой ролью, так как она априори поддерживает у клиента пассивную инфантильную позицию ученика. Часто бывает, что человек получив какие-либо знания или умения на тренинге, не может использовать их в своей обычной жизни, так что чрезвычайно важно, научить клиента применять полученные навыки на практике вне кабинета, ведь именно там проходит большая часть его жизни. С этим непосредственно связаны ограничения роли учителя: в какие-то моменты клиент должен сам принимать решения и нести за них ответственность, а инфантильная позиция «ученика» в таких случаях уже не подходит.

Продавец, маркетолог.

Роль продавца совершенно не подходит специалисту-консультанту. Психолог не продает свои услуги, а предоставляет их бесплатно или за деньги. Разница здесь принципиальная. Дело в том, что психологическое консультирование область, в которой клиент может быть чрезвычайно уязвимым для психолога. Как правило, человек первый раз приходит к психологу от того, что ему по каким-либо причинам тяжело, плохо, он не может с чем-либо справиться в своей жизни, а это согласитесь, состояние уязвимое. Далее в процессе терапии клиент раскрывается перед психологом, зачастую рассказывая о себе то, что никогда никому не рассказывал. Таким образом, авторитет и влияние терапевта на клиента становятся чрезвычайно высоким. Отсюда у терапевта и может появиться соблазн повлиять на клиента с целью собственной выгоды, и, к сожалению, некоторые терапевты этому искушению поддаются. Для ограничения подобных явлений существует этический кодекс психолога консультанта, однако в нашей стране он никак не подкреплен законодательством, поэтому его соблюдение остается на личной ответственности консультанта.

Любые методы рекламы, торговли или маркетинга это сильное влияние не человека с целью продать товар или услугу и получить прибыль. Использование подобных техник при информировании людей о психологических услугах просто неэтично и может, в конечном счете, привести к эксплуатации клиента. Пользование уязвимыми состояниями и страхами клиентов явление частое на нашем рынке (например, не гнушаются этим, страховые службы, фармацевтические компании и другие) в психологическом консультировании это просто неприемлемо, так как кроме всего прочего может свести на нет всю работу психолога, превратив клиента в безвольную марионетку.

В психологическом консультировании существует жесткое табу на использование психологических техник в рекламе. Любое сообщение о наборе терапевтической группы, тренинга или возможности психологической консультации должно носить пригласительно-информационный, а не рекламный характер. Разрешается сообщать о том, - какое мероприятие проводиться, о чем оно, для чего, когда и где, что человек сможет получить посетив его, сколько оно стоит, но не более того. Строго запрещены всяческие рекламные «фишечки» и «манящие чары». Если же психолог использует инструменты рекламы, это может свидетельствовать о низкой профессиональной компетенции или даже о «злом умысле».

Таким образом, психологическое консультирование подразумевает активную роль клиента, который должен будет применить советы и рекомендации для решения проблемы. Это упрощенное объяснение сути консультации психолога. На практике все может происходить несколько иначе. Во-первых, человек, обратившийся за психологической помощью, не всегда ясно осознает свою проблему, или осознает только одну ее часть. Поэтому в ходе беседы специалист должен обстоятельно прояснить суть проблемы как для себя, так и для клиента. Очень часто бывает так, что клиент видит лишь «вершину айсберга», и психологу приходится вскрывать более глубокие проблемы. В таком случае психологическое консультирование не ограничивается только одной встречей клиента и специалиста. Когда проблема обозначена, психолог дает необходимые рекомендации, которые основываются на характере проблемы и особенностях личности клиента. Но в том случае, когда специалист видит, что его клиент не сможет самостоятельно воспользоваться советами и рекомендациями, так как не умеет владеть своими эмоциями, психолог подключает другие виды психологической помощи, в частности психотерапию. Это необходимо и в случае эмоциональных отклонений, которые могут присутствовать у клиента в результате длительных негативных воздействий, неудач и разочарований.

2.3 Средства воздействия консультанта

Возможности профессионального воздействия у консультанта необычайно широки и многообразны, но основным среди них, бесспорно, является вербальный контакт с клиентом, точнее — консультативная беседа. Такой тип беседы отличается от того, что обычно встречается в жизни, и владение подобными навыками на профессиональном уровне — настоящее искусство. Более подробно об этом будет говориться в следующих разделах. Пока же скажем, что профессиональная беседа является сложной конструкцией, построенной из разного рода приемов и техник, используемых профессионалом с целью достижения соответствующего эффекта. Важную роль среди них играют техники ведения консультативной беседы, такие как одобрение мнений клиента, стимулирование высказываний, краткость и ясность речи психолога и др. Правильное использование этих техник обеспечивает эффективность психологического воздействия, возможность установления и развития контакта клиента и консультанта.[[13]](#footnote-13)

Большую роль в процессе консультирования играют приемы и техники, направленные на решение различных специальных задач, возникающих во время приема. Среди них разнообразные вопросы, направленные на изменение и коррекцию позиции клиента, домашние задания с четким предписанием того, что и как должен делать клиент, дискуссии, ориентированные на принятие клиентом того или иного решения, и т.д. В большинстве своем эти техники тесно связаны с процессом беседы, непосредственно вытекают из нее и не выступают для клиента как нечто особое, специфичное. Овладение такого рода приемами и техниками, обогащение палитры высказываний и идей консультанта во многом определяется опытом и знакомством профессионала с различного рода теоретическими работами по психотерапии и консультированию, а также его профессиональным общением с коллегами.

Особую группу приемов консультирования представляют методы и техники, выступающие для клиента как специальные задания и упражнения, изменяющие или углубляющие ход беседы. К их числу относятся, например, «техника пустого стула», разработанная в рамках гештальт-терапии, «заключение контрактов», практикуемое в рамках супружеской и семейной терапии. Использование этих приемов во многом определяется теоретической ориентацией консультанта, а также характером проблем, с которыми обращается клиент. Профессиональное знакомство с широким перечнем подобных техник в каком-то смысле является критерием мастерства консультанта, его профессиональной компетентности. Они, несомненно, обогащают консультативную беседу, делают ее более эмоциональной, динамичной.

Кроме вербальных средств воздействия консультант должен владеть и широким набором невербальных средств, среди которых и контакт глаз, и характеристики голоса, и поза. Чаще всего использование этих средств не служит достижению какой-либо конкретной цели, а обеспечивает процесс консультирования как таковой, снимая напряжение клиента, обеспечивая его комфорт и контакт с консультантом. Важнейшим условием успешного психологического воздействия является правильная организация беседы.

Таким образом, психологическое консультирование проводится в виде беседы клиента и квалифицированного психолога. Беседа проходит в комфортных условиях и с соблюдением конфиденциальности. В ходе беседы клиент обрисовывает свою проблему. Специалист-консультант, на основании услышанного и наблюдений за клиентом, дает советы и рекомендации, которые должны помочь решению проблемы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Существуют различные виды психологической помощи. Одним из самых распространенных является психологическое консультирование.

Психологическое консультирование – это система работы психологов-консультантов со здоровыми людьми, имеющими проблемы в повседневной жизни. Люди, обращающиеся за помощью, – это клиенты (в переводе с древнегреческого клиент означает "прибегающий к услугам"), которые, испытывая трудности в повседневной жизни, по собственной инициативе хотят прибегнуть к услугам психолога-консультанта. Это, к примеру: конфликты на работе, неустроенность в личной жизни, семейные проблемы, трудности в принятии решений, разнообразные тревоги, страхи, неуверенность в себе, неудовлетворённость сексуальными отношениями и многое другое. Они ищут помощи, так как сами не справляются с обстоятельствами своей жизни.

Психологическое консультирование проводится в виде беседы клиента и квалифицированного психолога. Беседа проходит в комфортных условиях и с соблюдением конфиденциальности. В ходе беседы клиент обрисовывает свою проблему. Психолог, на основании услышанного и наблюдений за клиентом, дает советы и рекомендации, которые должны помочь решению проблемы.

Психологическое консультирование подразумевает активную роль клиента, который должен будет применить советы и рекомендации для решения проблемы. Это упрощенное объяснение сути консультации психолога. На практике все может происходить несколько иначе. Во-первых, человек, обратившийся за психологической помощью, не всегда ясно осознает свою проблему, или осознает только одну ее часть. Поэтому в ходе беседы специалист должен обстоятельно прояснить суть проблемы как для себя, так и для клиента. Очень часто бывает так, что клиент видит лишь «вершину айсберга», и психологу приходится вскрывать более глубокие проблемы. В таком случае психологическое консультирование не ограничивается только одной встречей клиента и специалиста. Когда проблема обозначена, психолог дает необходимые рекомендации, которые основываются на характере проблемы и особенностях личности клиента. Но в том случае, когда специалист видит, что его клиент не сможет самостоятельно воспользоваться советами и рекомендациями, так как не умеет владеть своими эмоциями, психолог подключает другие виды психологической помощи, в частности психотерапию. Это необходимо и в случае эмоциональных отклонений, которые могут присутствовать у клиента в результате длительных негативных воздействий, неудач и разочарований.

Существуют три возможные позиции консультанта по отношению к клиенту: позиция равенства, позиция «сверху» и позиция «снизу».

Позиция снизу практически никогда не занимается психологом.

Позиция сверху подразумевает, что специалист-консультант знает, понимает, разбирается в чем-то или делает что-то лучше, чем клиент и может помочь и обучить этому. Бывают ситуации, когда необходима позиция сверху. Например, если клиент попадает в невыносимые чувства и переживания или проваливается в травматический опыт.

Есть случаи, при которых клиент не нуждается в шефстве и ему гораздо полезнее будет помощь равного себе. Например, если человеку нужно самостоятельно сделать выбор, полезно обсудить и поисследовать разные варианты с консультантом в «равной» позиции.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Карандашев В. Н. Профессиональная компетентность психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://med-books.info/professiyu-psiholog-vvedenie/professionalnaya-kompetentnost-psihologa.html
2. Кочунас Р. Основы психологического консультирования. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.syntone.ru/library/parables/content/4852.html>
3. О профессиональной позиции психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://oleg-vasilchuk.livejournal.com/17440.html
4. Профессиональная позиция психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://rudocs.exdat.com/docs/index-373544.html?page=8
5. Профессиональные позиции в консультировании. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.openclass.ru/pages/132808
1. Карандашев В. Н. Профессиональная компетентность психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://med-books.info/professiyu-psiholog-vvedenie/professionalnaya-kompetentnost-psihologa.html [↑](#footnote-ref-1)
2. Карандашев В. Н. Профессиональная компетентность психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://med-books.info/professiyu-psiholog-vvedenie/professionalnaya-kompetentnost-psihologa.html [↑](#footnote-ref-2)
3. Карандашев В. Н. Профессиональная компетентность психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://med-books.info/professiyu-psiholog-vvedenie/professionalnaya-kompetentnost-psihologa.html [↑](#footnote-ref-3)
4. Карандашев В. Н. Профессиональная компетентность психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://med-books.info/professiyu-psiholog-vvedenie/professionalnaya-kompetentnost-psihologa.html [↑](#footnote-ref-4)
5. Кочунас Р. Основы психологического консультирования. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.syntone.ru/library/parables/content/4852.html [↑](#footnote-ref-5)
6. Кочунас Р. Основы психологического консультирования. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.syntone.ru/library/parables/content/4852.html [↑](#footnote-ref-6)
7. Кочунас Р. Основы психологического консультирования. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.syntone.ru/library/parables/content/4852.html [↑](#footnote-ref-7)
8. Профессиональная позиция психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://rudocs.exdat.com/docs/index-373544.html?page=8 [↑](#footnote-ref-8)
9. О профессиональной позиции психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://oleg-vasilchuk.livejournal.com/17440.html [↑](#footnote-ref-9)
10. Профессиональная позиция психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://rudocs.exdat.com/docs/index-373544.html?page=8 [↑](#footnote-ref-10)
11. Профессиональные позиции в консультировании. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.openclass.ru/pages/132808 [↑](#footnote-ref-11)
12. О профессиональной позиции психолога-консультанта. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://oleg-vasilchuk.livejournal.com/17440.html [↑](#footnote-ref-12)
13. Кочунас Р. Основы психологического консультирования. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.syntone.ru/library/parables/content/4852.html [↑](#footnote-ref-13)