

Технология консультирования

Консультация

Слово «консультация» употребляется в нескольких значениях: это

- совещание, обмен мнениями специалистов по какому-либо делу;
- Совет специалиста;
- учреждение, которое дает такие советы, например юридическая консультация.

История

За рубежом консультативная психология выделилась как особый подход к оказанию психологической помощи человеку и семье в сложных жизненных ситуациях в 50-е гг. XX в.

5 вопросов консультирования

1. В чем суть процесса, возникающего между человеком оказавшимся в трудной ситуации и обратившимся за помощью {клиентом), и человеком, ее оказывающим (консультантом)?
2. Какие функции должен выполнять консультант и какие личностные черты, установки, знания и умения необходимы для успешного выполнения своих функций?
3. Какие резервы, внутренние актуализированы в ходе консультирования?
4. Какие особенности налагает на процесс консультирования ситуация, сложившаяся в жизни клиента?
5. Какие приемы и техники могут быть сознательно использованы в процессе оказания помощи?

Отличие консультирования от терапии и коррекции

- Более широкая сфера применения;
- Работа с ситуацией и ситуационной проблемой;
- Субъект-субъектность, диалог;
- Подразумевается, что клиент - здоровый человек, которому можно делегировать больше ответственности за свою жизнь;
- Признание прав клиента на большую вариативность поведенческих реакций

Модели консультирования

- Медицинская – директивность, анонимность, односторонность;
- Психологическая - лично-ориентированная, гуманистическая;
- Педагогическая – недостаточная компетентность клиента относительно трудной жизненной ситуации;
- Диагностическая - информирование клиента о возможных направлениях развития трудной ситуации на основе всестороннего изучения случая.

Принципы консультирования

- Доброжелательное и безоценочное отношение к клиенту.
- Ориентация на нормы и ценности клиента.
- Осторожное отношение к советам.
- Разграничение личных и профессиональных отношений.
- Включенность клиента в процесс консультирования.
- Анонимность.
- Принятие клиентом ответственности за происходящее с ним.

Виды консультирования

Проблемно-ориентированное консультирование

Акцент делается на модификации поведения, анализе внешних причин проблемы.

- Цель работы с клиентом: формирование и укрепление способности клиента к адекватным ситуации действиям, овладение техниками, позволяющими улучшить самоконтроль.

Личностно-ориентированное консультирование.

Основана на анализе индивидуальных, личностных причин проблемы, процессе складывания деструктивных личностных стереотипов, предотвращении подобных проблем в будущем.

- Консультант здесь принципиально воздерживается от советов и организационной помощи, так как это уводит в сторону от внутренних, глубинных причин проблемы.

Решение-ориентированное консультирование.

Упор здесь делается на активацию собственных ресурсов клиента для решения проблемы.

Представители этого подхода обращают внимание на тот факт, что анализ причин проблемы неминуемо приводит к усилению чувства вины у клиента, что является препятствием к сотрудничеству консультанта и клиента.

Личные качества консультанта

- Доверие к людям.
- Уважение ценностей другой личности.
- Проницательность.
- Отсутствие предубеждений.
- Самопонимание.
- Осознание профессионального долга

Навыки консультанта

- Умение полно и правильно воспринимать (наблюдательность, быстрая ориентация в ситуации и т.п.);
- умение понимать внутренние свойства и особенности человека (проникновение в его духовный мир, интуиция);
- умение сопереживать (эмпатия, сочувствие, доброта и уважение к человеку, готовность помочь);
- Умение управлять самим собой и процессом (самоконтроль);
- умение анализировать свое поведение (рефлексия).

Профессиональные качества консультанта

- Аутентичность
- Открытость собственному опыту
- Развитие самопознания
- Толерантность
- Принятие личной ответственности
- Стремление к глубине отношений с другими людьми
- Постановка реалистичных целей

Позиция консультанта в диалоге

1. Консультант-«нейтральный советчик» выслушивает, задает вопросы, высказывает советы или рекомендации.
2. Консультант -«программист». Разрабатывает программу для клиента: «Что делать», «Как делать», «Когда делать».
3. Консультант-«слушатель». В результате «разговора с хорошим и умным человеком» клиент получает облегчение, удовлетворение и, успокоившись, самостоятельно находит решение собственной проблемы.
4. Консультант-«зеркало». Объясняет, что объективно происходит, рисует для клиента объективное отражение события, помогает понять его роль в этих событиях, а также позиции людей, связанных с ним и влияющих на него. В результате клиент понимает, что с ним происходит, к нему приходит успокоение и способность к принятию решения, к действию.
5. Консультант-«катализатор» для людей, которые все понимают, но ничего не делают, принимают на себя роль неудачников.