


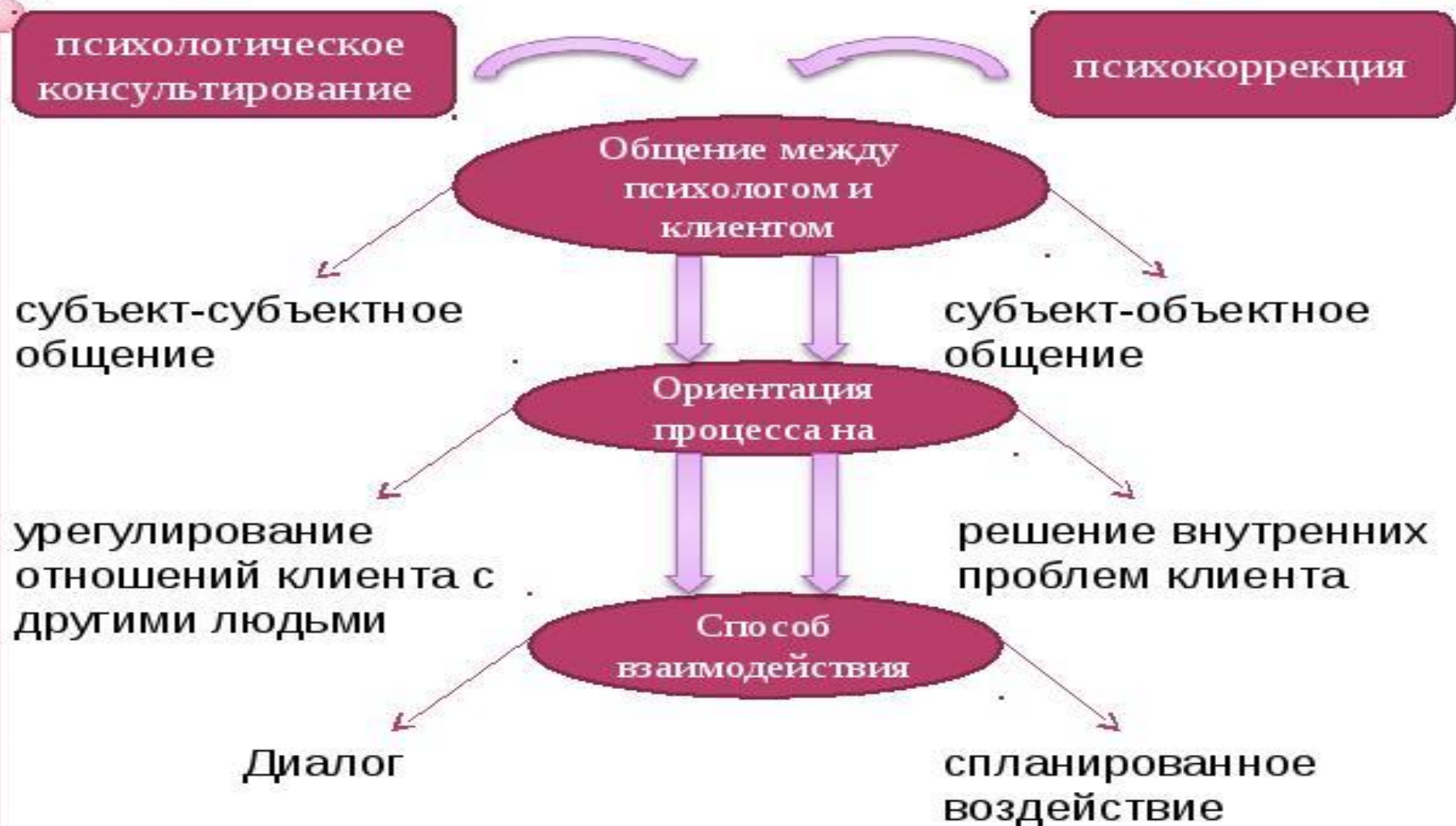
Лекция 8. Развивающие и психокоррекционные программы консультирования и психотерапии

По курсу «Психологическое консультирование
и психотерапия семьи и ребенка».



Спецификой психологического консультирования является акцент на диалогичности, на циркуляции информации, на информационном обмене между психологом-консультантом и теми людьми, относительно которых используется психологическое консультирование.

Отличие психологического консультирования от психокоррекции



Отличие психологического консультирования от психотерапии и психокоррекции

Основные отличия психологического консультирования от психокоррекции и психотерапии, отражающие сущность указанного метода оказания психологической помощи:

- 1.** Более широкая сфера применения по сравнению с клинической практикой, обращенность к проблемам психически здоровых людей.
- 2.** Ориентация на более широкое использование данных, полученных в эмпирических исследованиях, организованных по экспериментальному плану, с использованием для анализа результатов методов математической статистики.
- 3.** Работа преимущественно с ситуационными проблемами, решаемыми на уровне сознания, в отличие от ориентации на глубинный анализ проблем и работу с бессознательным в психотерапии.

- 4.** Большая субъект-субъектность, диалогичность общения психолога-консультанта и клиента. Подразумевается, что клиент - здоровый человек, которому можно делегировать больше ответственности за свою жизнь.
- 5.** Ориентация на здоровые стороны личности клиента, отказ от концепции болезни в процессе работы с ним, признание прав клиента на большую вариативность поведенческих реакций и психических состояний как здоровых, а не болезненных явлений.
- 6.** Ориентация на большую активность и самостоятельность клиента в процессе работы с ним, пробуждение внутренних ресурсов человека.
- 7.** Допустимость в психологическом консультировании более широкого спектра разнообразных профессиональных моделей деятельности психолога-консультанта, чем в психотерапии.

Процедурные отличия психологического консультирования от психотерапии (по Ю.Е. Алешиной):





Таблица 1. Современные представления о целях консультирования в западных подходах

Направление	Цели консультирования
Психоаналитическое направление	Перевести в сознание вытесненный в бессознательное материал; помочь клиенту воспроизвести ранний опыт и проанализировать вытесненные конфликты; реконструировать базисную личность
Адлеровское направление	Трансформировать цели жизни клиента; помочь ему сформировать социально значимые цели и скорректировать ошибочную мотивацию посредством обретения чувства равенства с другими людьми
Терапия поведения	Исправить неадекватное поведение и обучить эффективному поведению
Рационально-эмоциональная терапия (A.Ellis)	Устранить "саморазрушающий" подход клиента к жизни и помочь сформировать толерантный и рациональный подход; научить применению научного метода при решении поведенческих и эмоциональных проблем
Ориентированная на клиента терапия (C.Rogers)	Создать благоприятный климат консультирования, подходящий для самоисследования и распознавания факторов, мешающих росту личности; поощрять открытость клиента опыту, уверенность в себе, спонтанность
Экзистенциальная терапия	Помочь клиенту осознать свою свободу и собственные возможности; побуждать к принятию ответственности за то, что происходит с ним; идентифицировать блокирующие свободу факторы

специфические черты

психокоррекционного процесса

- Психокоррекция ориентирована на клинически здоровую личность людей, имеющих в повседневной жизни психологические трудности, проблемы, жалобы невротического характера, а также на людей, чувствующих себя хорошо, однако желающих изменить свою жизнь либо ставящих перед собой цель развития личности.
- Коррекция ориентируется на здоровые стороны личности независимо от степени нарушения.
- В психокоррекции чаще ориентируются на настоящее и будущее клиентов.
- Психокоррекция обычно ориентируется на среднесрочную помощь (в отличие от краткосрочной - до 15 встреч - помощи при консультировании и долгосрочной - до нескольких лет - помощи при психотерапии).
- В психокоррекции акцентируется ценностный вклад психолога, хотя отклоняется навязывание определенных ценностей клиенту.
- Психокоррекционные воздействия направлены на изменение поведения и развитие личности клиента.

По характеру направленности:

- **Симптоматическая коррекция** (коррекция симптомов), как правило, предполагает кратковременное воздействие с целью снятия острых симптомов отклонений в развитии, которые мешают перейти к коррекции каузального типа.
- **Каузальная (причинная) коррекция** направлена на источники и причины отклонений. Данный вид коррекции более длителен по времени, требует значительных усилий, однако более эффективен по сравнению с симптоматической коррекцией, так как одни и те же симптомы отклонений могут иметь совершенно разную природу, причины и психологическую структуру нарушений.

По содержанию:

- • познавательной сферы;
- • личности;
- • аффективно-волевой сферы;
- • поведенческих аспектов;
- • межличностных отношений;
- • внутригрупповых взаимоотношений (семейных, супружеских, коллективных);
- • детско-родительских отношений.

По продолжительности:

- • сверхкороткую (сверхбыструю)- минуты, часы;
- • короткую (быструю)-часы, несколько дней;
- • длительную- месяцы;
- • сверхдлительную- годы.

Принципы психокоррекции

- 1. Принцип единства диагностики и коррекции.
- 2. Принцип нормативности развития (опора на возр. нормы.)
- 3. Принцип коррекции "сверху вниз"(опора на «зону ближайшего развития»).
- 4. Принцип коррекции "снизу вверх» (тренировка уже имеющихся качеств).
- 5. Принцип системности развития психической деятельности (все аспекты личности взаимосвязаны и взаимообусловлены).
- 6. Деятельностный принцип коррекции (*формирование обобщенных способов ориентировки клиента в различных сферах предметной деятельности, межличностных взаимодействий, в конечном счёте в социальной ситуации развития.*).

Основные принципы принятые в консультировании

- 1. Безусловное и безоценочное принятие клиента,
- 2. Дозированная эмпатия (способность к эмоциональной вовлеченности, эмоциональной включенности в переживания клиента),
- 3. Собственная жизненная позиция, собственная философия, система ценностей и представлений о важнейших жизненных категориях. Уважение к человеческой природе в себе и в других людях,
- 4. Свобода личности. Задача консультанта – подвести клиента к принятию ответственности за свои поступки и за конечный итог своей жизни,
- 5. Ориентация на нормы и ценности клиента,
- 6. Запрет давать советы,
- 7. Анонимность,
- 8. Разграничение личных и профессиональных отношений,
- 9. Включенность клиента в процесс консультирования

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ СОСТАВЛЕНИЯ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫХ ПРОГРАММ

Составляя различного рода коррекционные программы, необходимо опираться на следующие принципы:

- Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач;
- Принцип единства коррекции и диагностики;
- Принцип приоритетности коррекции каузального типа (причинно-следственный);
- Деятельностный принцип коррекции;
- Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей клиента;
- Принцип комплексности методов психологического воздействия;
- Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе;
- Принцип опоры на разные уровни организации психических процессов;
- Принцип программированного обучения;
- Принцип возрастания сложности;
- Принцип учета объема и степени разнообразия материала;
- Принцип учета эмоциональной сложности материала

Условия проведения консультирования:

- 1. Наличие отдельного, изолированного, тихого помещения;
- 2. Удобное размещение в этом помещении консультанта и клиента – лучше всего рядом друг с другом или напротив друг друга под небольшим углом, на расстоянии от 60–70 см до 100–110 см.
- 3. Организация и проведение консультации в такое время, когда клиент никуда не спешит и не находится в плохом физическом состоянии или настроении.
- 4. Клиент во время беседы с психологом-консультантом должен иметь возможность отвести взгляд, повернуться вполборота или боком по отношению к психологу-консультанту.
- 5. Желательно, чтобы время начала и окончания консультации заранее было четко обозначено.
- 6. В помещении, где проводится консультация, могут находиться часы, но они не должны располагаться непосредственно между консультантом и клиентом.
- 7. В помещении не должно быть никаких посторонних предметов, которые отвлекали бы внимание клиента, настораживали его или настраивали отрицательно.
- 8. То, что находится в помещении или происходит в нем, должно успокаивать клиента, создавать у него хорошее, комфортное настроение.
- 9. На определенных этапах психологического консультирования допускается звучание в помещении негромкой, приятной музыки (Немов, 1999).