Министерство образования и науки Республики Казахстан

Костанайский социально-технический университет имени академика З. Алдамжар

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

на тему:

"Психологическое консультирование как специальная проблема психологии"

Выполнила А.Ж. Кинжибаева

Костанай 2011

***Содержание***

Введение

1. Теоретические аспекты специальной проблемы психологии - психологического консультирования

1.1 Сущность и основные цели психологического консультирования

1.2 Технология психологического консультирования

2. Эффективность внедрения психологического консультирования в практику работы школьного психолога

2.1 Организация опытно-экспериментального исследования

2.2 Содержание опытно-экспериментальной работы

2.3 Анализ результатов исследования

Заключение

Список использованной литературы

Приложения

***Введение***

Современное состояние мировой психологической науки можно оценить как период значительного подъема в ее развитии. Научная психология непрерывно обогащается новыми данными, совершенствуется ее понятийный аппарат и методы исследования.

Актуальность исследования вопросов, связанных с оказанием психологической помощи, в частности процесса психологического консультирования, обосновано тем, что это одна из наиболее развивающихся областей практической психологии. В настоящее время отмечается рост потребности населения в психологической помощи, что вызвано рядом составляющих. Это - глобальные метаморфозы в обществе и пересмотр стандартов психического здоровья; частые ситуации нестабильности, смятения, неуверенности в завтрашнем дне; новые ориентиры профессионального и личностного самоопределения, адекватные происходящим переменам; новое звучание конфликта "отцов и детей".

Все вышеперечисленное позволяет говорить об актуальности и социальной значимости изучения психологического консультирования в свете проблем современной психологической науки, то есть всего того, что может помочь психологам-практикам работать более эффективно.

Психологическое консультирование как профессия является относительно новой областью психологической практики, выделившейся из психотерапии. Эта профессия возникла в ответ на потребности людей, не имеющих клинических нарушений, однако нуждающихся в психологической помощи и осознающих эту свою потребность. Поэтому в психологическом консультировании психологи сталкиваются прежде всего с людьми, испытывающими трудности в повседневной жизни, например, конфликты на работе и дома, плохая успеваемость в школе, недостаток уверенности в себе, суицидальные наклонности и подобное.

психологическое консультирование школьный психолог

Кроме того, психологическое консультирование, как молодая область психологической практики, пока еще не имеет строго очерченных границ, в его поле зрения попадают самые разнообразные проблемы. [; 6]

Сегодня теоретическому обеспечению психологического консультирования уделено большое внимание, его проблемы рассматриваются в работах таких авторов как Г.С. Абрамова, Ю.Е. Алешина, Э.Ф. Зеер, Р. Кочунас, Е.А. Климов, Н.Д. Линде, В.Ю. Меновщикова, А.П. Чернявская и другие. Среди казахстанских специалистов можно назвать таких ученых как: В.М. Гребенников, Б.Ш. Жаныбеков, В.В. Марченко и др.

Проблема состоит в противоречии между потребностью общества в психологическом консультировании по самому широкому спектру повседневных житейских вопросов у населения и недостаточным отражением в теории всех методических приемов прикладной консультативной психологии.

В консультативной психологии накоплен богатый эмпирический материал, но не существует единого логического стержня, "единой теории процесса оказания психологической помощи", способной охватить и связать в целостную картину накопленные отдельными школами знания, объединить практиков различных направлений под своим крылом, обеспечить контроль эффективности процесса оказания психологической помощи. [; 31]

Таким образом, объектом исследования в данной работе стал процесс развития психологического консультирования как научно обоснованного направления прикладной клиент-ориентированной психологии.

Предмет исследования: психологическое консультирование.

Цель: выявить особенности психологического консультирования как специальной проблемы психологии.

Гипотеза: мы предполагаем, что психологическое консультирование как специальное направление психологии может успешно развиваться только на основе научного обеспечения всех аспектов его осуществления на практике и при условии использования индивидуального подхода.

Согласно цели и гипотезы в данной работе выдвинуты следующие задачи:

изучить специальную литературу по теме исследования;

выявить сущность и основные цели психологического консультирования;

рассмотреть технологию процесса психологического консультирования;

исследовать особенности психологического консультирования в условиях образовательного учреждения;

организовать опытно-экспериментальное исследование по выявлению эффективности психологического консультирования в условиях конкретной школы;

по итогам экспериментальной работы сформулировать рекомендации.

Новизна подходов в разработке темы исследования заключается в том, что нами обобщены теоретические положения по практическому применению психологического консультирования на примере работы данной службы в условиях конкретной школы.

Теоретическая и практическая значимость исследования состоит в том, что конкретизированы теоретические основы психологического консультирования, а все материалы, предложенные в работе, могут быть использованы в деятельности психолога.

Структуру данной работы составили: введение, две главы, заключение, список использованной литературы, приложение.

# ***1. Теоретические аспекты специальной проблемы психологии - психологического консультирования***

# ***1.1 Сущность и основные цели психологического консультирования***

В жизни человека неизменно происходят стрессовые, фрустрирующие и критические события. Психологическое консультирование, в самом широком смысле, представляется как помощь специалиста в решении психологических проблем. Точнее, психолог помогает приобрести новое восприятие, осмысление происходящих событий, актуализировать реальные ощущения происходящего, скорректировать интерпретацию и объяснение существующих непродуктивных представлений человека о мире, о себе.

Практика психологического консультирования и психотерапии показывает, что стратегические задачи психологического взаимодействия лежат в сфере поиска новых возможностей, которые должны появиться в арсенале клиента для решения проблем.

Некоторая неопределенность предмета психологического консультирования отражается в разнообразии определений. Так, Р. Кочунас приводит некоторые из принятых в американской школе психологии: "Консультирование - это совокупность процедур, направленных на помощь человеку в разрешении проблем и принятии решений относительно профессиональной карьеры, брака, семьи, совершенствования личности и межличностных отношений" или "Консультирование - это профессиональное отношение квалифицированного консультанта к клиенту, которое обычно представляется как "личность-личность", хотя иногда в нем участвуют более двух человек. Цель консультирования - помочь клиентам понять происходящее в их жизненном пространстве и осмысленно достичь поставленной цели на основе осознанного выбора при разрешении проблем эмоционального и межличностного характера". [1; 7]

Автор книги "Психологическое консультирование" Г.И. Колесникова дает следующее определение: "Психологическое консультирование - это область практической психологии, цель которой заключается в оказании консультантом психологической помощи клиенту в ходе специально организованной беседы, направленной на осознание клиентом сути проблемы и способов её разрешения". [;12]

Р.С. Немов подчеркивает: "Консультирование как основной вид психологической практики преследует главную цель: оказание оперативной помощи клиенту в решении возникших у него проблем" [; 28].

Ф.Е. Василюк называет психологическое консультирование частью "понимающей терапии". [; 159]

Трудно дать четкое определение психологическому консультированию или однозначно указать сферы его применения, поскольку слово "консультирование" уже давно представляет родовое понятие для различных видов консультативной практики. Так, фактически в любой сфере, в которой используются психологические знания, в той или иной мере применяется консультирование как одна из форм работы. Консультирование включает в себя и профконсультирование, и педагогическое, и промышленное, консультирование руководителей, и др. Консультативная психология представляет собой важное самостоятельное направление психологической науки и практики, которое в настоящее время вышло из-под опеки психотерапии. Консультирование охватывает более широкий круг психологических проблем (направлено "вширь"), чем психотерапия (направлено "вглубь"). Консультирование и психотерапия ориентированы на разные этапы взаимодействия психолога и клиента. [; 39]

Таким образом, имеется много сходных определений, и все они включают несколько основных положений:

 Консультирование помогает человеку выбирать и действовать по собственному усмотрению.

 Консультирование помогает обучаться новому поведению.

 Консультирование способствует развитию личности.

 В консультировании акцентируется ответственность клиента, т.е. признается, что независимый, ответственный индивид способен в соответствующих обстоятельствах принимать самостоятельные решения, а консультант создает условия, которые поощряют волевое поведение клиента.

 Сердцевиной консультирования является "консультативное взаимодействие" между клиентом и консультантом, основанное на философии "клиент-центрированной" терапии.

Консультирование - это прежде всего превентивная, упреждающая помощь, предотвращающая развитие нежелательных осложнений, в которой особое значение имеет диагностика. Консультирование отказывается от концепции болезни, то есть признает право человека на большую вариативность поведенческих реакций и психических состояний как здоровых, а не болезненных проявлений. Основной функцией психолога-консультанта является предоставление клиенту необходимой психологической информации, стимулирование его активности работы над собой, что является одной из задач психотерапии. Подготовка консультанта не ориентирована на глубокое освоение методов психотерапии. Рядом авторов отмечается, что психологическое консультирование - это "первичная психотерапия" (П.П. Горностай, С.В. Васьковская) или "начальный этап психотерапии" (В.Ю. Меновщиков). Также отмечается функция психолога-консультанта как посредника между клиентом и психотерапевтом.

Г.С. Абрамова пишет: "Выделяя психологическое консультирование как вид профессиональной деятельности психолога, необходимо представить уникальность этого вида деятельности". [; 28] Далее автор дает следующее определение: "Психологическое консультирование - фактическое построение теоретического мира конкретного человека в результате мышления о нем в научных понятиях - знаках, позволяющих рефлексировать на логику его индивидуальной жизни. Это построение теоретического мира конкретного человека как утверждение существования его индивидуальности, где истина о ней может быть дана раньше, чем психолог (или другие участники его профессиональной деятельности) узнает о том, что это - истина. Недаром одним из самых трудных вопросов в психологическом консультировании является вопрос о его цели и степени осознанности всеми участниками ситуации". [6; 35]

Основоположник клиент-центрированной терапии известный американский психотерапевт К. Роджерс выделил три основных принципа этого направления:

) каждая личность обладает безусловной ценностью и заслуживает уважения как таковая;

2) каждая личность в состоянии быть ответственной за себя;

) каждая личность имеет право выбирать ценности и цели, принимать самостоятельные решения.

М. Скалли и Б. Хопсон, придерживаясь клиент-центрированной ориентации, считают, что существуют три основные цели консультирования, по достижении которых можно судить об эффективности работы специалиста: помощь другим в их самоусилении, личностное развитие самого помощника и создание здоровых микро - и макросистем для функционирования индивидуумов. При этом они настаивают на том, что главная цель - личностное развитие консультанта, которое является залогом эффективности консультирования. Для того чтобы быть уверенным в результатах своей деятельности, консультанту нужно постоянно осознавать динамику своего собственного личностного развития. Свидетельства о действительной эффективности консультирования неоднозначны, но большая часть данных говорит о том, что клиенты извлекают пользу из индивидуальных интервью [; 177]. Многие исследования эффективности психотерапевтического процесса - это исследования того, что происходит с клиентом в результате консультирования, т.е. исследования на выходе.

Несмотря на широкий диапазон, который может иметь психологическая помощь, следует иметь в виду, по мнению Скалли и Хопсона, ряд специфических, типичных для практики оказания помощи возможных исходов или результатов консультирования:

* улучшение понимания (себя, проблемы, окружающих и т.д.);
* изменение эмоционального состояния (разрядка эмоционального напряжения, исследование своих чувств, принятие некоторых своих чувств и т.д.);
* способность принять решение;
* способность осуществить принятое решение;
* подтверждение своих мыслей, чувств, решений;
* получение поддержки;
* приспособление к ситуации, которую невозможно изменить;
* поиск и изучение альтернатив;
* получение практической помощи через прямые действия;
* развитие имеющихся умений, навыков, приобретение новых;
* получение информации;

реагирование на действия других людей и ситуацию [; 200].

Итак, определения психологического консультирования охватывают стержневые установки консультанта в отношении человека вообще и клиента в частности. Консультант принимает клиента как уникального, автономного индивида, за которым признается и уважается право свободного выбора, самоопределения, право жить собственной жизнью. Тем более важно признать, что любое внушение или давление мешает клиенту принять ответственность на себя и правильно решать свои проблемы.

Вопрос определения целей консультирования не является простым, поскольку зависит от потребностей клиентов, обращающихся за психологической помощью, и теоретической ориентации самого консультанта. Однако, сформулируем несколько универсальных целей, которые в большей или меньшей степени упоминаются теоретиками разных школ:

. Способствовать изменению поведения, чтобы клиент мог жить продуктивнее, испытывать удовлетворенность жизнью, несмотря на некоторые неизбежные социальные ограничения.

2. Развивать навыки преодоления трудностей при столкновении с новыми жизненными обстоятельствами и требованиями.

. Обеспечить эффективное принятие жизненно важных решений. Существует множество дел, которым можно научиться во время консультирования: самостоятельные поступки, распределение времени и энергии, оценка последствий риска, исследование поля ценностей, в котором происходит принятие решений, оценка свойств своей личности, преодоление эмоциональных стрессов, понимание влияния установок на принятие решений и т.п.

. Развивать умение завязывать и поддерживать межличностные отношения. Общение с людьми занимает значительную часть жизни и у многих вызывает трудности из-за низкого уровня их самоуважения или недостаточных социальных навыков. Будь то семейные конфликты взрослых или проблемы взаимоотношения детей, следует улучшать качество жизни клиентов посредством обучения лучшему построению межличностных отношений.

. Облегчить реализацию и повышение потенциала личности. По мнению многих психологов западной школы, в консультировании необходимо стремиться к максимальной свободе клиента (учитывая естественные социальные ограничения), а также к развитию способности клиента контролировать свое окружение и собственные реакции, провоцируемые окружением.

Несмотря на некоторую общность целей психологического консультирования, основные психологические школы все-таки значительно расходятся в их понимании (см. табл.1).

Необходимо отметить, что цели консультирования не обязательно находятся в противоречии - просто в школах, ориентированных на перестройку личности, акцентируются перспективные цели, а в школах, ориентированных на изменение поведения, большее значение придается конкретным целям.

В качестве цели психологического консультирования, практически вне зависимости от подхода, который использует консультант, может рассматриваться выслушивание и понимание клиента, которое уже само по себе, зачастую приводит к положительным изменениям. Другими словами, предвосхищаемым результатом консультирования является обеспечение клиента возможностью высказаться, поговорить откровенно, рассказать о том, что беспокоит и тревожит его.

Таблица 1. Современные представления о целях консультирования

|  |  |
| --- | --- |
| Направление | Цели консультирования |
| Психоаналитическое направление | Перевести в сознание вытесненный в бессознательное материал; помочь клиенту воспроизвести ранний опыт и проанализировать вытесненные конфликты; реконструировать базисную личность |
| Адлерианское 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 |

Выделяется целый ряд критериев, свидетельствующих о том, что цели психологического консультирования достигнуты. Рассмотрим основные из них:

Удовлетворённость клиента. В частности, удовлетворённость не стоит понимать только таким образом, что клиенту должно стать лучше, чем было до консультации. Удовлетворённость клиента - один из критериев того, что помощь была оказана эффективно, однако многое определяется характером проблемы клиента. Например, если клиент переживает горе или утрату, то он может и должен рассчитывать на то, что после консультации ему станет хоть немного легче, а консультант будет стараться облегчить его горе. В иной ситуации облегчение эмоционального состояния может не являться основной целью консультанта, и более того, клиент может начать переживать свои проблемы острее и болезненней, поскольку в некоторых случаях ощущение собственной ответственности, приходящей вместе с пониманием ситуации, может не являться лёгким или приятным переживанием. [; 37]

Принятие клиентом ответственности за происходящее с ним.

Психологическое консультирование отличается от психотерапии, хотя чёткую границу между ними не проводят.

В частности, как отмечает Р. Нельсон-Джоунс, большинство консультантов не считают использование отношений помощи (то есть психологического консультирования) достаточно эффективным для того, чтобы у клиента произошли конструктивные изменения, и полагают, что необходимо использовать также целый репертуар воздействий (то есть психотерапию), в дополнение к отношениям помощи. [; 106]

В психотерапии делается акцент на изменении в личности, в то время как в психологическом консультировании на использовании имеющихся у клиентов ресурсов. В психологическом консультировании, как правило, большее чем в психотерапии значение придаётся информированию и объяснению. Психотерапевты, как правило, имеют дело с более тяжёлыми расстройствами, более глубинными проблемами, а "психотерапия" является более медицинским термином, чем "консультирование". Ю.Е. Алёшина, в частности, отмечает, что различия между потребностями в психотерапевтической помощи и психологическом консультировании "часто проявляется уже в формах обращения за помощью, в специфике жалоб и ожиданий от встречи" со специалистом, и локусе (точнее локусе контроля) этих жалоб. Клиентов, нуждающихся в психологическом консультировании, отличает обычно подчёркивание ими негативной роли других людей в возникновении их собственных жизненных сложностей, в то время как клиентов, нуждающихся в психотерапевтической помощи отличают, как правило, жалобы на "неспособность контролировать и регулировать свои внутренние состояния, потребности и желания", а также некоторые формы поведения. [10; 12] Кроме того, клиенты, нуждающиеся в психологическом консультировании уже проделали часть работы по анализу собственных проблем и неудач, решили, что им нужна помощь - это уже "шаг, требующий определённого мужества", [10; 13] в то время как клиенты, нуждающиеся в психотерапевтической помощи нередко проявляют себя менее осмысленными и активными по отношению к своим проблемам клиентами, что в некоторых направлениях рассматривается как их переход больше к качеству "пациента", чем "клиента".

Некоторые авторы, например Ю.Е. Алёшина, отмечают также, что различна длительность психологической помощи - психологическое консультирование, как правило, является краткосрочным (редко превышает 5-6 встреч консультанта и клиента), в то время, как процесс психотерапии может длиться значительно дольше (десятки, а то и сотни встреч консультанта и клиента в течение ряда лет), но есть исключения, связанные с особенностями понимания консультативного процесса в некоторых теориях. [10]

Цели консультанта и клиента в конечном счете соприкасаются, хотя каждый консультант имеет в виду свою систему общих целей, соответствующую его теоретической ориентации, а каждый клиент - свои индивидуальные цели, приведшие его к специалисту.

Реализация целей консультанта зависит от потребностей и ожиданий клиента. Чтобы успешно сочетать свои общие задачи и конкретные цели клиента, необходимо с самого начала задать клиенту вопросы: "Что Вы ожидаете от нашего общения?", "Каковы ваши желания?" и т.п. Клиенты, как правило, имеют только самое общее представление о том, что такое консультирование и что ожидать от консультанта. Когда клиент не владеет никакой информацией о консультировании, он не способен должным образом сформулировать цели. Если психолог-консультант информирует клиента о продолжительности бесед и вообще о том, что обычно происходит во время консультативных встреч, ему легче понять возможности и ограничения консультирования. Большинство клиентов приходит на психологическое консультирование, надеясь, что консультант сразу окажет какую-то помощь. В этой ситуации консультант должен помнить главную цель консультирования - помочь клиенту понять, что именно он сам и есть тот человек, который должен решать, действовать, изменяться, актуализировать свои способности.

В теории выделяются специфические черты психологического консультирования, отличающие его от психотерапии:

 консультирование ориентировано на клинически здоровую личность; это люди, имеющие в повседневной жизни психологические трудности и проблемы, жалобы невротического характера, а также люди, чувствующие себя хорошо, однако ставящие перед собой цель дальнейшего развития личности;

 консультирование сориентировано на здоровые стороны личности независимо от степени нарушения; эта ориентация основана на вере, что "человек может изменяться, выбирать удовлетворяющую его жизнь, находить способы использования своих задатков, даже если они невелики из-за неадекватных установок и чувств, замедленного созревания, недостатка финансов, болезни, инвалидности, преклонного возраста и т.д.;

 консультирование чаще ориентируется на настоящее и будущее клиентов;

 консультирование обычно ориентируется на краткосрочную помощь (до 15 встреч);

 консультирование ориентируется на проблемы, возникающие во взаимодействии личности и среды;

 в консультировании акцентируется ценностное участие консультанта, хотя отклоняется навязывание ценностей клиентам;

 консультирование направлено на изменение поведения и развитие личности клиента.

Психологическое консультирование в свете культурно-исторической теории Л.С. Выготского можно рассматривать как ситуацию создания "зоны ближайшего развития" для человека, являющегося заказчиком профессиональной деятельности. Психолог вместе с ним формулирует и решает задачу познания человеком (клиентом) новых для него свойств психической реальности. Психолог-консультант действиями создает особую ситуацию взаимодействия с другим человеком, чем помогает ему решать специфические задачи познания свойств психической реальности. [6; 36]

Любое психологическое консультирование, будучи видом психологической практики, опирается на теоретическое понимание этой практики. Теории, применяемые для психологического консультирования, обладают целым рядом функций, например:

разработка терминологии, профессионального языка и способов его использования - то, с помощью чего можно понимать и интерпретировать происходящее с клиентом и в целом консультативный процесс, а также обмениваться информацией и достигать взаимопонимания.

обеспечение консультантов и клиентов концептуальными структурами, на основе которых можно принимать решения, интерпретировать проявления клиента - его поведение, мысли, чувства и переживания, направления его развития, способы общения с ним, а также систематически осмысливать консультативный процесс.

помощь в понимании, объяснении, а также прогнозировании (иногда - индуцировании) различных проявлений и возможных вариантов поведения и жизнедеятельности клиента.

Хотя клиенты не так искушены в создании и использовании теорий, тем не менее, они создают и используют свои "непрофессиональные" теории для понимания и осмысления того, что с ними происходит в их жизни, и в частности, в процессе психологического консультирования, и эти теории опосредуют сам процесс психологического консультирования, и соответственно, его результаты. []

Несмотря на указанную значимость теорий для процесса психологического консультирования, они - лишь один, хотя и важный, посредник в этом процессе. Есть и другие посредники, от которых зависит процесс и результат психологического консультирования. Традиционно выделяют консультанта (его знания, навыки, способности и многое другое), самого клиента, эффективность использования методов психологического консультирования, а также контекстные переменные. []

Некоторые авторы, например Раймонд Корсини, рассматривают психологическое консультирование как настолько сложную деятельность, что сравнивают её с искусством. Однако даже наличие объективных причин для обращения за психологической помощью не всегда приводят человека к психологу. Причины здесь могут быть самыми различными: недостаточные уровень образования и информированность по вопросам психологии; отсутствие знаний о специфике деятельности психолога; существование определенных психологических барьеров: страх обнажить свой внутренний мир, нежелание избавиться от некоторых психологических проблем, используемых как защиты, недоверие или неуверенность в том, что психолог может помочь и т.п. Психологу следует помнить, что если мотивация поработать над своими психологическими проблемами у человека не сформирована, вмешательство в его внутренний мир без его разрешения допустимо лишь в исключительных обстоятельствах. Например, при угрозе совершения суицида, уголовного преступления, в других критических ситуациях, когда негативные последствия невмешательства могут значительно превысить вред от нарушения психологической неприкосновенности. Но даже в таких случаях психологу нужно помнить об этике и о том, что чрезмерная активность может иметь противоположный эффект, поэтому злоупотреблять ею не следует.

# ***1.2 Технология психологического консультирования***

Психолог, приступая к решению консультативных задач, начинает с психологического запроса. Человек, обратившийся к психологу за психологической консультацией, формулирует свой запрос (в котором отражена его основная проблематика и пожелания, связанные с тем, чего он хотел бы достичь в ходе работы). Он обращается к психологу с просьбой предоставить психологическую помощь, описывая в той или иной форме свои трудности, переживания. Спонтанно рассказанная жалоба обладает определенной структурой, в которой можно выделить локус (на кого или на что жалуется клиент), самодиагноз (чем объясняет природу того или иного нарушения), проблему (что хотел бы изменить в ситуации, но не может) и запрос (какую конкретную помощь он ждет от психолога). Работать психологу без запроса - тяжело и неэффективно. В результате первые месяцы работы обычно потрачены исключительно на его формулировку.

Запрос - это просьба или жалоба предоставить конкретную форму психологической помощи, мотивированное определенным образом обращение или постановка проблемы, которую человек хочет решить вместе с психологом.

Просьба или жалоба может быть выражена конструктивно или неконструктивно.

Приведем примеры неконструктивного запроса: "Хочу никогда не волноваться”. Другим видом неконструктивного запроса является манипулятивный запрос. В этом случае человек не просит помочь ему самому, а требует изменить другого: "Повлияйте на него, пожалуйста”. Данный запрос содержит желание повлиять на другого, при этом снять с себя ответственность за происходящее и переложить ее на плечи другого. Такие запросы нуждаются в переформулировке.

Примерами конструктивного запроса могут служить:

запрос об информации;

запрос о помощи в самопознании, понимании принятии себя.

Для того чтобы человек решился на консультацию, необходимы следующие условия:

наличие психологических проблем;

частичная рефлексия человеком своих проблем.

Круг возможных проблем может быть достаточно широк: от пищевых расстройств до проблем, затрагивающих самые основы существования человека. Существуют различные подходы к классификации психологических проблем. Выделяют проблемы личностные, педагогические, коммуникативные, возрастные, пограничные. Проблемы могут различаться по степени их сложности: от простых до сложных. Для простых проблем бывает достаточно обыкновенной разъяснительной беседы. Сложные проблемы, требующие от клиента открытий, инсайта, решаются при длительной консультативной работе.

Выделяют три основания для локализации источников возникновения проблемы:

 окружение (включает проблемы, связанные с семьей, местом проживания человека, местом учебы, работы, отношениями со знакомыми, друзьями и т.п.);

 жизнь человека в целом (фиксируются общие проблемы, такие как смысл жизни, самореализация, финансово-бытовые проблемы, суицидальная активность);

 человек (отражает проблемы физиологического плана, в том числе нормальные психофизиологические состояния, сексуальные проблемы, болезни, наркотическую зависимость).

Разнообразие психических явлений традиционно делится на три сферы: познание, личностные особенности, человек в социуме.

В зависимости от запроса, психолог использует соответствующие методы: диагностические, коррекционные, развивающие.

Иногда, со стороны психолога требуется создать (может быть, через третьих лиц) мотивацию для получения психологической помощи. В этом случае возможны определенные упреждающие действия со стороны консультанта: разъяснения, заочные консультации, приглашение членов семьи.

Ни одна из теоретических ориентаций или школ психологического консультирования не отражает все возможные ситуации взаимодействия консультанта и клиента. Поэтому рассмотрим самую общую модель структуры консультативного процесса, называемую эклектической, которая описана Р. Кочюнасом. (см. рис.1) Эта системная модель, охватывающая шесть тесно связанных между собой стадий, отражает универсальные черты психологического консультирования или психотерапии любой ориентации.



Рисунок 1. Модель структуры консультативного процесса

1. Исследование проблем. На этой стадии консультант устанавливает контакт с клиентом и достигает обоюдного доверия: необходимо внимательно выслушать клиента, говорящего о своих трудностях, и проявить максимальную искренность, эмпатию, заботу, не прибегая к оценкам и манипулированию. Следует поощрять клиента к углубленному рассмотрению возникших у него проблем и фиксировать его чувства, содержание высказываний, невербальное поведение.

2. Двумерное определение проблем. На этой стадии консультант стремится точно охарактеризовать проблемы клиента, устанавливая как эмоциональные, так и когнитивные их аспекты. Уточнение проблем ведется до тех пор, пока клиент и консультант не достигнут одинакового понимания; проблемы определяются конкретными понятиями. Точное определение проблем позволяет понять их причины, а иногда указывает и способы разрешения. Если при определении проблем возникают трудности, неясности, то надо вернуться к стадии исследования.

. Идентификация альтернатив. На этой стадии выясняются и открыто обсуждаются возможные альтернативы решения проблем. Пользуясь открытыми вопросами, консультант побуждает клиента назвать все возможные варианты, которые тот считает подходящими и реальными, помогает выдвинуть дополнительные альтернативы, однако не навязывает своих решений. Во время беседы можно составить письменный список вариантов, чтобы их было легче сравнивать. Следует найти такие альтернативы решения проблем, которые клиент мог бы использовать непосредственно.

. Планирование. На этой стадии осуществляется критическая оценка выбранных альтернатив решения. Консультант помогает клиенту разобраться, какие альтернативы подходят и являются реалистичными с точки зрения предыдущего опыта и настоящей готовности измениться. Составление плана реалистичного решения проблем должно также помочь клиенту понять, что не все проблемы разрешимы. Некоторые проблемы требуют слишком много времени; другие могут быть решены лишь частично посредством уменьшения их деструктивного, дезорганизующего поведение воздействия. В плане решения проблем следует предусмотреть, какими средствами и способами клиент проверит реалистичность выбранного решения (ролевые игры, "репетиция" действий и др.).

. Деятельность. На этой стадии происходит последовательная реализация плана решения проблем. Консультант помогает клиенту строить деятельность с учетом обстоятельств, времени, эмоциональных затрат, а также с пониманием возможности неудачи в достижении целей. Клиент должен усвоить, что частичная неудача - еще не катастрофа и следует продолжать реализовывать план решения проблемы, связывая все действия с конечной целью.

. Оценка и обратная связь. На этой стадии клиент вместе с консультантом оценивает уровень достижения цели (степень разрешения проблемы) и обобщает достигнутые результаты. В случае надобности возможно уточнение плана решения. При возникновении новых или глубоко скрытых проблем необходим возврат к предыдущим стадиям.

Эта модель, отражающая консультативный процесс, помогает лишь лучше понять, как происходит конкретное консультирование. Реальный процесс консультирования значительно обширнее и нередко не подчиняется данному алгоритму. Выделение стадий условно, поскольку в практической работе одни стадии смыкаются с другими, и их взаимозависимость сложнее, чем в представленной схеме.

Здесь следует еще раз подчеркнуть то, о чем упоминалось выше, - в процессе консультирования важны не столько схемы (хотя общее представление и понимание хода консультирования обязательны), сколько профессиональная и человеческая компетенция консультанта. Ее составляют многие элементы, речь о которых пойдет ниже.

Перечислим общие правила и установки консультанта, структурирующие процесс консультирования и делающие его эффективным:

. Не бывает двух одинаковых клиентов и ситуаций консультирования. Человеческие проблемы только извне могут казаться схожими, однако поскольку они возникают, развиваются, существуют в контексте уникальных человеческих жизней, то и сами проблемы в действительности являются уникальными. Поэтому каждое консультативное взаимодействие уникально и неповторимо.

2. В процессе консультирования клиент и консультант постоянно изменяются сообразно их отношениям; в психологическом консультировании нет статичных ситуаций.

. Самым лучшим экспертом собственных проблем является клиент, поэтому при консультировании следует помочь ему принять на себя ответственность за решение его проблем. Видение собственных проблем клиентом не менее, а может быть, и более важно, нежели представление о них консультанта.

. В процессе консультирования чувство безопасности клиента важнее, чем требования консультанта. Таким образом, в консультировании неуместно добиваться цели любой ценой, не обращая внимания на эмоциональное состояние клиента.

. Стремясь помочь клиенту, консультант обязан "подключить" все свои профессиональные и личностные возможности, однако в каждом конкретном случае он не должен забывать, что он всего лишь человек и поэтому не способен полностью отвечать за другого человека, за его жизнь и трудности.

. Не следует ожидать непосредственного эффекта от каждой отдельно взятой консультативной встречи - решение проблем, а также успех консультирования не похожи на равномерно поднимающуюся вверх прямую; это процесс, в котором заметные улучшения сменяются ухудшениями, потому что самоизменение требует многих усилий и риска, которые не всегда и не сразу завершаются успехом.

. Компетентный консультант знает уровень своей профессиональной квалификации и собственные недостатки, он ответственен за соблюдение правил этики и работу на благо клиентов.

. Для обозначения и концептуализации каждой проблемы могут быть использованы различные теоретические подходы, но нет и не может быть наилучшего теоретического подхода.

. Некоторые проблемы - это сущностные человеческие дилеммы и в принципе неразрешимы (например, проблема экзистенциальной вины). В таких случаях консультант должен помочь клиенту понять неизбежность ситуации и смириться с ней.

. Эффективное консультирование - это процесс, который выполняется вместе с клиентом, но не вместо клиента.

Часто клиенты испытывают потребность в дополнительной информации, которая могла бы им помочь оценить сложившуюся ситуацию или принять решение. Консультант, обладающий необходимыми клиенту психологическими знаниями или опытом разрешения ситуаций, сходных с той, с которой обратился клиент, может передать эту информацию клиенту в готовом виде. В то же время, клиенты и сами часто обладают опытом, достаточным для разрешения ситуации, которая воспринимается ими как проблемная. Сложность положения некоторых клиентов заключается в том, что не все элементы сложившейся ситуации учитываются ими или учитываемые элементы воспринимаются не равноценно. Отдельные элементы ситуации сверхактуализированы, то есть оказывают неадекватно высокое влияние на ее восприятие и оценку, в то время как другие стороны ситуации находятся вне поля внимания клиента, не учитываются им. Кроме неадекватного учета элементов самой проблемной ситуации клиент может не принимать во внимание некоторые элементы собственного опыта, ресурсные для разрешения проблемы или, напротив, абсолютизировать те или иные ее компоненты.

Столкнувшись с подобными случаями, консультант может поставить себе следующие задачи:

) ввести в поле активного осознания клиента максимум информации, относящейся к проблемной ситуации;

) вывести из поля осознания факты, объективно не связанные с проблемной ситуацией, но воспринимаемые клиентом как таковые;

) сделать более объективной оценку значимости для клиента различных факторов ситуации;

) ввести в поле активного осознания клиента опыт, который может быть ресурсным для оценки ситуации и эффективного принятия решения;

) сделать более объективной оценку значимости для оценки ситуации и принятия решений различных элементов опыта. [; 34]

Одним из базовых психических механизмов, которые могут быть использованы консультантом для решения этих задач, является актуализация.

Понятие "актуализация" трактуется и в философии как понятие, означающее изменение бытия на основе идеи перехода от возможности к действительности.

Актуализация в психологическом понимании, на наш взгляд, - это усиление влияния того или иного компонента индивидуальной или групповой психики на состояние носителя психики, его взаимодействие со средой. Дезактуализация - напротив, выключение того или иного элемента из механизма регулирования активности и взаимодействия со средой.

К основным техническим средствам актуализации необходимой клиенту информации могут быть отнесены: вопрос, интерпретация, резюмирование, пример, представление и другие.

Кроме актуализации опыта клиента с целью разрешения проблемы могут быть актуализированы мотивы решения проблемы или черты характера.

Актуализация собственного опыта клиента помогает ему принять на себя ответственность за решение собственных проблем, а также удостовериться в собственных силах.

.3 Психологическое консультирование как одно из условий психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, его виды и формы

Специфика психологического консультирования в образовательном учреждении заключается в следующем:

во-первых, кратковременность личных контактов клиента с педагогом-психологом;

во-вторых, эпизодичность данных контактов;

в-третьих, практическая завершённость каждой встречи клиента с психологом;

в-четвёртых, активность клиента в процессе консультирования;

в-пятых, самостоятельность в действиях клиента, направленных на разрешение своей проблемы после консультирования.

В настоящее время сложились четыре основных направления, задающих специализацию в работе практического психолога: психодиагностика, психологическое консультирование, психопрофилактика, психокоррекция.

Мы остановимся на психологическом консультировании. На практике психологическое консультирование является важным компонентом работы школьного психолога. Это обусловлено потребностью участников образовательного процесса (учащихся, их родителей, профессионально-педагогических работников) в получении психологической помощи, особенностями психологии учащихся, задачей улучшения психологического климата между учащимися и взрослыми. Инициаторами обращений выступают: учителя (54% от общего числа обращений), учащиеся (23%). В остальных 23% случаев консультация происходит по инициативе самого психолога, обычно по результатам наблюдений или кризисных моментов в жизни школы, класса, обсуждаемых на заседаниях Совета профилактики.

Психологическое консультирование включает в себя следующие частные виды работ:

 Выработку и точную формулировку психолого-педагогических рекомендаций, точную формулировку психолого-педагогических рекомендаций, вытекающих из результатов проведённого психодиагностического обследования, причем соответствующие рекомендации должны предлагаться и взрослым и детям в форме, понятной и доступной для практической реализации.

 Ведение бесед с теми, кто нуждается в консультативной помощи. Эти беседы завершаются получением детьми и взрослыми людьми необходимых им психолого-педагогических советов.

 Работа с учителями и родителями, выполняемая в рамках психологического всеобуча и системы повышения квалификации.

Консультативная работа психолога школы проводится последующим направлениям:

) консультирование и просвещение педагогов;

2) консультирование и просвещение родителей;

) консультирование школьников.

В свою очередь, консультирование может проходить в форме собственно консультирования по вопросам обучения и психического развития ребёнка, а так же в форме просветительской работы со всеми участниками педагогического процесса в школе.

Психологическое просвещение представляет собой формирование у обучающихся и их родителей (законных представителей). У педагогических работников и руководителей потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития; создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения, обучающихся на каждом возрастном этапе, а также в современном предупреждении возможных нарушений в становлении личности и развитии интеллекта.

Консультативная деятельность - это оказание помощи обучающимся, их родителям (законным представителям), педагогическим работникам и другим участникам образовательного процесса в вопросах развития, воспитания и обучения психологического консультирования.

Особенностью консультативной работы психолога особенно в начальной школе является то, что непосредственным "получателем" психологической помощи (клиентом) является не её окончательный адресат - ребёнок, а обратившийся за консультацией взрослый (родитель, педагог). Таким образом, психолог оказывает подчас лишь косвенное воздействие на ребёнка. Он только даёт советы; реализовывать их - задача клиента.

Несмотря на такую специфику консультативной работы школьного психолога с детьми младшего школьного возраста, их родителями и педагогами, это направление является принципиально важным в практической деятельности школьного психолога.

Эффективность всей его работы в значительной мере определяется тем, насколько ему удалось наладить конструктивное сотрудничество с педагогами, родителями и администрацией школы в решении задач обучения и воспитания школьников.

В своей консультативной практике школьный психолог может реализовать принципы консультирования самых различных психологических направлений (диагностический, экзистенциальный, гуманистический, бихевиоральный и другие подходы). Однако в работе с детьми, личность и в целом психика которых находятся ещё на этапе своего становления, учёт возрастных особенностей является непременным условием консультативной работы психолога в школе.

В целом задача возрастно-психологического консультирования составляет контроль за ходом психического развития ребёнка на основе представлений о нормативном содержании и возрастной периодизации этого процесса. Указанная общая задача на сегодняшний день включает следующие конкретные составляющие:

Ориентация родителей, учителей и других лиц, участвующих в воспитании, в возрастных и индивидуальных особенностях психического развития ребёнка;

Своевременное первичное выявление детей с различными отклонениями и нарушениями психического развития и направление их в психолого-медико-педагогические консультации;

Предупреждение вторичных психологических осложнений у детей с ослабленным соматическим или нервно-психическим здоровьем, рекомендации по психогигиене и психопрофилактике (совместно с детскими патопсихологами и врачами);

Составление (совместно с педагогическими психологами или педагогами) рекомендаций по психолого-педагогической коррекции трудностей в школьном обучении для учителей, родителей и других лиц;

Составление (совместно со специалистами по семейной психотерапии) рекомендаций по воспитанию детей в семье;

Коррекционная работа индивидуально или (и) специальных группах при консультации с детьми и родителями;

Психологическое просвещение населения с помощью лекционной и других форм работы.

Рассмотрим особенности консультирования педагогов. В консультативной работе с педагогами можно выделить ряд принципов, на которых основано сотрудничество школьного психолога с педагогическим коллективом в решении проблем и профессиональных задач самого педагога:

) Равноправное взаимодействие психолога и педагога;

2) Формирование у педагога установки на самостоятельное решение проблем, т.е. снятие установки на "готовый рецепт";

) Принятие участниками консультирования ответственности за совместные решения;

) Распределение профессиональных функций между педагогами и психологами.

В организации психологического консультирования педагогов можно выделить три направления:

) Консультирование педагогов по вопросам разработки и реализации психологически адекватных программ обучения и воспитания.

) Консультирование педагогов по поводу проблем обучения, поведения и межличностного взаимодействия конкретных учащихся. Это наиболее распространённая форма консультативной работы школьного психолога, помогающая решать школьные проблемы в тесном сотрудничестве психолога, педагогов и администрации школы и помогающая создать наиболее благоприятные условия для развития личности ребёнка и его обучения. Консультирование в этом направлении может быть организованно, с одной стороны, по запросу педагога, с другой - по инициативе психолога, который может предложить учителю ознакомиться с той или иной информацией о ребёнке и задуматься над проблемой оказания помощи или поддержки. Организация по запросу учителя наиболее эффективна, а форме индивидуальных консультаций.

) Консультирование в ситуациях разрешения межличностных и межгрупповых конфликтов в различных системах отношений: учитель - учитель, учитель - ученик, учитель - родители и др. в рамках такой социально-посреднической работы психолог организует ситуацию обсуждения конфликта сначала оппонентом отдельно, затем - совместно. Психолог помогает ' снять эмоциональное напряжение у участников конфликта, перевести обсуждение в конструктивное русло и затем помогает оппонентам найти приемлемые способы решения противоречивой ситуации.

Остановимся на особенностях консультирования родителей. Психолого-педагогическое консультирование родителей, как и в ситуации пробной работы с педагогами, может быть организованно, с одной стороны, по запросу родителя в связи с оказания консультативно-методической помощи в организации эффективного детско-родительского взаимодействия; с другой - инициативе психолога. Одной из функций консультативной работы с родителями является информирование родителей о школьной проблемах ребёнка. Так же целью консультирования может стать необходимость психологической поддержки родителей в случае обнаружения серьёзных психологических проблем ребёнка либо в связи с серьёзными эмоциональными переживаниями и событиями в семье.

Таблица 2. Поводы для проведения психологической консультации

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Инициатор встречи Характеристика повода для обращения | Школа (психолог, педагог, администрация) | Семья |
| Плановая встреча | Информация о возрастных закономерностях развития, о психологических особенностях данного этапа | Информация об индивидуальных особенностях развития ребенка на данном этапе, соотношение с возрастными нормами |
| Острая ситуация | Какие-либо аспекты в поведении или учебных успехах ребенка вызывают тревогу или недовольство | Родители не справляются с какой-либо воспитательной задачей, нуждаются в информации, поддержке, помощи |

Когда встреча с психологом происходит по инициативе родителей, чаще всего мы наблюдаем стандартную консультацию в возрастно-психологическом подходе.

Рассмотрим ситуации, когда родители встречаются с психологом по инициативе представителей школы.

Плановое групповое консультирование вполне можно отнести к психологическому просвещению. Обычно это происходит на родительских собраниях. Психолог информирует об общих особенностях класса и психологических особенностях данного возрастного этапа развития.

Такая деятельность является важным компонентом в работе, направленной на формирование адекватной социальной ситуации развития школьников. Полученная информация позволяет родителям осознать, что происходит с ребенком на данном этапе; решить, как строить с ним отношения. Таким образом психолог помогает здоровым людям пережить сложную ситуацию. Именно поэтому выступления на родительских собраниях можно квалифицировать как консультирование.

Кроме того, такие встречи помогают родителям познакомиться со школьным психологом, увидеть его стиль работы. То есть являются предконтактом для индивидуальной встречи. По существу, родители выступают клиентами школьного психолога без заключения контракта.

Задачи данного направления определяются оказанием реальной консультативной помощи родителям в вопросах личного характера семейного воспитания. На этом этапе в работе психолога необходимы дифференциация и индивидуализация, ориентированная на помощь различным группам и отдельным родителям в решении проблем обучения и воспитания собственных детей.

Формы консультаций могут быть индивидуальными и групповыми (см. табл.3).

Таблица 3. Формы консультативной деятельности

|  |  |
| --- | --- |
| Индивидуальные | Групповые |
| Консультирование родителей (рекомендации, документальное использование) | Плановые родительские собрания по результатам диагностических обследований. |
| Консультирование родителей по особенностям воспитания детей, имеющих ограничения здоровья. | Экспресс - консультации (по мере необходимости) |
| Консультирование по личному запросу преподавателей. | Консультирование по запросу администрации. |

В процессе консультации с родителями обсуждаются в основном проблемы следующего характера:

 особенности познавательных процессов ребенка (плохая память, рассеянность внимания, малая усидчивость и т.п.);

 личностные особенности ребенка, особенности поведенческой и эмоционально-волевой сферы (несамостоятельность, агрессивность, повышенная возбудимость, робость, боязливость и т.д.);

 вопросы его жизненной перспективы и профориентация;

 сложности в системе отношений ребенка (со взрослыми - в семье, в школе; с братьями и сестрами, одноклассниками, друзьями и т.д.).

Рассмотрим основные этапы индивидуальной консультативной работы:

. Работа с конкретным индивидуальным случаем - довольно трудоёмкий процесс, требующий определённой организации. Таким образом, для квалифицированного решения проблемы необходимо собрать и проанализировать информацию по следующим разделам. Информация об истории развития ребёнка и состояние его здоровья (беседа с родителями по поводу истории развития ребёнка может происходить в форме полу стандартизированного интервью).

. Сведения об особенностях социальной обстановки, в которой растёт ребёнок, и характере его общения и взаимоотношений со значимыми лицами (семья, коллектив сверстников в классе и др.) Для получения этой информации дополнительно к выше приведённым методикам целесообразно использовать Опросник АСВ Эйдемиллера-Юстицкого, методику Рене жиля, “Два дома”, пробы на совместную деятельность, рисунок семьи и другие.

. Особенности поведения и деятельность ребёнка в различных ситуациях. Для изучения особенностей поведения и деятельности ребёнка в ситуации обследования целесообразно применять схему наблюдения.

. Дифференцированная характеристика развития познавательной и эмоционально-личностной сфер ребёнка. Методические средства и приёмы, используемые для получения такого рода информации весьма разнообразны. Их выбор зависит от специфики проблемы, возраста ребёнка др. Главное - это должен быть комплекс методик, системно определяющий психологический статус ребёнка.

Приведем общую характеристику беседы с родителями в процессе консультирования.

В процессе консультирования психолог контактирует с родителями (хотя это может быть и учитель) несколько раз: в ходе бесед по установлению истории развития ребёнка, в ходе обследования ребёнка и родителя на предмет специфики их взаимоотношений, в ходе беседы по результатам обследования, на коррекционных занятиях (родительские группы, тренинг родительской уверенности).

Каждая встреча психолога с лицами, обратившимися с запросом, имеет своей главной целью достижение возможно более глубокого, разностороннего и объективного понимания проблем ребёнка, его личности в целом.

Предпосылками успешного результата консультирования являются следующие действия психолога в процессе проведения бесед во время первых встреч:

умение психолога создать доверительные, откровенные отношения с родителями (или другими обратившимися за помощью лицами), умение проявить эмпатию, показать свое отношение к родителям как к людям, искренне заинтересованным в устранении трудностей ребёнка;

обсуждение целей и задач консультирования, то есть введение клиента а ситуацию предстоящего консультирования, ориентация в общей схеме консультативной работы;

формирование у клиента установки на совместный и разносторонний анализ проблем ребёнка;

предупреждение клиента о возможных трудностях, осложнениях и препятствиях в процессе поиска форм психологической помощи, а затем и в ходе её реализации; снятие установки на ожидание немедленных результатов.

Беседа, проводимая психологом по итогам изучения случая, преследует несколько целей:

подробное обсуждение общего состояния психического развития ребёнка, а так же характера, степени и причин выявленных трудностей, условно-вариативного прогноза его дальнейшего развития;

совместную разработку системы конкретных мер помощи или специальной коррекционной программы;

обсуждение проблем родителей, связанных с ребёнком, их отношения к его трудностям;

планирование последующих встреч или разъяснение необходимости консультаций у специалистов другого профиля (в случае необходимости).

В зависимости от особенностей конкретного случая заключительная беседа консультанта с родителями может строиться по-разному, однако чаще всего в ней выделяются 4 основных этапа. При этом желательно вести беседу одновременно с обоими родителями, так как это помогает получить более объективную и разностороннюю картину жизни ребёнка и, кроме того, позволяет им почувствовать общую ответственность за судьбу ребёнка.

В начале беседы нужно побудить у родителей к свободному и откровенному обсуждению проблем ребёнка, актуализации наиболее волнующих их вопросов. Необходимо также коснуться их представлений о причинах трудностей ребёнка и средствах их разрешения, помощи, выяснить их мнение о том, какие цели можно ставить перед ребёнком, на какое будущее его ориентировать. На втором этапе беседы предполагается сообщение и разъяснение психологом результатов психологического обследования, а также их совместное обсуждение. Конкретные данные и иллюстрации из материалов обследования, демонстрируется психологом, обычно помогают родителям составить более верное представление о характере и степени трудностей ребёнка. Необходимо стремиться к выработке у родителей реалистического представления о трудностях ребёнка. После того (на третьем этапе) обсуждается специальная программа действий и конкретные формы реализации предложенных рекомендаций. Наконец, в заключение беседы обсуждается то, как изменилось отношение родителей к проблемам ребёнка, планируются последующие встречи. В процессе беседы важно проявить теплоту, внимание, уважение. Критерием оценки эффективности беседы служит то, могут ли родители достаточно уверенно действовать на основе тех сведений и рекомендаций, которые они получили от консультанта.

Беседу с родителями рекомендуется проводить в форме свободного либо полустандартизированного вида, выбор управляемого или неуправляемого вариантов и т.д.

Целесообразно проводить максимально подробное обсуждение конкретных результатов, полученных в ходе обследования ребёнка, часто это придаёт большую убедительность вывода консультанта; родителям полезно иметь на руках психологическое заключение, написанное ясным, понятным языком, или, по крайней мере, самим записать со слов психолога выводы и рекомендации, так как это помогает им в дальнейшем обдумывать результаты консультации, искать конкретные меры помощи, исходя из зафиксированных выводов, проверять их правильность в ходе анализа дальнейшего развития ребёнка.

Одним из принципов работы возрастного психолога консультанта является принцип отстаивания интересов ребёнка. Однако представления об этих интересах и о том, как отстаивать, существенно различаются у разных консультантов психологов. Эти различия отражаются в методах и предмете их работы.

Если исходить из устоявшегося в практике семейного консультирования а оно на сегодняшний день наиболее развито - деления всех случаев обращения в консультацию на собственно семейные проблемы и проблемы родительско-детских отношений, то в области родительско-детских отношений существуют три направления, три способа работы:

 повышение социально-психологической компетенции родителей, обучение навыкам общения, разрешения конфликтных ситуаций, улучшение стиля родительского поведения, общей воспитательной осведомлённости и т.п.;

 работа с семьёй как целым с точки зрения как диагностики внутрисемейной ситуации, так и коррекции и терапии;

 работа преимущественно с ребёнком.

Разумеется, что каждое из этих трёх направлений работы реализует принцип соблюдения интересов ребёнка. И возрастной психолог консультант работает отнюдь не только в третьем модусе. Однако одним из организационных принципов его работы является отказ от консультирования родителей без обследования ребёнка.

Таким образом, процедура консультирования родительско-детских отношений в возрастно-психологической консультации всегда включает в себя достаточно подробное психодиагностическое обследование ребёнка, а не только его межличностных отношений и тем более не только этих отношений глазами родителей. В ряде случаев бывает необходимым провести и психологическое обследование родителей.

В подростковом возрасте психологическое консультирование является одним из важнейших направлений деятельности психолога, где основные формы консультативной работы включают: оптимизацию общения подростка со сверстниками, формирование чувства собственного достоинства и уверенности в себе, развитие умения ставить перед собой цель, владеть собой, помощь в социализации и во взаимодействии с окружающей действительностью.

С.Л. Колосова исходит из того, что психолог должен быть ориентирован на повышение личностной активности школьника в решении своих проблем, а также помочь ему развить и обогатить его личность [; 41].

Т.К. Губкина подчеркивает, что при оказании психологической поддержки подростку следует использовать некую последовательность шагов: восстановление у ребенка позитивного самовосприятия, его доверия к себе, к миру; анализ проблемы, выявление провоцирующих источников, причин; постановка позитивной цели, описание желаемого поведения и проработка возможных рецидивов старого поведения. Значимым нюансом автор выделяет следующее: выработка шагов роста (описание конкретных достижений) и поиск внутренних ресурсов и опора на них [; 85].

И.Д. Егорычева при анализе данного вопроса выделяет необходимое условие - организацию конструктивного взаимодействия, включение подростка в социально одобряемую, признаваемую и личностно значимую деятельность; а также помощь в реализации его потребностей [; 200].

Л.А. Регуш выделяет следующее: проектирование положительных качеств личности; помочь актуализировать свои способности [; 276].Ф. Дольто отмечала, что подростку необходимо помочь отучиться думать и поступать по-детски, и в то же время открыть радость и смысл взрослых обязанностей [5, с.270].

Таким образом, мы видим, что консультирование в первую очередь нацелено на поиск основной проблемы, составление основных жизненных трудностей подростка [; 448], вызвать осознание подростком их истоков и вызвать конкретные перемены в его поведении [; 186].

Профессиональное консультирование в качестве отдельного вида психологического консультирования представляет собой психологические консультации, направленные на работу с проблематикой профессионального становления, профессиональной деятельности, развития личности в профессии. [; 38] Именно так понимается термин "профессиональное" в названии данного вида консультирования. Психолог-консультант, при этом, концентрируется на работе с профессионально-важными качествами клиента такими, как индивидуальный стиль деятельности (что особенно актуально в случаях профконсультационной работы с социально дезадаптированными подростками и юношами). [; 14]

В практике школьных психологов наиболее востребованными являются консультации по индивидуальным проблемам (внутренние конфликты, страхи, психологические травмы, проблемы межличностных отношений) и семейным проблемам (взаимоотношения с родственниками, взаимоотношения с детьми). Менее востребовано профконсультирование (повышение работоспособности, рекомендации "как вести себя при собеседовании с работодателем", определение цели дальнейшего профессионального и образовательного маршрута).

# ***Выводы***

Главной идеей, лежащей в основе психологического консультирования, является мысль о том, что практически любой психически здоровый человек в состоянии справиться с большинством возникающих в его жизни психологических проблем. Клиент, в силу различных причин, может не всегда осознавать истинную причину проблемы, наилучшие способы её разрешения, и именно в этом моменте ему нужна помощь специалиста.

Психологическое консультирование отличается от других видов психологической помощи тем, что клиенту отводится более активная роль и основная психокоррекционная работа проводится им самим, а при психотерапевтической работе ответственность за результат несёт сам психолог. Следовательно, за конечный результат консультирования ответственность лежит на клиенте, а психолог отвечает за правильность своих выводов о сути проблемы и профессиональную обоснованность рекомендаций по разрешению данной проблемы.

Данный вид деятельности (консультирование) - один из мощных инструментов работы педагога-психолога с личностью. Оно позволяет через воздействие словом, через умелое построение диалога и системы вопросов, комментариев, интерпретаций, конфронтаций структурировать психическое состояние клиента, способствовать формированию адаптивных защитных механизмов и, соответственно, адекватного поведения личности.

# ***2. Эффективность внедрения психологического консультирования в практику работы школьного психолога***

# ***2.1 Организация опытно-экспериментального исследования***

Опытно-экспериментальная работа по теме исследования проводилась на базе средней школы №4 города Рудного с углубленным изучением математики с сентября 2010года.

Деятельность психолога организуется, прежде всего, по запросу и на основании плана, утвержденного администрацией школы. Центральным направлением является работа с детьми, имеющими психологические трудности в обучении и развитии.

В условиях школы вариативность проблем, с которыми сталкивается психолог, непредвиденно широка. В один день к психологу могут обратиться разные субъекты учебного процесса с различными проблемами.

Запросы педагогов школы касались в основном следующих проблем: взаимоотношения с учащимися (51%), взаимоотношения с родителями учащихся (23%), личные проблемы (15%), межличностные отношения в коллективе (11%) (см. рис. 2).



Рисунок 2. Актуальность проблем педагогов

Запросы, с которыми обращались родители строились на основе следующих проблем: утрата авторитета у детей (22%); неуспеваемость ребенка (21%); потеря контакта с ребенком (16%); гиперактивность и неуправляемый характер поведения ребенка (14%); различного рода девиации (побеги из дома, ложь, курение и подобное) (12%); проблемы личного характера (10%); взаимоотношения с учителями (5%) (см. рис.3)



Рисунок 3. Актуальность проблем родителей

Проблемы, с которыми обращались за время исследования учащиеся, можно условно разделить на 3 категории: межличностные отношения, самопознание, профессиональное самоопределение.

На первое место по актуальности ребята ставят проблемы личностного характера (39%), на второе место - взаимоотношения с родителями (27%). Вопрос отношений в группе волнует 21% учащихся, а с педагогами - 13%. (рис. 2)



Рисунок 4. Актуальность проблем учащихся

Мировоззрение, которое удерживается психологом по данным обращениям: все ученики обладают какими-то ресурсами - это навыки, способности, таланты, достойные одобрения черты характера. Трудности возникают у тех детей, у которых эти ресурсы не найдены. Вопросы воспитателям формулируются так, чтобы, рассмотрев все сферы жизнедеятельности ребенка, обозначить наиболее успешные и в дальнейшем поощрять их развитие.

Оценка эффективности ограничена рамками самой консультативной беседы:

* исходный уровень - эмоциональное состояние консультируемого в начале консультации;
* конечный уровень - эмоциональное состояние (а также степень осознания проблемы, способность планировать и оценивать действия, в целом - уровень адаптации) клиента по окончании беседы.

# ***2.2 Содержание опытно-экспериментальной работы***

В ходе опытно-экспериментальной работы учитывался план консультативной работы школьного психолога, в котором были предусмотрены четыре направления: консультирование педагогов, консультирование родителей, консультации для учащихся, профессиональное консультирование.

Для формирования мотивации к участию в психологическом консультировании были предприняты следующие шаги:

организовывались в школе внеклассные мероприятия (игры, беседы, встречи), на которых в занимательной форме мы знакомили обучающихся с возможностями личности в решении важных вопросов, в саморазвитии;

были подготовлены выступления на педагогических советах с проблемами адаптации первокурсников, раскрывались вопросы мотивационной сферы учащихся;

практиковались психологические тренинги для разных групп (учителя, учащиеся, родители);

проводились занятия с профессионально-педагогическими работниками в рамках заседаний "Школы педагогического мастерства", где были подготовлены ознакомительные беседы по основам самоменеджмента, развитию коммуникативной компетентности учителей.

В ходе организации консультаций мы руководствовались принципами позитивного подхода:

1. Акцент на ресурсах и позитивной динамике проблемы. Поиски ресурсов могут быть направлены в прошлое ("Что раньше помогало вам преодолевать подобные проблемы?", "Как такие проблемы преодолевали ваши родственники, знакомые?"), в настоящее "Что сейчас помогает вам преодолеть проблему, хотя бы временно?") или в будущее ("Кто или что помогло бы вам выйти из этой ситуации в будущем?", "Что можно сделать, чтобы преодолеть трудность? Чему научиться?").

2. Утилизация опыта, мировоззрения, интересов и эмоций клиента. Проведение беседы с выяснением стереотипов реагирования самого клиента, нахождение редких, но позитивных способов реагирования и расширение границ использования этого опыта. Результатом плодотворной консультации являются нередко слова клиента: "Как же я раньше об этом не задумался, я же все это знал".

3. Позитивный подход. "У каждой тучи есть своя светлая сторона" (народная пословица). Даже к тяжелой болезни можно относиться как к "возможности, которая учит". Такое мировоззрение позволяет отнестись к трудностям как позитивному событию, расширить восприятие позитивных моментов ситуации, посмотреть на нее с другой стороны.

4. Экономичность и краткосрочность. Установка на консультацию как на краткосрочное и даже веселое событие в жизни клиента - в противовес серьезному и глубинному классическому консультированию.

5. Сотрудничество и гласность, подразумевающие передачу ответственности за принятие решения клиенту. Выделяются и развиваются собственные цели клиента, психолог только помогает выстроить процесс целеполагания, проследить пути реализации целей. В какой-то мере психолог может раскрывать свои личные переживания перед клиентом. Сведения личного характера полезны в тех случаях, когда предоставляемая информация способствует повышению творческого потенциала клиента, расширяет спектр возможностей для собственных действий клиента.

6. Техническая пластичность. Технология подразумевает интегративное использование широкого арсенала разнообразных приемов, техник и даже создание новых, адекватных конкретному клиенту, в противовес опоре на одну научную концепцию.

I. Консультативная работа психолога с учащимися школы

Задачи

Оказание психологической помощи учащимся (в рамках профессиональных возможностей психолога), имеющим проблемы в обучении и развитии.

Повышение психологической компетентности учащихся.

Консультативная работа проводится по запросу и по итогам психологической диагностики. В основном связана с оказанием помощи детям, имеющим трудности в обучении и психологическом развитии. Может быть ориентирована и на работу с детскими коллективами (коррекцию межличностных отношений). Работа развивающего характера, ориентированная на благополучно развивающихся детей, организуется в виде факультативов или игр по запросу самих детей или классных руководителей.

Консультирование детей в значительной мере отличается от консультирования взрослых.

Если, работая с взрослыми, консультант в основном ориентирован на цель клиента, то в работе с детьми он ориентирован на:

фундаментальные цели (те, которые ставят специалисты перед всеми детьми, приходящими на прием);

цель, которую поставили перед психологом родители или специалисты, работающие с ребенком;

свои собственные профессиональные цели;

цель самого ребенка.

Другим немаловажным отличием консультирования детей от консультирования взрослых является то, что в силу своих физиологических особенностей ребенок не может в течение длительного времени концентрировать свое внимание на беседе с взрослым. Кроме того, поскольку язык ребенка недостаточно хорошо сформирован, в большинстве случаев ему трудно выразить свои чувства и объяснить, что с ним происходит.

Процесс консультирования подростков обычно осложнен проявлениями негативизма, сопротивления вербальному общению со взрослым. Поэтому консультирование детей и подростков требует вовлечения в процесс дополнительных средств, помогающих активизировать познавательные процессы ребенка, например, удерживать его внимание на должном уровне или активизировать его мыслительные действия. Консультанту (психологу) также надо мотивировать ребенка/подростка, поддерживать его интерес и побуждать оставаться в рамках определенной проблемы, особенно в тех ситуациях, когда мы не располагаем достаточным количеством времени.

Таблица 4. Организация консультаций по проблемам детей

|  |  |
| --- | --- |
| Ситуации, "запускающие" данный вид деятельности | Вид деятельности психолога |
| Запрос со стороны педагога, родителя или самого учащегося (в старшей школе) Адаптация новых детей, пришедших в уже сложившийся коллектив | Консультирование родителей Консультирование самого учащегося |
| Запрос учащихся (прежде всего - на развивающую работу и профориентационное консультирование) Запрос классного руководителя, связанный с определенной задачей его работы с классным коллективом или отдельным учеником Результаты психологической диагностики | Консультации с классным руководителем Консультирование родителей по итогам проведенной с ребенком работы По необходимости - консультирование самого автора запроса |
| Выявление психологических проблем, лежащих вне функционала или профессиональной компетенции школьного психолога Необходимость получения консультаций у "смежных" специалистов: логопеда, психоневролога, психиатра и др. | Консультации с классным руководителем и педагогами-предметниками Консультирование родителей Работа с детским коллективом |

Первую фазу можно было бы назвать "знакомством ребенка с консультантом". Эта фаза состоит из двух частей:

ребенок оказался в кабине консультанта, но он ощущает дискомфорт, который, возможно, и явился поводом обращения за помощью;

ребенок и консультант знакомятся друг с другом; консультант помогает ребенку начать его рассказ, вовлекая в процесс консультирования игровые техники, приемы и средства.

Во время второй фазы - фазы проявления эмоций - происходит следующее:

ребенок начинает рассказывать консультанту о том, что его беспокоит; используя техники рефлексивного и нерефлексивного слушания, консультант помогает ему осознать его трудности;

ребенок соприкасается со своими эмоциями; консультант предоставляет ребенку возможность проявить его эмоции в приемлемой форме.

Третья фаза - фаза размышлений:

ребенок начинает задумываться над тем, что можно изменить в его ситуации.

Четвертая фаза - фаза изменений:

ребенок пересматривает свои взгляды на сложившуюся ситуацию, находит в ней не только отрицательные, но и положительные моменты;

ребенок придумывает варианты изменения негативных моментов его ситуации; консультант помогает ему заменить деструктивные паттерны поведения на конструктивные.

Пятая фаза - фаза действий:

ребенок начинает отрабатывать положительные паттерны поведения;

ребенок принимает решение.

В заключение консультант проводит "подстройку к будущему", помогая ребенку осознать, где и как он может использовать полученный в ходе консультирования опыт.

Рассмотрим более подробно особенности психологического консультирования девиантных подростков в средней школе.

Таблица 5. Особенности психологического консультирования агрессивных подростков в школе

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды деятельности | Содержание психологического консультирования | Особенности психологического консультирования в школе |
| Назначение | Психологическое обеспечение оптимальной адаптации и самореализации за счет актуализации ресурсных возможностей для преодоления возникших затруднений. | Создание адаптационных механизмов, позволяющих приобрести определенную социальную роль в классе. |
| Предмет | Внутренний психологический мир подростка: эмоционально-волевое регулирование, цели, ценности, ситуация жизнедеятельности и развития. | Воспитание новых ценностей, соответствующих ценностям группы, класса; идентификация подростка с одноклассниками. |
| Условия использования | Желание консультироваться - получать помощь в решении вопросов (затруднений), обусловленных психологическими причинами. Готовность подростка принять ответственность за изменение себя ради изменения своей жизненной ситуации. | Мотивация подростка на общение со специалистами. |
| Основные принципы | гуманность; позитивность; адекватность; системность; реалистичность; гибкость. | Индивидуальный подход, взаимодействие с различными социальными институтами. |
| Характер | Совместная деятельность психолога и подростка, направленная на достижение цели, сформулированной в ходе затруднительной для подростка ситуации. | Определенная индивидуально для данного подростка траектория развития. |
| Цель | Решение актуальных личностных, жизненных, социальных задач и трудностей подростка за счет преодоления психологических затруднений. | Обозначение социальной роли подростка в сообществе одноклассников для его успешной адаптации. |
| Профессиональные (психологические) задачи | Меры (шаги), планируемые для достижения поставленной цели (задачи) конкретного консультирования, обуславливаются поставленной целью, индивидуальными особенностями, в том числе уровнем и характером девиации и возможностями подростка. | Определённая технологизация процесса с учетом особенностей личности. |
| Результат | Изменения (разница) во внутреннем психологическом мире, произошедшие в ходе (в результате) психологического консультирования, способствующие адаптации и самореализации подростка. Результатом конкретной консультации могут быть понимание причин затруднений, снятие накопившегося напряжения, выработка нового взгляда на себя и ситуацию, поиск и актуализация собственных ресурсов - сил и средств поведения в сложных ситуациях, изменение самооценки, самоуважения, освоение новых способов поведения, способов самостоятельного решения сложных жизненных вопросов, разрушение негативных установок и норм поведения, формирование новых целей, ценностей, перспектив. | Поэтапное изменение установок и мотивов личностного поведения. |

Чтобы сделать процесс консультирования более доступным для ребенка, мы использовали наглядные пособия, игровой материал и пр. С этой целью нами была использована серия плакатов "Психологический инструментарий на каждый день", которая включает следующие комплекты:

Как я справляюсь со своим гневом.

Как я справляюсь со своей тревогой.

Как я решаю свои проблемы.

Как я преодолеваю трудности.

Как я разрешаю конфликты с…

Цель использования плакатов - расширение поведенческого репертуара и жизненного опыта ребенка в ходе психотерапевтической, консультативной и коррекционной работы. Плакаты помогают детям осознать способы реагирования на травмирующие ситуации и начать поиск путей выхода из них, отработать и закрепить навыки эффективного и уверенного поведения и др.

Возрастной диапазон использования плакатов достаточно широк. Так, например, серии плакатов "Как я справляюсь со своим гневом" и "Как я справляюсь со своей тревогой" доступны для детей дошкольного возраста и могут быть включены в работу со школьниками и даже взрослыми. Плакаты "Как я преодолеваю трудности" рассчитаны в основном на дошкольников, в то время как серии "Как я решаю свои проблемы" и "Как я разрешаю конфликты с…" адресованы школьникам и взрослым. Причем плакаты "Как я разрешаю конфликты" можно использовать, начиная со среднего и старшего школьного возраста, когда учащиеся уже прислушиваются к мнению друг друга, а во время споров пытаются аргументировать и отстаивать свою точку зрения.

Плакаты можно включать в работу с клиентом на различных этапах проведения сессии в соответствии с предложенной выше моделью Катрун и Дэвида Гельдард.

На фазе знакомства, когда консультант устанавливает доверительные отношения с ребенком/подростком и объясняет ему возможности и ограничения процесса консультирования, можно обойтись без плакатов. Затем, когда клиент начинает свой рассказ, консультант решает, использование каких наглядных пособий будет способствовать более эффективному протеканию процесса консультирования. Уже на этой фазе в некоторых случаях, когда консультант уверен в правильности своего выбора, можно предложить ребенку рассмотреть картинки на одном из плакатов, тем самым подготовив клиента к следующей фазе - работе с эмоциями. Ребенок (подросток) может просто описать, что изображено на поле плаката или на предъявляемых ему взрослым карточках.

На этапе работы с чувствами ребенка или подростка (фаза проявления эмоций) могут быть использованы плакаты "Как я справляюсь со своим гневом" и "Как я справляюсь со своей тревогой". Данные плакаты особенно эффективны в том случае, если ребенок соприкоснулся с эмоциями гнева или тревоги и стесняется или затрудняется выразить их своими словами. В этом случае консультант предлагает клиенту рассмотреть один из упомянутых выше плакатов, предварительно сказав, что подобные чувства (гнев или тревогу) испытывают многие люди. Далее, удобно поместив плакат на столе, на коленях перед ребенком или повесив его на стену, можно продолжить примерно так: "Посмотри, пожалуйста, на картинку. Кто изображен на ней? Как ты думаешь, какие чувства испытывают эти дети? Похож ли кто-то из них на тебя, когда ты испытываешь тревогу (гнев)?" Младших школьников можно просто попросить описать, что изображено на картинке, какое настроение у героев и какие события повлияли на их настроение.

Пример. "Здесь ребенок обиделся на папу, потому что он его наругал и поставил в угол. Он не хочет разговаривать с папой, только смотрит на него злыми глазами. Меня дома никогда не ругают. Только если я грязно в тетрадке пишу, если капризничаю, если в школе учительница жалуется на меня. Она всегда жалуется. Она просто очень злая" (К., 8 лет).

На данном этапе беседы следует поощрять любые высказывания, предоставляя ребенку возможность проговорить все, что он считает нужным, даже если его реплики будут носить негативный, осуждающий или агрессивный характер. Работая с эмоциями клиента, консультант может использовать техники гештальт-терапии, задавая примерно следующие вопросы:

Что значит для тебя быть грустным (сердиться)?

Что происходит с тобой, когда ты беспокоишься (сердишься)?

Как реагирует твое тело на похожие ситуации? И т.д.

При желании психолог может попросить ребенка записать или нарисовать символически на карточках ответы на любой из перечисленных выше или подобных вопросов и разместить их на плакате. Например: "Когда я беспокоюсь, я грызу ногти, тереблю носовой платок, стучу пальцем по столу, прошу маму подойти ко мне, мои руки потеют. "

После того как ребенок или подросток в достаточной мере осознает свои эмоции, можно отложить плакат и переходить к следующей стадии сессии. В конце сессии, при подведении итогов совместной работы, консультант в краткой форме напоминает клиенту о сделанных записях и говорит о том, что он сохранит их для последующих сессий, так что в любое время клиент сможет вернуться к ним, если, конечно, захочет. После окончания сессии для удобства дальнейшей работы консультант переносит содержимое плаката на бланк, а карточки убирает с плаката.

На фазе размышлений, если появилась необходимость, консультант предлагает ребенку снова обратиться к плакату ("Как я справляюсь со своим гневом" и "Как я справляюсь со своей тревогой"). На данном этапе целесообразно рассмотреть все возможные варианты (как положительные, так и отрицательные) реагирования клиента на травмирующую ситуацию и записать каждый вариант на отдельной карточке, а затем разложить их на плакате.

В ходе последующей беседы консультант и клиент обсуждают, насколько каждый из данных вариантов может быть эффективным в различных ситуациях. Одним из важнейших условий эффективности работы на этом этапе остается безоценочное принятие взрослым любых предложенных клиентом способов реагирования. Желательно, чтобы ребенок (подросток) сам осознал степень конструктивности предлагаемого им варианта.

На фазе изменений консультант предлагает клиенту отметить все деструктивные паттерны поведения - реагирования на травмирующую ситуацию и помогает заменить их на конструктивные, используя плакаты "Как я справляюсь со своим гневом" и "Как я справляюсь со своей тревогой". Для этого он просит клиента ранжировать имеющиеся на стикерах ответы. Первая названная карточка соответствует самому приемлемому способу реагирования для данного конкретного клиента. Если клиент делает выбор неуверенно, желательно подчеркнуть, что любой выбранный им способ имеет право на существование, что нет правильных или неправильных ответов. В работе с маленькими детьми сначала выбирается только один, наиболее приемлемый вариант, затем из оставшихся вариантов выбирается снова самый предпочтительный и т.д., пока не будут проранжированы все карточки.

Процесс ранжирования сопровождается работой собственно с плакатом: клиент наклеивает стикеры на соответствующие его выбору квадраты на плакате, то есть консультант предоставляет ему право выбора квадратов для наиболее и наименее предпочтительных вариантов реагирования. Например, после того как клиент выбрал приемлемый для него вариант, психолог может спросить: "Где бы ты хотел разместить его?" На данном этапе консультант может задавать вопросы примерно следующего характера:

Как ты думаешь, какие твои действия (поступки и др.) помогают тебе справиться с эмоциями (тревогой, гневом)?

Что можно было бы сделать по-другому, лучше? И т.д.

На данной фазе также можно обратиться к плакату "Как я преодолеваю трудности". Работа проходит по той же схеме, что и с раннее упомянутыми плакатами.

На этапе действий (пятая фаза) может оказаться полезным плакат "Весы" (из серии "Как я решаю свои проблемы"). Данный плакат эффективен в том случае, если после определенной работы у клиента появилось несколько вариантов выхода из затруднительной ситуации и ему необходимо осуществить выбор. Перед тем как начать работу с плакатом, консультант помогает клиенту найти несколько вариантов решения проблемы и записывает каждый вариант на отдельной карточке. Затем он просит клиента еще раз пересмотреть все варианты и отложить те из них, которые являются наименее перспективными, оставив два-три варианта решения проблемы. Консультант предлагает клиенту обратиться к плакату и положить карточки с вариантами решений проблемы перед весами. Причем перед каждыми весами должна лежать только одна карточка. Затем клиент "взвешивает" каждый вариант решения путем составления списков "за" и "против". Процедура "взвешивания" может проходить примерно так.

Консультант: "Какой вариант решения проблемы ты хотел (а) бы рассмотреть в первую очередь? Давай составим два списка "за" и "против" и разместим их на разных чашах весов".

После того как проделана подобная работа, консультант просит клиента проанализировать каждый пункт "за" и "против" в отдельности, насколько то или иное положение значимо для клиента.

В результате подобного анализа клиент может прийти к выводу, что некоторые пункты он мог бы вычеркнуть, оставив лишь наиболее важные. Таким образом, данные списки становятся короче. Проделывая подобную работу, консультант должен стараться быть более гибким и идти за клиентом, не навязывая ему свои идеи (пусть даже самые интересные). Предположим, если клиент захочет оценить каждый пункт в баллах, консультант должен приветствовать это и помочь клиенту в реализации его планов. Консультант также может спросить клиента, по каким основным параметрам он хотел бы сравнить полученные результаты (по количеству положительных или отрицательных выборов, по разнице между положительными и отрицательными выборами, по количеству значимых и незначимых пунктов). Мы рекомендуем приветствовать любые идеи клиента, развивая его инициативу и самостоятельность в выборе решения. Любое самостоятельно принятое решение, включая решение о том, что еще нужно время, чтобы обдумать вариант выбора, будет правильным.

По желанию клиента подобная работа с плакатом может быть продолжена и в дальнейшем, пока клиент не обретет уверенности в правильности своего выбора.

На последней встрече консультанта с клиентом может быть эффективной работа с любым плакатом, использовавшимся ранее. В обобщенной форме консультант может показать клиенту, какой путь был проделан с момента начала консультирования до его завершения, разложив карточки с надписями на плакате. Консультант предлагает клиенту рассказать о том, что, на его взгляд, изменилось к лучшему с момента первой встречи с ним, помогла ли ему работа с плакатом и каким образом, как он может использовать полученные знания и навыки в дальнейшей жизни. Таким образом, плакаты помогают в осуществлении "подстройки к будущему".

Таким образом, психологическое консультирование - это нестандартный процесс. Его протяженность, форма, глубина будут определяться, прежде всего, необходимостью и достаточностью для разрешения затруднений подростка. При этом, в ходе психологического консультирования реализуется индивидуальный подход, суть которого состоит в коррекции комплекса качеств, связанных с агрессивностью подростка.

II. Консультативная работа психолога с родителями

Задачи

1. Повышение психологической компетентности родителей в сфере детско-родительских отношений и решения проблем и задач развития их детей.

2. Сотрудничество с родителями в вопросах, связанных с решением проблем и задач развития их детей.

Виды деятельности и их краткая характеристика

1. Консультирование родителей по проблемам воспитания и психологического развития их детей. Организуется по запросу самих родителей или педагогов, итогам психологической диагностики (при наличии у ребенка трудностей в обучении и психологическом развитии) и итогам реализации коррекционно-развивающих мероприятий. В большинстве случаев носит характер разовых консультаций.

2. Информирование по итогам проведения психологической диагностики (индивидуальное и групповое). Носит плановый характер, проводится преимущественно в форме выступления на родительских собраниях или разовых консультаций с родителями.

3. Психологическое просвещение родителей. Организуется по запросу педагогов, родителей, либо носит систематический, плановый характер. Проводится преимущественно в форме выступления на родительских собраниях.

Таблица 6. Организация консультаций по проблемам родителей

|  |  |
| --- | --- |
| Ситуации, "запускающие" данный вид деятельности | Вид деятельности психолога |
| Запрос самих родителей на проведение консультации Консультация организуется по инициативе классного руководителя или школьной администрации Консультирование по итогам проведения психологического обследования ребенка Консультация по итогам коррекционно-развивающей или консультативной работы с ребенком | Консультирование родителей по проблемам воспитания и психологического развития их детей Организация консультативной или коррекционно-развивающей работы с самим школьником Консультации с классным руководителем или администрацией (авторами запроса) |
| Проведение плановой диагностики или индивидуального обследования ребенка по запросу. | Информирование по итогам проведения психологической диагностики (индивидуальное и групповое) Консультирование конкретных семей по возникшим психологическим проблемам |
| Плановые тематические выступления на внутриклассных или общешкольных родительских собраниях Разовый запрос классного руководителя, администрации или самих родителей | Психологическое просвещение родителей Консультирование конкретных семей по возникшим психологическим вопросам |

В работе с родителями опишем некоторые приемы, разработанные нами для психологического консультирования. Основные алгоритмы оказания поддержки даются в виде раздаточных материалов, затем устно объясняются.

Карточки-алгоритмы оформлены нами следующим образом:

|  |  |
| --- | --- |
| Поддержка-воздействие | |
| Цель | Помощь в конкретной ситуации |
| Алгоритм | 1. Описание ситуации или действий ребенка 2. Описание результата этих действий 3. Собственные чувства и возможные чувства других людей в контексте данной ситуации 4. Ваши предложения по поводу дальнейших действий ребенка |
| Поддержка-реакция | | |
| Цель | Эмоциональная поддержка, установление отношений | |
| Алгоритм | 1. Сообщение о том, что вы разделяете чувства ребенка 2. Присоединение к модели мира ребенка ("На твоем месте я бы тоже. ") 3. Описание ситуации на языке чувств ("Это действительно. ") 4. Вопрос об уместности помощи ("Скажи, могу я тебе чем-то помочь? С учетом моих возможностей. ") 5. Уточнение характера и масштаба помощи | |

Консультации для родителей организуются по специфических проблемам школьников (например: особенности взаимодействия с детьми-подростками; оказание помощи в подготовке домашних заданий и т.п.).

III. Психологическое консультирование педагогов-предметников и классных руководителей

Консультирование в основном носит характер оказания помощи педагогам по психологическим аспектам профессиональной деятельности.

Задачи

1. Повышение психологической компетентности педагогов по вопросам, связанным с обучением и развитием учащихся.

2. Организация психолого-педагогического сотрудничества для решения проблем и задач развития отдельных учащихся и ученических коллективов.

Виды деятельности и их краткая характеристика

1. Консультирование педагогов по вопросам, связанным с обучением, взаимодействием, психологическим развитием школьников.

Организуется по запросу педагога или результатам различных видов работы психолога с детьми: диагностики, коррекционной, развивающей работы. Носит преимущественно разовый характер, содержательно связано с ситуациями, вызывающими у педагога профессиональные и личностные затруднения.

2. Психологическое просвещение педагогов. Организуется по запросу педагогов, администрации, либо носит систематический, плановый характер. Проводится преимущественно в форме выступления на педагогических советах, заседаниях методических объединений.

В ходе консультирования реализуется поддержка профессионального развития педагога. Используется в основном психологическое интервью, помогающее педагогу обозначить цель, удерживать анализ, проектировать свою деятельность. "Вопросы интервью формулируются таким образом, чтобы направить педагога на осознание своих потребностей, намерений, смоделировать дальнейшие шаги по реализации поставленных задач". Такую деятельность психолога Н.В. Клюева называет карьерным консультированием, направлена она на формирование программы профессионального развития педагога.

Таблица 7. Организация консультаций по проблемам педагогов

|  |  |
| --- | --- |
| Ситуации, "запускающие" данный вид деятельности | Вид деятельности психолога |
| Запрос педагога Результаты консультативной работы, проведенной с ребенком Результаты развивающей работы, проведенной с классным коллективом | Консультирование педагогов по вопросам, связанным с обучением, взаимодействием, психологическим развитием школьников Индивидуальное психологическое консультирование самого педагога Сопровождение выработанной программы совместных действий |
| Информирование педагогов о результатах психологического обследования детей на педсоветах и консилиумах Плановые тематические выступления на педсоветах, методобъединениях и семинарах Возникновение педагогической проблемы, требующей для своего разрешения повышения психологической компетентности педагогов | Психологическое консультирование и просвещение педагогов с |

Карьерное консультирование предполагает выход в рефлексивную позицию. Рефлексия - осознание собственных действий, чтобы обозначить: Что? Для чего? Как? Что получится?

Рефлексия, сопутствующая действию до его совершения, есть проектирование. Процесс осознания состоит в поиске, выборе одного варианта из многих ответов на поставленные вопросы:

Для чего совершаю действие, с какой целью, для какого результата?

Что изменится в моем содержании, что отдам, что обрету?

Как буду совершать действие, каким способом, используя какие способности?

Определим основные этапы и шаги процесса консультирования педагогов для изменения непродуктивного стиля взаимодействия

1. Установление доверия. Подстройка под тон и темп голоса клиента. Соответствие дыханию и позе клиента. Использование слов, соответствующих ведущей системе восприятия клиента (визуальной, аудиальной, кинестетической). Применение соучастной стратегии контакта

2. Исследование причин непродуктивности стиля взаимодействия Анализ истории жизни клиента. Создание у него потребности в изменении. Освоение стратегии ответственности. Осознание вторичных выгод непродуктивного стиля взаимодействия. Осознание и преодоление сопротивления

3. Дифференциация и согласование конфликтных стремлений в сфере внутриличностного пространства. Дифференциация составляющих частей внутриличностного конфликта и сопутствующих ему негативных эмоций. Открытое выражение негативных эмоций. Признание позитивной сути составных частей конфликта. Возрождение веры в личностную состоятельность, наполнение структурных звеньев самосознания позитивным содержанием. Реконструкция социальных установок

4. Дифференциация и согласование конфликтных стремлений в межличностном пространстве. Осознание клиентом своего вклада во взаимоотношения и ответственности за их дальнейшее развитие. Осознание идентификации участников межличностного конфликта с эмоционально насыщенными социальными установками и моделями контакта, принесенными из семьи и социума. Обособление клиента от лиц, участвующих в конфликте. Расширение рамок позитивного восприятия партнера и ситуации взаимодействия. Самостоятельное согласование противоборствующих стремлений в межличностном взаимодействии

5. Изменение привычных неконструктивных стереотипов взаимодействия. Признание необходимости изменения привычных неконструктивных стереотипов общения. Преодоление привычных неконструктивных установок, стереотипов и сомнений. Развитие гибкости. Использование своих позитивных ресурсов. Работа над ошибками.

IV. Индивидуальная профориентационная консультация

Е.А. Климов предложил следующий план психологической профоринтационной работы с профессионально самоопределяющимся старшеклассником [; 43]:

1. Выяснить профессиональные намерения старшеклассника.

Что собираешься делать после школы: учиться, работать, то и другое?

В каком учебном заведении собираешься учиться (если клиент намерен получать дальнейшее образование)?

Опиши основное содержание будущей профессиональной деятельности и базовые профессиональные требования, которые предъявляются к человеку, овладевающему данной профессией.

2. Выявить интересы, склонности, способности, умения старшеклассника.

* Назови свои любимые учебные предметы и занятия во внеучебное время. Что тебе в них нравится?
* Какие способности и умения ты находишь (видишь) у себя и насколько они развиты?
* Есть ли у тебя способности и умения для успешной деятельности в выбранной профессии?

Как ты развиваешь свои способности и умения?

Как родители (другие взрослые) повлияли (влияют) на развитие твоих способностей и умений?

1. Установить, совпадают ли выявленные выше интересы, склонности, способности, умения старшеклассника и объективные профессиональные требования к определенному виду деятельности.
2. Изучить, какие личностные качества (навыки, умения, психологическая направленность) у старшеклассника ярко выражены, а какие надо развивать.
3. Проверить психологическую готовность старшеклассника к выбору профессии.
4. Дать старшекласснику и его родителям (воспитателям, "кураторам") психологические рекомендации, связанные с анализом личностных свойств старшеклассника, рекомендации по выбору им определенной (наиболее подходящей для него) сферы деятельности/профессии.

Критерии правильного (рационального, взвешенного) выбора профессии:

а) Клиент хорошо представляет себе профессию, знает её особенности, принимает (разделяет) профессиональные ценности.

б) Мотивы и интересы клиента согласованы с его способностями и знаниями.

в) Клиент имеет адекватную самооценку имеющихся у него на текущий момент умений и навыков, значимых для данной конкретной профессии.

По итогам профконсультации составлялись индивидуальные карты. (см. Приложение Б)

В совместной работе с обучающимися мы ищем ответы на вопросы: "Какой Я?", "Почему у меня нет друзей?", "Почему не складываются отношения в группе?", "Моя ли это профессия?".

# ***2.3 Анализ результатов исследования***

Подводя итоги о проведённой работе (психологическое консультирование) нами было отмечено, что учащихся отличает слабое психологическое здоровье. Им характерны: высокий уровень тревожности и эмоциональной неустойчивости (что приводит к дезадаптации), низкий уровень самооценки и мотивации к обучению. У некоторых обучающихся наблюдается апатия, "уход в себя".

По данным сравнительного анализа входящей и итоговой диагностики после проведения психологических консультаций по программе исследования:

) наблюдается нормализация (снижение) уровня тревожности в сфере межличностных отношений "ребенок - ребенок" в 87% случаях;

) у 80% детей, имеющих по результатам входящей диагностики нарушения в системе базовых эмоций, при итоговом психодиагностическом обследовании этих нарушений не наблюдается;

) у 82% детей, имеющих по результатам входящей диагностики деформацию социальных эмоций в блоке межличностного взаимодействия, при итоговом психодиагностическом обследовании этих нарушений не наблюдается;

) у 82% детей, имеющих по результатам входящей диагностики деформацию социальных эмоций в блоке потенциальной агрессии, при итоговом психодиагностическом обследовании этих нарушений не наблюдается.

Кроме того, по наблюдениям учителей и родителей, заметно снизилась агрессивность многих проблемных детей; уменьшилось количество демонстративных реакций; заметно улучшился климат в классах; дети стали больше общаться между собой, самостоятельно разрешать многие конфликты.

В процессе консультирования психолог выступает не только в роли советчика, но и аналитика, выясняя причины социально-психологической дезадаптации обучающихся. Неблагополучие многих семей, чрезмерная занятость родителей и неблагоприятные семейные отношения провоцируют отчуждённость подростков, а именно их проблемы стали причиной обращения учителей и родителей за консультированием.

Часто приходится сталкиваться с ситуацией, когда психологическая консультация воспринимается с тревогой, вызывает опасения, так как человек (учащиеся, родители, работники школы) не владеет информацией о том, в чем ему это может помочь. Поэтому для психолога важно создать условия для того, чтобы у такого контингента возникло желание решать свои проблемы в формате психологической консультации.

Таким образом, организация психологического консультирования в школе позволяет решать проблемы:

дисциплины (учащиеся всё меньше нарушают правила внутреннего распорядка, не курят, не ходят по корпусу в головных уборах);

профориентации (в течение последних трех лет школа выполняет план по набору учащихся на новый учебный год);

коррекции черт характера;

микроклимата в группах учащихся, в педагогическом коллективе, в отношениях родители-учитель-ученик.

На эффективность консультирования родителей влияют ситуативные установки в работе психолога. Хочется рассмотреть некоторые "ловушки".

. Родители иногда приходят на консультацию потому, что им предложили встретиться с психологом. Они не всегда знают, что происходит в школе, либо имеют свою точку зрения, отличную от педагогической. Стоит также учесть, что в семье ребенок проявляет себя иначе и что у родителей нет возможности сравнить его с другими школьниками.

Психолог перед консультацией достаточно много времени обсуждает проблему с учителями. Он поглощен этим, и ему кажется, что все в курсе дела. Поэтому он может начать разговор с родителями как с людьми, знающими проблему, а возможно, и своими союзниками.

Между тем для семьи тема беседы может стать неожиданной, или родители могут не разделять высказанную психологом точку зрения. Кроме того, проблемы с ребенком воспринимаются порой как обвинение в родительской некомпетентности. Испытывая чувство вины, собеседник может занять оборонительную позицию, начать вести себя агрессивно.

Чтобы избежать такой ситуации, надо предварительно выяснить позицию семьи, описать все обстоятельства, выделить сильные стороны ребенка, на которые можно опираться. И только потом обсуждать "болевые точки" и согласовывать стратегию взаимного сотрудничества.

. Хочется обратить внимание на то, что в последние годы обиходный язык стал очень психологизированным. Благодаря обилию популярной психологической литературы, телевизионных шоу с участием психотерапевтов и сериалам, психологические термины вошли в повседневную речь. Сплошь и рядом можно услышать слова "комплекс", "амнезия", "здесь и теперь", "произвольность", "сенсорика" и др. В беседе психологу может показаться, что он говорит с единомышленником, владеющим материалом. Однако хорошо бы проверить, как собеседник понимает произносимый термин. В противном случае может возникнуть иллюзия, что вы пришли к согласию, а на самом деле окажется, что подразумевалось разное.

Проиллюстрируем это примером. Психолог беседует с молодым папой о готовности к школе. Обсуждают тему произвольности. Отец сразу поддержал, что это необходимое качество. Однако характер его реплик смутил психолога, который решил уточнить, как он понимает слово. Отец объяснил: "Ну как. Вот сразу делает, естественный". Вероятно, человек имел в виду бытовое понятие "самопроизвольно", но психолог говорила о прямо противоположном. Рекомендации об играх с правилами в эту картину укладывались бы плохо.

Поэтому в беседе с родителями, используя психологический термин, надо раскрывать его смысл. Хорошо также перефразировать простыми словами термины, произносимые родителями. Лучше это делать в форме уточнения или повторов: "Вы сказали, что…", "Я правильно поняла, что…".

. Иногда приходится иметь дело с очень грамотными родителями действительно знакомых с проблемой. Например, они наблюдали такой вариант развития у кого-то из близкого окружения и очень точно описывают картину, симптомы. Либо кто-то из родителей - профессиональный психолог, действительно владеющий материалом.

В работе продуктивно использовать стратегию, предложенную М.М. и Н.Я. Семаго. Психолог должен выражать эмпатию, сочувствие, понимание, уважение, позитивное отношение, искренность, конкретность, а также способность донести до родителей понимание их переживаний. В консультировании выделяются фазы:

выявление, понимает ли семья характер трудностей ребенка, готова ли к этому, внесение ясности в факты (как родители видят ребенка, семейные мифы);

информирование семьи (сообщение о том, что знает консультант, и проверка, что поняли родители);

принятие решений.

Семейное консультирование, казалось бы, не входит в круг непосредственных интересов школьного психолога. Однако такая дистанция - лишь кажущаяся. Большинство проблем, с которыми приходится иметь дело школьному психологу, имеют явную или неявную семейную подоплеку, поэтому дистанцироваться от проблем современной семьи было бы наивным и вредным самоограничением. Любому школьному психологу необходимо понимание того, чем живет современная семья, с какими трудностями сталкивается и какими видятся пути преодоления этих трудностей.

Психолог-консультант работает преимущественно по запросу и с проблемными ситуациями. Само название его позиции говорит само за себя. Деятельность психолога в рамках данной модели разворачивается, если можно так сказать, на "периферии" образовательной системы школы. Основная задача его профессиональной деятельности - помощь в решении психологических проблем развития, возникающих у учащихся в различных образовательных ситуациях и ситуациях жизнедеятельности в школьной среде.

Консультирование, ориентированное на решение, акцентирует внимание психолога не на индивидуальных особенностях клиента, способствующих формированию проблемы, и не на самой проблеме, а на решении, на возможностях преодоления проблемы, позитивных аспектах жизни человека.

Психолог занят профилактической работой в ее самых простых формах и преимущественно ориентирован на работу с теми, кому трудно удержаться в рамках общих школьных требований. Частично он самостоятельно оказывает помощь (в рамках своих возможностей и компетенции), частично организует работу с ребенком и его семьей тех специалистов, которые могут оказать квалифицированную и специализированную помощь. В силу этого последнего обстоятельства диспетчерская деятельность становится очень важным направлением работы психолога-консультанта. Он должен хорошо представлять себе, к какому специалисту необходимо переадресовать ребенка с данным типом проблемы и где такой специалист имеется.

Для психолога-консультанта образовательного учреждения одинаково важными являются как ситуации профессионально грамотного ответа на запрос, так и формирования запросов. Кроме того, и в этом его отличие от психолога-консультанта, работающего в специализированном учреждении (центре), он проводит собственную диагностику, чаще всего скрининговую, для выявления учащихся, нуждающихся в психологической помощи. Его профессиональное взаимодействие с педагогами осуществляется в форме передачи психологических рекомендаций и просветительских мероприятий.

Необходимые факторы психологического консультирования

. Правильная с точки зрения безопасности организация пространства психологической работы. Сюда входит, например, расположение стульев или кресел в вашем кабинете. Их надо расставлять не напротив друг друга, а под некоторым углом. Расположение "глаза в глаза" создает излишне напряженную атмосферу. Желательно, чтобы психолог и тот, кто к вам обратился, сидели на одном уровне. Нельзя усаживать человека спиной к двери, напротив источника яркого света и пр. Кабинет должен иметь достаточную звуконепроницаемость, чтобы клиент мог выражать свои эмоции с любым уровнем громкости.

. Следует каждый раз принимать клиента в одном и том же помещении. У человека уходит гораздо меньше времени на освоение обстановки в начале очередной консультации.

. Точно соблюдать все договоренности. Это дает человеку ощущение надежности и уверенности в психологе. Опоздание психолога или перенос консультации по его инициативе ослабляет это чувство.

. Соблюдать конгруэнтность в общении. Конгруэнтность, то есть соответствие элементов поведения, например вербальных и невербальных. Плохо, если психолог говорит, что рад встрече, но его интонация при этом равнодушная, или психолог говорит о том, что готов слушать, а сам начинает стряхивать крошки со стола. Это разрушает доверие к психологу и может неосознанно ассоциироваться с ложью и обманом.

. Недопустима и разрушительна для атмосферы безопасности агрессия со стороны психолога. К ней можно отнести оценочный подход и критичность. Опаснее всего не открытая (это все же искреннее выражение своих чувств), а скрытая агрессия. Скрытая агрессия может ощущаться в невербальных проявлениях (например, жестикулирование указательным пальцем, скрещивание рук "клином" в сторону клиента и др.), в интонации и даже в молчании. Одним из проявлений скрытой агрессии является ирония. Ироничность психолога сразу начинает психологически "закрывать" другого человека.

Существенную диагностическую информацию можно получить путем анализа характера ответов на вопросы психолога. Чтобы распознать реакции, указывающие на то, что действительно затронута проблема человека, необходимо обращать внимание на следующее:

. Пауза превышает 5-10 секунд. Чем дольше такая "задержка в коммуникации", тем более важное место занимает эта тема. Наибольшее доверие вызывает ответ без паузы после вопроса, когда человек говорит первое, что приходит в голову. Отсутствие длительных пауз свидетельствует прежде всего о доверии к психологу. В этом случае можно попросить сказать о том, что приходило в голову человеку тогда, когда он молчал.

. Многословные реакции, словесный поток, в котором скрываются ключевые слова. Человек хочет, чтоб вы его услышали, но неосознанно пытается скрыть важное в общем словесном потоке. Здесь можно попросить еще раз сформулировать наиболее существенную, на взгляд клиента, информацию.

. Повторение предыдущего ответа при новом вопросе, как будто человек его не воспринял как новый. Это говорит прежде всего о сопротивлении этому новому вопросу, скрытом нежелании на него отвечать. Можно спросить, чем клиенту не понравился последний вопрос.

. Человек отвечает на вопрос вопросом. Это более явная, чем предыдущие, защитная реакция. Пока вы отвечаете, клиент успевает придумать правдоподобный ответ на ваш вопрос.

. Ответ на предыдущий вопрос. Таким способом клиент уходит от неприятного вопроса, выбирая из двух вопросов более безопасный для себя.

. Ответы типа "не знаю" или отказ от ответа. В этом случае человек ведет себя как на экзамене, будто существуют правильные объективные ответы по поводу его субъективной реальности.

. Ответ имеет весьма отдаленное отношение к вопросу. Можно попросить человека самого рассказать о том, как связан ваш вопрос с его ответом.

. Значение вопроса недооценивается, легкомысленная реакция.

. Наличие неологизмов в ответе, то есть слов, являющихся новообразованием.

. Непонимание вопроса или реакция, показывающая, что его не расслышали. В этом случае не стоит повторять вопрос, надо спросить, что человек услышал.

. Ответ содержит аффективный заряд, эмоциональную окраску.

. Несоответствие ответа сопутствующей ему невербальной реакции (жесту, движению телом, мимике). Это может быть признаком внутреннего несоответствия, конфликта двух частей личности. Можно на этом зафиксировать внимание: "Когда вы говорили, вы при этом убрали руки под стол. О чем ваши руки вам сообщают?"

. Вместо собственного ответа человек цитирует кого-то другого. Можно спросить: "А что вы сами об этом думаете?"

. Избегание определенных тем для обсуждения. Это может быть связано с болезненными областями жизни человека.

Самое важное для психолога при слушании другого человека - не стремиться его разгадать. Тот, кто к вам обратился, - это не ребус. Главное в консультации заключается не в том, чтобы вы все поняли о человеке, а в том, чтобы человек понял сам себя. Вы же создаете условия для его самопонимания. Включая расширенное слушание, вы лишь отмечаете проблемные места человека, позволяя ему самому увидеть и понять их.

На сегодняшний день специалисты все чаще называют семью и школу зонами риска (Дружинин В.Н., Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В., и др.). Многие болезни и дефекты развития психики связывают сегодня именно с семейным воспитанием и школьным обучением. Нарастает ухудшение здоровья детей (Захаров А. И.). У большинства школьников снижена работоспособность, слабое внимание, память и недостаточно сформирована речь. Поэтому во многих школах реализуется программа здоровьсберегающих технологий. Реализуется индивидуально-ориентированный подход в развивающем и здоровьесберегающем обучении. Кроме того, у самих учителей наблюдаются расстройства нервной системы. Не видя успехов у учеников, учитель разочаровывается, впадает в депрессию или агрессивное состояние. Получается заколдованный круг. Обучение эффективно, если оно интересно и безопасно. Проблем и вопросов, как у детей, так и у взрослых - предостаточно. Поэтому психолог, реализуя индивидуально-личностный подход в психологическом сопровождении, должен помнить, что каждый ребенок должен быть под наблюдением, чтобы никто не остался один на один со своими проблемами, чтобы учеба в школе доставляла радость.

# ***Заключение***

Психическое здоровье является важнейшим результатом и ресурсом развития личности. Оно лежит в основе любой деятельности индивида, в том числе и его профессиональной успешности. Современная психология предлагает эффективные способы поддержания, сохранения и развития психического здоровья индивида, среди которых наиболее разработанным является психологическое консультирование. В процессе психологического консультирования обеспечивается обращение к глубинным аспектам личности, ее психическим конфликтам.

Содержанием психологического консультирования является работа с конкретным запросом, идущим как от отдельного клиента, так и от группы или организации в целом. Психологическое консультирование можно определить как непосредственную работу с людьми, направленную на преодоление трудностей в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является определенным образом построенная беседа. Психологический смысл консультирования заключается в том, чтобы помочь человеку понять причины проблем в социальном взаимодействии: в личных, семейных и профессиональных контактах.

Консультирование - это сложный динамический процесс, разворачивающийся во времени, во многих случаях вовлекающий в это взаимодействие других людей, доступный наблюдению и внешнему вмешательству. В этой связи можно говорить об открытости ситуации психологического консультирования, ее структуре, контексте и динамике.

Психологическое консультирование - оказание конкретной помощи обратившимся взрослым и детям в осознании ими природы их затруднений, в анализе и решении психологических проблем, связанных с собственными особенностями, сложившимися обстоятельствами жизни, взаимоотношениями в семье, в кругу друзей, в школе; помощь в формировании новых установок и принятии собственных решений. Осуществляется в форме индивидуальных и групповых консультаций.

Психолог в школе ведет работу как научного, так и практического характера. В практическом плане много времени занимает консультирование. Это одна из самых увлекательных и в то же время сложных форм психологического сопровождения учебно-педагогического процесса. Каждая консультация - живая встреча, исход которой далеко не всегда предсказуем.

Задача консультанта - помочь человеку найти такую линию поведения, которая не разрушала бы его личность, но увеличивала бы его жизненную продуктивность.

Психологу следует помнить, что если мотивация поработать над своими психологическими проблемами у человека не сформирована, вмешательство в его внутренний мир без его разрешения допустимо лишь в исключительных обстоятельствах. Например, при угрозе совершения суицида, уголовного преступления, в других критических ситуациях, когда негативные последствия невмешательства могут значительно превысить вред от нарушения психологической неприкосновенности. Но даже в таких случаях психологу нужно помнить об этике и о том, что чрезмерная активность может иметь противоположный эффект, поэтому злоупотреблять ею не следует.

В целом, в психологическом консультировании (с рядом исключений) большое внимание уделяется достижению состояния психологического комфорта и сохранению психического здоровья (как клиента, так и консультанта), а также особенно большое значение придаётся повышению личной ответственности клиентов за ход их собственной жизни, и, в конечном счёте, - возможности жить без помощи консультанта.

# ***Список использованной литературы***

1. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. - М.: "Академический проект", 2009. - 154с.

2. Скоробогатова Н.А. Tеоретические аспекты исследования образа процесса психологического консультирования у психолога-консультанта. // Вестник Екатерининского института. 2009. № 1. С.31-33.

. Колесникова Г.И. Психологическое консультирование. - М.: Феникс, 2006. - 283 с.

. Немов P. C. Психологическое консультирование. - М., 2003.

. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как опыт построения психотехнической системы // Гуманитарные исследования в психотерапии. М.: МГППУ, ПИ РАО, 2007. С.159-203.

. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. Серия "Серебряная сова". - М.: Ижица, 2002. - 224 с.

. Абрамова Г.С. Психологическое консультирование. Теория и опыт. - М.: Академия, 2001 - 240с.

. Алан Е. Айви, Мэри Б. Айви, Линк Саймэн-Даунинг. Психологическое консультирование и психотерапия. - М., 2009. - 487 с.

. ГулинаМ.А. Основы индивидуального психологического консультирования. СПб.: Изд-во С. - Петерб. ун-та, 2001. - 346с.

. Алёшина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. - Изд.2-е. - М.: Независимая фирма "Класс", 2000. - 208 с.

. Нельсон-Джоунс, Ричард. Теория и практика консультирования. - СПб.: Питер, 2001. - 464 с.

. Шаров А.С. Курс лекций по методологии и методам психологических исследований. - Омск, 2003. - 286с.

. Нельсон-Джоунс, Ричард. Теория и практика консультирования. - СПб.: Питер, 2001. - 464 с.

. Горностаев С.В. Актуализации элементов сознания клиента в процессе психологического консультирования // Прикладная юридическая психология, №1, 2009.

. Колосова С.Л. Как преодолеть дезадаптацию у детей? // Вестник практической психологии и образования. 2004. № 1. C.38-41

. Губкина Т.К. Подросток и взрослый: Пути взаимопонимания // Вестник практической психологии и образования. 2004. № 1. C.80-95

. Егорычева И.Д. Подросток и взрослый: взаимодействие по касательной (некоторые итоги и перспективы) // Мир психологии: научно-методический журнал. 2008. № 1 (53). С.189-202

. Психология современного подростка / под ред. проф. Л.А. Регуш. СПб.: Речь, 2005.400 с.

. Фигдор Г. Проблемы воспитательной консультации // Родители и дети: учебное пособие. Хрестоматия / под ред.Д.Я. Райгородского. Самара: Издательский Дом БАХРАХ-М, 2003. С.405-465

. Абрамов Г.С. Практическая психология: ечебник для студентов вузов.6-е изд., перераб. и доп. М.: Академический проект, 2001. - 480 с.

. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения: учебно-методическое пособие. - 2-е изд., стер. - М.: МПСИ; Воронеж: НПО "МОДЭК", 2003.

. Донцов Д.А., Донцова М.В. Профессиональное (профориентационное) психологическое консультирование // Вестник Московского городского педагогического университета, №4, 2008.

. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Методические рекомендации по работе с плакатами "Как я справляюсь со своим гневом". - СПб.: Речь, 2005.

. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Методические рекомендации по работе с плакатами "Как я справляюсь со своей тревогой". - СПб.: Речь, 2005.

. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Методические рекомендации по работе с плакатами "Как я преодолеваю трудности". - СПб.: Речь, 2006.

. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Методические рекомендации по работе с плакатами "Как я решаю свои проблемы". - СПб.: Речь, 2006.

. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Методические рекомендации по работе с плакатами "Как я разрешаю конфликты". - СПб.: Речь, 2006.

. Климов Е.А. Психолого-педагогические проблемы профессиональной консультации. - М.: АСТ, 2003. - 218с.

. Глэддинг С. Психологическое консультирование. - СПб.: Питер, 2002. - 736 с.

. Коттлер Дж., Браун Р. Психотерапевтическое консультирование. СПб.: Питер, 2001. - 424 с.

. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. - М.: Смысл, 2005. - 182 с.

. Линде Н.Д. Психологическое консультирование: Теория и практика. - М.: Аспект Пресс, 2009. - 255 с.

. Минигалиева М.Р. Психологическое консультирование: Теория и практика. - М.: Феникс, 2008. -

. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. - М., 2002. - 224 с.

. Алешина Ю.Е. Семейное и индивидуальное психологическое консультирование. М., 2004. - 458с.

. Браун Дж, Кристенсен Д. Семейная психотерапия и семейное консультирование. М., 2001. - 364с.

. Карабанова О.А. Психологические особенности родительско-детских отношений в подростковом возрасте // Семейное консультирование и семейная психотерапия. / Под ред.Э.Г. Эйдемиллера.А.З. Шапиро. СПб., 2001. - 386с.

. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное пособие. - М.: Гардарики, 2004. - 320с.

. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/Е.И. Артамонова, Е.В. Екжанова, Е.В. Зырянова и др.; Под ред.Е.Г. Силяевой. - М.: Издательский центр "Академия", 2002. - 192с.

. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. - М.: Владос, 2006. - 529 с.

. Смирнова И.О., Быкова М.В. Опыт построения метода диагностики родительского отношения к ребенку // Семейные психотерапевты и семейные психологи: Кто мы? СПб., 2001. - 596с.

. Черепанова Е.М. Психологический стресс: Помоги себе и ребенку: Кн. для шк. Психологов, родителей и учителей.2-е изд. - М.: Изд. центр "Академия", 1997. - 96 с.

. Немов P. C. Психологическое консультирование. - М., 2003. - 294с.

. Ануфриев А.Ф., Бусарова О.Р. Случаи из школьной консультативной практики. М.: Ось-89, 2005. - 218с.

. Шипицына Л.М., Защиринская О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. - СПб., 2000. - 158с.

. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. - СПб.: Валерии СПД; М.: ТЦ Сфера, 2002. - 188с.

. Грецов А.Г. Выбираем профессию: советы практического психолога. - СПб.:

. Питер, 2007. - 142с.

. Зюзько М.В. Психологические консультации для начинающего учителя. - М.: Просвещение, 2005. - 227с.

. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. - М.: Владос-Пресс, 2001. - 96с.

. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. - М., 2000. - 262с.

. Бурменская Г.В., Захарова Е.И. Карабанова О.А., Лебедева Н.Н., Лидерс А.Г. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. - М., 2002. - 318с.

. Венгер А.Л. На что жалуетесь? - М. - Рига, 2000. - 228с.

. Практическая психология образования / под ред. И.В. Дубровиной. - М., 2007. - 188с.

. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. - М., 2006. - 178с.

. Психологическое консультирование в школе / сост. Н.В. Коптева. - Пермь, 2003. - 214с.

. Семаго М. М, Семаго Н.Я. Организация и содержание деятельности психолога специального образования. - М., 2005. - 216с.

. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. - М., 2001. - 310с.

# ***Приложения***

***Приложение А***

Материалы для психологических консультаций с родителями

Развитие взаимопонимания

Общение, направленное на развитие взаимопонимания - основа установления открытых доверительных взаимоотношений.

Главные условия реализации общения, направленного на развитие взаимопонимания:

ориентация на систему ценностей, картину мира ребенка;

наличие понимающего безоценочного принятия личности ребенка;

наличие собственной открытой позиции без стремления закрыться "маской силы и ума".

Эту информацию необходимо представить в виде раздаточного материала.

Основные техники

Вербализация, то есть пересказ сообщения ребенка ("Правильно ли я понял, что с тобой случилось. ").

Отражение эмоций, то есть высказывание предположения об эмоциональном состоянии ребенка ("Мне кажется, тебе сейчас грустно. ").

"Угу"-слушанье, то есть выслушать ребенка, подтверждая свою включенность в его рассказ различными знаками.

Целенаправленное воздействие - основа сознательного мотивирования детей к изменениям.

Воздействие может быть авторитарным или неавторитарным.

Неавторитарные (неимперативные) средства воздействия

Просьба ("Не мог бы ты сделать. "):

содействует повышению у человека, которого о чем-то просят, собственной значимости.

Предложение, то есть предоставление возможности обсудить варианты разрешения проблем ("Мне бы хотелось, чтобы ты поступил. "; "Может быть, имеет смысл поступить так. "):

содействует повышению осознанности выбора поведения, принятию на себя ответственности за последствия выбора.

Убеждение, то есть обращение к имеющимся у человека установкам и ценностям для доказательства собственной правоты и мотивирования к принятию решения:

содействует формированию у детей внутренних мотиваторов желаемого поведения (действую не потому, что заставляют, а сам хочу).

Данную информацию без примеров нужно представить в виде раздаточного материала.

Методы убеждения

. Метод противоречий, основанный на выявлении противоречивости в доводах убеждаемого и на проверке собственных аргументов на непротиворечивость с целью предотвратить контрнаступление.

Пример. "Считаешь ли ты, что необходимо с уважением относиться к окружающим? Можно ли расценивать. поведение как проявление уважения к окружающим? Как тогда его можно объяснить?"

"Ты должен слушать учителя, потому что он всегда умней" - противоречивое убеждение. Может последовать: "Не всякий и не во всем".

. Метод "извлечения выводов" - аргументы излагают не сразу, добиваясь согласия на каждом этапе.

Пример. "Считаешь ли ты, что урок должен содействовать повышению уровня знаний у учащихся? Согласен ли ты, что перед тем как переработать информацию, то есть подумать над ней, запомнить, нужно сначала ее получить? Какие способы восприятия информации существуют? (У старших подростков в основном зрение и слух при условии наличия определенной концентрации внимания.) Можно ли сделать вывод, что для успешного восприятия информации ее нужно выслушать или прочитать? Как будет выглядеть "портрет" ученика, успешно воспринимающего информацию?"

. Метод двусторонней аргументации - излагают преимущества, а потом недостатки принятого решения. Это создает впечатление непредвзятости убеждающего.

Например. "Давай рассмотрим сначала все трудности и недостатки того варианта, когда полностью будут соблюдаться правила поведения на уроке.

Пропадает возможность продемонстрировать друзьям собственную "крутость", которая заключается в неповиновении взрослым. Может быть, будет трудно справиться с собственными желаниями. Теперь давай рассмотрим преимущества. Будут развиваться такие мужские качества, как умение терпеть в трудной ситуации. Одноклассники будут относиться к тебе с уважением за настойчивость в достижении целей. "

. Метод "Да, но." - используется в тех случаях, когда собеседник приводит убедительные доказательства преимуществ своего подхода к решению вопроса; сначала соглашаются с собеседником, а после некоторой паузы приводят доказательства недостатков своего подхода.

Например. "Можно согласиться с тем, что стертые учителем из школьного компьютера файлы представляли для тебя ценность и следовало спросить твоего согласия на это. Но давай подумаем: если бы учитель пришел к тебе домой и разложил в твоем книжном шкафу антикварные издания Пушкина. Вправе ли ты был бы их выбросить?"

. Метод бумеранга - собеседнику возвращают его же аргументы, но направленные в противоположную сторону. Часто неэффективен для подростков, которые сами им хорошо владеют, "ловят" на него взрослых, заставляя их прибегать к самооправданию.

Пример. "Согласись, что ты был не слишком вежлив на уроке. - Да, но это потому, что вы были ко мне необъективны. - Нет, я отношусь к тебе как ко всем. - Но вы потеряли мою тетрадь. - Но я дала тебе листок". И т.д.

Задание 5. Необходимо по очереди (по кругу) как можно более убедительно, использовав любой понравившийся способ, убедить ведущего в роли подростка начать хорошо учиться (бросить курить, соблюдать правила поведения в школе и т.п.).

Убеждение будет эффективно, если:

осуществляется на фоне малой интенсивности эмоций убеждающего; возбуждение, гнев интерпретируются как неуверенность убеждающего;

когда не только предлагается своя, но и рассматривается аргументация убеждающего;

когда отсутствуют прямые заключения о неправоте убеждаемого, что задевает его самолюбие и повышает уровень самозащиты;

когда отсутствуют длинные назидательные (менторские) сообщения, в процессе которых собеседник выключается или начинает защищаться;

когда между аргументами присутствуют некоторые паузы, поток аргументов в режиме монолога притупляет внимание собеседника;

когда сам убеждаемый принимает участие в обсуждении и принятии решения, так как люди лучше перенимают взгляды в обсуждении.

Очень важно, чтобы психолог сумел донести до родителей необходимость демонстрирования ребенку своей безусловной любви, любви не "за что-то" или при определенных условиях, а несмотря ни на что и невзирая ни на какие условия. Можно использовать с этой целью сказку, приведенную далее. Она взята из программы групповой психопрофилактической работы с детьми. На наших занятиях они обычно очень живо на нее откликаются и говорят, что у них были похожие чувства и ситуации. Ее можно прочитать и родителям.

Сказка о букашке Сашке

Букашка Сашка очень любил свою маму и хотел, чтобы мама тоже всегда его любила. Но, как ему казалось, мама часто не любила его. Например, когда он в детском саду дрался, а воспитательница маме жаловалась, она его дома в угол ставила и кричала, что откажется от него, такого нехорошего. А когда букашка Сашка сам одеваться не хотел, спать не хотел ложиться или как-нибудь по-другому не слушался, мама говорила, что дяди милиционеры непослушных мальчиков собирают в специальные домики и там учат их послушанию.

Букашка Сашка очень хотел, чтобы мама его любила, и часто спрашивал: "Мама, а ты любишь меня?" И она всегда отвечал одинаково: "Люблю, когда ты себя хорошо ведешь". - "Значит, когда я плохо себя веду, она меня совсем не любит", - решил Сашка.

И вот случилось с Сашкой в детском саду сразу три "плохо". Синяк букашке Наташке на лбу поставил, в лужу упал и штаны измазал, а в группе коляску кукольную сломал. "Теперь уж мама меня совсем не будет любить, - решил Сашка. - А может быть, даже в специальный детский домик для непослушных отдаст. Лучше убегу я в Америку". Тихонечко выскочил он из группы на улицу и остановился. Где Америка находится, он не знал. Стал он по улицам бродить, у взрослых спрашивать, а те только смеются. А тем временем.

А тем временем пришла за Сашкой в детский сад мама. А Сашки-то нету. Бросились все искать его. Воспитательница ищет, заведующая ищет и даже медсестра ищет. А мама сидит на маленьком детском стульчике и плачет: "Где мой Сашка?"

Он, наверное, боялся, что вы его разлюбите, у меня тоже такое бывает, - прошептала из-за угла ей букашка Наташка. А мама тогда еще громче заплакала:

Как же я могу разлюбить своего сына?! Мама любит своего ребенка всякого: беленького и черненького, чистенького и грязненького, послушного и озорника. Где мой Сашка?

А Сашка тем временем устал искать Америку, ноги промокли и есть захотелось. И хорошо, что не успел он далеко от своего сада уйти. Вернулся Сашка в детский сад. А там мама. Нашлепала мама Сашку за то, что потерялся. Поцеловала за то, что нашелся. И повела домой кормить. А Сашка крепко держал ее за руку и думал: "Как хорошо, что мамы всегда любят своих детей!"

Следующее направление воздействия родителей в отношении своего ребенка - всемерное содействие развитию у него рефлексии, то есть умения понимать свои чувства и чувства других людей, причины и последствия своего поведения. Заниматься можно уже с младшими дошкольниками - детьми 3-4 лет. Для этого при чтении первых сказок обращать внимание на чувства их героев. Например: "Радуется ли герой и почему?", "Злится ли и почему?", "Боится ли и почему?". При рассматривании картинок можно обращать внимание на выражение лиц людей, на чувства героев-животных. Например: "Как ты думаешь, что чувствует лисичка на картинке?" Более старших детей можно подвести к осознанию того, что непонимание людьми чувств друг друга часто приводит к конфликту. На наших групповых занятиях мы используем для этого сказки, предлагая детям найти ошибки в понимании чувств друг друга их героями. Их можно прочитать и родителям.

О Мише и Маше

Миша рос высоким, сильным и добрым мальчиком, но, к сожалению, он часто трусил. И вот пришло время ему идти в детский сад, потому что бабушка. с которой он раньше сидел дома, уехала в другой город. Не хотел Миша идти в детский сад, боялся, что ребята будут его обижать. И может быть, поэтому, когда он вошел в первый раз в группу, показалось ему, что ребята как-то странно на него смотрят и собираются бить. Сжал он кулаки, приготовился обороняться. А ребята видят: вошел высоченный мальчишка со сжатыми кулаками, решили, что драться хочет. Собрались они все вместе и отлупили Мишу. А воспитательница в это время посуду мыла, поэтому драки не заметила.

Оставшись как-то одна дома, Маша решила помочь маме помыть посуду и нечаянно разбила мамину любимую чашку. Очень ей стало стыдно и маму жалко. Расстроилась Маша. Забилась в уголок между диваном и шкафом. Пришла мама. Увидела разбитую чашку, стала искать Машу, раскричалась:

Ни стыда у тебя, ни совести, Маша! Мало того, что чашку разбила, так еще прячешься, отвечать не хочешь.

Расплакалась тут Маша. А мама еще больше рассердилась:

Ах ты еще и плачешь, себя жалеешь!

Помимо внимания к чувствам, необходимо учить ребенка анализировать свой жизненный опыт, находить, чему может научить неудача. Например: "Чему может научить эта "двойка" за задачу? Может быть, надо более внимательно читать условие задачи или представить себе это условие зрительно? А может быть, чему-то еще?"

С подростками необходимо ежедневно совместно анализировать прошедший день, когда ребенок и родитель делятся своими трудностями и вместе ищут их причины, обсуждают ресурсы и способы их использования.

Следующее и, наверное, самое сложное направление воздействия родителей на ребенка - потребностно-мотивационное, которое предполагает формирования у ребенка потребности в саморазвитии. Но представлять особую трудность оно будет только для тех родителей, которые никогда сами не задумывались над этим вопросом. К сожалению, таких родителей сегодня довольно много. Поэтому психологу нужно очень умело разъяснить им, что главное - это чтобы их ребенок стремился стать лучше. В чем? В разных жизненных областях. Стремился лучше общаться, помогать по дому, заботиться о близких, учиться, познавать новое и пр.

Безусловно, на пути реализации этих стремлений будет много трудностей. И очень важно, чтобы ребенок имел твердую веру в то, что его ожидания обязательно сбудутся, если он приложит для этого достаточно усилий. На наших занятиях мы используем такую сказку. Ее можно прочитать и родителям.

Верить и стараться

Жила-была семья из трех человек: папа, мама и маленький мальчик. Может быть, это была девочка, я точно не помню. Но кажется, мальчик. Мальчик этот очень хотел быть хорошим. Он очень хотел хорошо учиться, но буквы часто перепутывались друг с другом, ошибки в слова сами вскакивали, задачки почему-то решаться не хотели, а стихотворения никак не запоминались. Зато вертунчики ему то ладошки, то ноги, то горло щекотать частенько начинали. И тогда мальчик то крутить-вертеть все начинал, то со стула сваливался, то выкрикивал громким голосом, когда все ребята тихо сидели. Очень хотел хорошо учиться мальчик, но то и дело замечания да двойки получал. Маму огорчал, учительницу огорчал. А как сам огорчался!"Почему я такой? Почему у меня не получается? Как стыдно! Очень стыдно!" - думал мальчик и во время обеда, и по дороге домой, и перед сном. Так сильно огорчался мальчик, что стал учиться еще хуже, делать ошибок все больше и больше. Учительница строгим голосом к нему обращалась: "Опять не успел. Опять не выучил." А мама даже заболела.

"Какой я несчастливый", - думал мальчик, лежа вечером на диване, думал-думал и уснул. И приснился ему сон. А во сне он, мальчик, уже вырос, стал высоким, красивым мужчиной. Сидит он во сне за столом, толстые книги быстро-быстро прочитывает, сам толстую книгу пишет, да еще в компьютере какие-то сложные задачи решает. И подходит к нему, к большому, во сне маленький мальчик и спрашивает:

Дядя, а как ты вырос таким умным, так пишешь красиво, задачи сложные решаешь? Ты, наверное, в школе на одни пятерки учился?

И ответил он:

Что ты, малыш! Были в школе у меня и двойки, и тройки. Писал я не всегда чисто, часто некрасиво. Но я всегда верил, что когда-нибудь и у меня получится хорошо. Главное - верить и стараться.

"Верить и стараться", - прошептал наш ученик второго класса, просыпаясь. Верить и стараться. Верить, что все получится, стараться и не очень огорчаться, если пока не все получается. Подпрыгнул мальчик три раза на правой ноге, один раз на левой и еще раз на двух сразу и побежал рассказывать сон маме: "Надо, чтобы и она перестала огорчаться, а я-то теперь знаю, что у меня обязательно все получится. Я ведь очень стараюсь".

Приложение Б

Карта первичной индивидуальной профессиональной консультации старшеклассника (карта может быть модифицирована)

Ф.И.О.

Возраст \_ Школа, класс \_

Дата обследования. Состояние здоровья (отметить):

а) здоров; б) функциональные отклонения; в) хроническое заболевание. Заключение подросткового врача.

II. Информированность о мире профессий:

а) полная; б) недостаточная; в) отсутствует.

III. Наличие профессионального плана:

Профессия Учебное заведение. Сформированность плана профессионального развития (отметить):

а) сформирован; б) частично сформирован; в) не сформирован.. Осознанность выбора профессии.. Ведущие мотивы.. Прочие сведения:

Любимые занятия\_\_ Предпочитаемые профессии

VIII. Интересы и склонности.

Карта интересов (Имеется ввиду психодиагностическая методика "Карта интересов", направленная на изучение профессиональных предпочтений консультируемого.). Коммуникативные и организаторские склонности.

КОС (КОС1, КОС2) (Психодиагностические тестовые методики КОС, КОС1 и КОС2 используются для выявления коммуникативно-организаторских способностей и склонностей консультируемого.). Выраженность профессиональных интересов и склонностей.

XI. Особенности поведения.

XII. Заключение профконсультанта (отметить и раскрыть):

а) оптант не нуждается в углублённой профконсультации (профплан обоснован, профплан сформирован в процессе консультации); б) оптант нуждается в углублённой профконсультации

Рекомендации профконсультанта:

Область деятельности, профессия

Пути профессионализации

Запасной вариант профессионального выбора

"Домашнее задание" (Рекомендации консультируемому, необходимые для достижения большей профессиональной готовности, самостоятельно реализуемые клиентом.)

"Противопоказанные" сферы деятельности (Имеются ввиду профессиональные противопоказания: те (та) системы (система), - "человек - человек", "человек - техника", "человек - наука", "человек - художественный образ", "человек - природа", "человек - знаковая система", в которых клиенту не рекомендуется работать (профессионально развиваться) в силу либо отсутствия, либо отрицательной сформированности соответствующих склонностей, интересов, способностей и ЗУНов.)