



ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ЦЕНТР ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ОСТАВШИМСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ,
ШАХТИНСКИЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ДЕТЯМ №3

**КОНСУЛЬТАТИВНЫЕ ТЕХНИКИ И ТЕХНОЛОГИИ,
ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ СЕМЕЙНОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ
КОНСУЛЬТИРОВАНИИ**

Подготовила:
заместитель директора по социальной и педагогической работе,
Элибекова Рузанна Хачатуровна

Цели консультирования:

- развивающие – рост ресурсов семьи в сфере самоорганизации и саморазвития (рост компетентности членов семьи);
- коррекционные – оптимизация ролевой структуры, оптимизация уровня сплоченности;
- профилактические – рост устойчивости к неблагоприятным факторам;
- адаптивные – разрешение конфликтов, кризисов, проблем.

Задачи формы и методы

Зависят от сферы отношений, этапа жизненного цикла семьи (детско-родительские, супружеские отношения)



Направления и теоретические основы консультирования

Направления: брак, супружеские отношения, подготовка к школе, школьная дезадаптация, развод и т.д.

Теоретические основы: многообразие теорий. Сила – они дополняют и развивают друг друга, есть поле для маневра. Слабость – размытость и неоднозначность выводов и оценок. Выход – создание интегративного подхода.

Принципы консультирования

- Добровольность
- Конфиденциальность
- Профессионализм, профессиональная установка и ответственность консультанта
- Личная ответственность клиента
- Совместная выработка решений
- Реконструкция истории
- Комплексность работы с семьей
- Единство диагностики и коррекции
- Выявление реальной мотивации клиента (установка на деловое сотрудничество, рентабельная установка, мотив эмоциональной поддержки, мотив саморазвитие – консультация как ресурс личностного роста, зависимость)

Этапы консультирования

- Предварительный – запись, решение организационных вопросов
- Первичный прием. Знакомство, контакт, жалоба, запрос, общая информация (+методики), переформулирование запроса, заключение договора (цель, форма помощи, ответственность)
- Диагностический этап. Уточнение проблемы. Анализ. Уточнение гипотез и проведение методик. Анализ (без клиента)
- Этап составления заключения. Диагноз, прогноз, роль симптома, общий план рекомендаций.
- Этап совместного анализа причин проблемы и определение путей решения. Сильные и слабые стороны семейного функционирования, причины неэффективного функционирования, обсуждение прогноза. «Веер» вариантов решений, оценка их плюсов и минусов. Принятие решения и разработка плана его реализации. Распределение ответственности функций между членами семьи. «Домашнее задание».
- Заключительный этап. Подведение итогов. Контроль и оценка реализации принятого решения. План дальнейших профилактических мероприятий

Критерии эффективности консультирования и требования к целям

Критерии эффективности

1. Реализация целей и удовлетворение запроса клиента. На этапе заключение договора, надо несколько раз повторить, какую помощь клиент получит в конце, подтверждение целей консультирования.
2. Степень симптоматического улучшения.
3. Эффективность выражается в восстановлении или оптимизации семейной коммуникации.
4. Оптимизация эмоционального статуса, улучшение эмоционального состояния.
5. Изменение установок клиентов, установка на самоизменение и саморазвитие.
6. Удовлетворенность самого клиента.

Требования к целям

1. Цели должны быть реалистичными;
2. Цель должна формулироваться в позитивной форме.
3. Необходимо формулировать ближайшие цели и долгосрочные цели (цели на перспективу).

Терапия и консультирование

История терапии и консультирования тесно переплетена, поэтому точного разделения их нет. Но принципиальное отличие связано с каузальной моделью объяснения причин трудностей и проблем развития личности. Терапия ориентирована на медицинский подход (важность наследственных и конституциональных особенностей). **Психотерапевт** – посредник между клиентом и проблемой, играет ведущую роль в ее разрешении. **Консультант** – создает условия ориентировки клиента в проблемной ситуации, объективирует проблему и предоставляет «веер» возможных решений.

Выбирает и несет ответственность сам клиент!!!

В ситуации оказания психологической помощи консультант опирается, прежде всего:

- на личностные ресурсы своего клиента и на свои личностные ресурсы;
- на закономерности и психотерапевтический потенциал общения как в диаде консультант – клиент, так и в группе, в том числе в семье.

Психолог-консультант апеллирует к разуму, эмоциям, чувствам, потребностям и мотивам клиента так же, как к его способности общаться с людьми, при этом используя различные техники, приводящие в движение эти ресурсы клиента.

Консультативные техники и технологии, применяемые в семейном консультировании

1. Техники краткосрочного консультирования, ориентированного на решение семейных проблем
2. Специальные техники индивидуального семейного консультирования (психологические сессии)
3. Специальные техники группового психологического консультирования

Техники краткосрочного консультирования, ориентированного на решение семейных проблем

1. Шкалирование - полезно для оценки текущего состояния клиента по широкому кругу вопросов. Оно еще более полезно при периодическом повторном использовании для оценки прогресса клиента.

2. Исключения - рассмотрение прошлого клиента, расспрашивая о нем и выявляя ситуации, в которых проблема не возникала, обнаруживая исключения и предлагая клиенту альтернативные решения для дальнейших действий.

3. Свободная беседа - это техника, позволяющая консультанту превратить консультативное вмешательство из процесса изучения проблемы в процесс ее решения.

4. Вопрос о чуде - помогает преобразовать то, что клиент считает проблемой, в стимул к действиям, ведущим к успеху. Вопрос о чуде особенно полезен при постановке целей, хотя его можно использовать в любое время в процессе консультирования. Он подчеркивает наличие, а не отсутствие чего-либо, помогая установить положительную, а не отрицательную цель.

5. Разметка минного поля - эта техника используется обычно в конце процесса консультирования, то есть при его завершении. Эта техника получила свое название потому, что консультант и клиент отмечают будущие ситуации, в которых клиент может использовать то, чему он научился, чтобы избежать неудач.

Специальные техники индивидуального семейного консультирования (психологические сессии)

1. Видео- и аудиозапись
2. Семейная дискуссия
3. Обусловленное общение
4. Проигрывание семейных ролей.
5. Психодрама
6. Переименование или переструктурирование
7. Семейная гештальттерапия

Видео- и аудиозапись

Использование в семейной консультации видеозаписи может дать ряд преимуществ. Просмотр видеозаписи во время сессии часто помогает членам семьи по-новому взглянуть на жизнь семьи. Видеозапись дает уникальную возможность собрать в ходе консультирования объективные данные о поведении и проверить его адекватность. Таким образом, она может помочь установить оптимальную психологическую дистанцию и улучшить понимание себя и моделей общения, которые имеются в семье. Корректирующее воздействие видеозаписи состоит также в том, что клиенты имеют возможность сразу же увидеть свое поведение с телеэкрана.

Семейная дискуссия

Семейная дискуссия – одна из наиболее широко применяемых техник в семейной психокоррекции. Дискуссия может преследовать весьма многочисленные цели.

- Коррекция неправильных представлений: о различных аспектах семейных взаимоотношений; о способах решения семейных конфликтов и других проблем; о планировании и организации семейной жизни; о распределении обязанностей в семье и др.
- Обучение членов семьи методам дискуссии, предполагая целью дискуссии – не доказать свою правоту, а совместно найти истину, не прийти к соглашению, а установить истину.
- Обучение членов семьи объективности (стремление привести их к одинаковому мнению или снижение уровня его поляризации по актуальным семейным проблемам).

Заслуживают внимания приемы семейного психолога перед проведением семейной дискуссии:

- эффективное использование молчания;
- умение слушать;
- обучение с помощью вопросов;
- постановки проблем;
- повторение;
- резюмирование.

Обусловленное общение

Достигается тем, что в обычные, привычные семейные взаимоотношения вводится какой-то новый элемент. **Цель его** дать возможность членам семьи осуществить коррекцию нарушений в данном отношении. **Один из приемов** – обмен между членами семьи записками. В этом случае при обсуждении какого-либо вопроса члены семьи не говорят, а переписываются. **Цель** – замедлить процесс коммуникаций, чтобы члены семьи могли наблюдать его и анализировать. Это и дополнительная возможность прийти в эмоциональное фоновое состояние тем, кому это крайне было необходимо, чтобы далее рассуждать на рациональном уровне.

Нередко в качестве нового элемента (условия) вводятся определенные **правила техники «честной борьбы»** или **«конструктивного спора»**. Она включает в себя набор правил поведения, которые вступают в силу, когда супруги испытывают потребность выражения агрессии по отношению друг к другу:

- спор может проводиться только после предварительного согласия обеих сторон, а выяснять отношения следует как можно быстрее после возникновения конфликтной ситуации;
- тот, кто начинает спор, должен ясно представлять цель, которую хочет достичь;
- все стороны должны принимать активное участие в споре;
- спор должен касаться только предмета спора, недопустимы обобщения типа «... и всегда ты...», «ты вообще...»;
- не допускаются «удары ниже пояса», т. е. применение аргументов, слишком болезненных для одного из участников спора.

Обучение такой техники, как правило, обеспечивает устойчивость против выражения агрессии, умение в этих условиях находить верную линию поведения.

Проигрывание семейных ролей

Эти методики включают проигрывание ролей в различного рода играх, символизирующих семейные отношения (например, игра в «звериную семью»). Сюда же включают «обмен ролями» (например, игры, в которых родители и дети меняются ролями); «живые скульптуры» (члены семьи изображают различные аспекты своих взаимоотношений).

Ролевая игра естественна для ребенка, и это одна из возможностей для коррекции их взаимоотношений с родителями.

Психодрама

Методы драматизации используются с целью создания эмпатического контакта между членами семьи. Психодрама, как и ролевая игра, также помогает семьям осознать, что существуют другие типы отношений друг к другу, не похожие на те, к которым они привыкли. **Методика «Скульптура семьи»** является невербальной терапевтической техникой. Она состоит в том, что каждый член семьи составляет из других членов живую картину, символизирующую то, как он или она воспринимает семью. **Целью** является выявление особенностей семейных взаимоотношений и переживаний, а также осознание защитных механизмов, таких как проекции и рационализация. Так, например, изображая «в скульптурной форме» ситуацию в семье матери, которая находится в угнетенном состоянии, ей может быть предложено лечь на полу, а остальным членам семьи расположиться сверху.

Переименование и переструктурирование

Переименование является «вербальным пересмотром» события для того, чтобы понять и осознать причины дисфункционального поведения. Таким образом, это вызывает изменение отношений к поведению других членов семьи.

Семейная гештальттерапия

Тесно соприкасаясь с «системным» подходом, семейная гештальттерапия является попыткой воздействовать на проблемы индивидов, рассматривая их в контексте семьи. В соответствии с принципами этой терапии акцент делается на настоящем в противовес прошлому (только реальное время является настоящим). Особое значение придается принятию индивидом на себя ответственности за свое поведение. Таким образом, оказывается противодействие сопротивлению семьи и стремлению обвинять других.

Специальные техники группового психологического консультирования

- Диалог супружеской пары
- Записанный диалог
- Психогимнастика и «свидание»
- Разбор проблем отдельных супружеских пар
- Внешний и внутренний круг
- Тематические дискуссии о браке родителей
- Сравнительная оценка супругов
- Обратная связь

Заключение

Из вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что психологическая помощь вовсе не одновременное воздействие одного человека на другого, а в большей мере взаимодействие, диалог как минимум двоих. Поэтому **клиент является полноправным партнером психолога, а порой и более того – соавтором психологической диагностики и коррекции семейных взаимоотношений.**

Спасибо за внимание!