

## Мэй Р.

### Искусство психологического консультирования.

I. Отличительной чертой консультанта является его особая чувствительность по отношению к людям, которая позволяет ему улавливать малейшие проявления характера, такие как интонация, поза, выражение лица, одежда, случайные движения тела. Предположительный вывод о личностной модели следует делать только на основании совокупности всех доступных и разнообразных факторов.

1. Манера подходить к кабинету.

- Твердый размеренный шаг – мужество
- Запинающаяся походка – нерешительность, робость, тайное желание избежать встречи с консультантом.

2. Рукопожатие.

- Вялое, краткое – словно говорит о том, что человек не желал этой встречи; такой человек либо робок со всеми, либо боится именно этой встречи.
- Грубоватое, крепкое рукопожатие – желание предстать таким потомком мужественных первопроходцев, что само по себе может оказаться попыткой скрыть глубокое чувство неполноценности.
- Если выражает искреннее дружелюбие, – говорит о душевном здоровье личности.

3. Одежда.

- Неопрятность в одежде, неухоженные волосы, рваные шнурки ботинок и пр. – говорит само за себя. Если это постоянное явление – отсутствие всякого интереса к окружающим, если только на встрече с консультантом – неуважение.
- “Вылизанный до пят” – как правило, склонен придавать чрезмерное значение мелочам и в других сферах жизни.

4. Расстояние, на котором общается клиент.

- Придвигает свой стул поближе к консультанту – дружелюбие.
- Если разделяет существенное пространство, – есть невидимый барьер.
- Норма и признак идеального душевного здоровья – свободное движение навстречу, распахнутое отношение к жизни, то есть состояние объективной любви.

Кроме того, необходимо улавливать неприметные мускульные реакции человека на изменчивый поток его мыслей. Необходимо оценивать позы: клиент может нервничать – закидывает ногу на ногу, напряженно сжимает руки, держится скованно. В чтении характера большое значение имеет мимика (у вечно улыбающегося человека оптимизм наигранный, а тот, кто всегда демонстрирует безукоризненную выдержку, лишь прикрывает глубокую обеспокоенность своими проблемами). Чаще всего углы рта у невротиков опущены вниз, что удлиняет лицо, придавая выражение пессимизма; обычно такой человек медлителен в движениях, склонен к критическим и саркастическим замечаниям, весьма нерешителен. Взгляд напряженный, глаза широко открыты.

1. Интонация голоса.

- Отчетливый, ясный – искренность, твердость, мужественность.
- “Проникает в душу” – интерес к людям.
- Если человек мямлит, говорит неразборчиво – нет желания идти на контакт.
- Говорит медленно и контролирует себя – определенное психологическое напряжение.
- Усиленно возражает консультанту – не очень уверен в том, что сам говорит.

Следует обратить внимание на различные оговорки и забывчивости, – рассматриваются с позиции психоанализа.

1. В понимании личностной модели индивидуума важную роль играет его положение в семье.

- Старший ребенок в семье – развито чувство ответственности.
- Второй ребенок в семье – глубоко скрыты в подсознании все моменты, связанные соперничеством, непомерное честолюбие, привычка добиваться своего “с боем”.
- Младший ребенок – доброжелательное отношение к миру, ожидание любви, возможно – амбициозность и желание превзойти всех.
- Единственный ребенок – возможность избалованности, требовательность, иждивенческое отношение.

II. Исповедь и толкование. Отмечается характер речи пациента, логика изложения проблемы, основные фразы, преобладающие над остальными. После основной части исповеди перед консультантом стоит задача получения необходимой информации от самого клиента. В ходе этого устанавливается мнение о личности пациента, о действительном запросе, складывается теория о возможных путях решения проблемы. На стадии исповеди слово принадлежит клиенту, сама по себе исповедь содержит элемент катарсиса, во время исповеди консультант подводит клиента к главной проблеме. Во время исповеди консультант не должен проявлять никаких признаков удивления или возмущения. Толкование – совместная работа консультанта и

клиента. Консультант должен обладать способностью читать значение реакции клиента на его предположение. Задачи консультанта в процессе консультирования – объективно выслушать рассказ, помочь пациенту разобраться в формирующих факторах его личности, которые породили обсуждаемую проблему.

III. Трансформация личности – завершение и цель процесса консультирования. На предыдущей стадии выясняется, что именно было неправильного в распределении напряжений в личностной модели. Необходимо, насколько возможно, корректировать эти ложные жизненные установки и привести в норму личностные напряжения. Консультирование не предполагает раздачу советов. В отдельных случаях предпочтительнее изложить клиенту все возможные конструктивные варианты избавления от его проблемы. В других случаях следует прибегать к внушению – оно начинает взаимодействовать с уже оформившейся в подсознании тенденцией, и, в конечном итоге, подводит клиента к решению. Следующий фактор – утилизация переживаний клиента; консультант должен стремиться не столько избавить клиента от переживаний, сколько направить их в конструктивное русло. В редких случаях можно прибегнуть к усилению переживаний. Необходимо установить связь между переживаниями и невротическими сторонами личностной модели клиента.

---