	<p>Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»</p>	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ

з дисципліни «Основи психологічного консультування»
за напрямом (спеціальністю) 6.030103 «Практична психологія»


Укладач: кандидат психол. наук

Дубчак О.Б.

Конспект лекцій розглянутий та схвалений
на засіданні кафедри педагогіки та
психології професійної освіти

Протокол № ___ від «___» _____ 2020 р.

Завідувач кафедри _____ Лузік Е.В.

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
	Стор. 23 з 160		

Лекція № 1

Тема лекції: Цілі, предмет, принципи та методи психологічного консультування

План лекції

1. Історія виникнення та розвиток консультування як окремого виду практичної психологічної допомоги та галузі практичної психології.
2. Цілі, предмет, принципи та основні методи консультування.
3. Принципи організації консультативної взаємодії

Література


1. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – 256 с.
2. Горностай П.П., Васьковская С.В. Теория и практика психологического консультирования: проблемный подход. – Киев: Наукова думка, 1995. – 128 с.
3. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. - М., 1999.
4. Шнейдер Л.Б. Пособие по психологическому консультированию. Учебное пособие. – М., 2003

Зміст лекції

Цілі, предмет, принципи та методи психологічного консультування

1. Історія виникнення та розвиток консультування як окремого виду практичної психологічної допомоги та галузі практичної психології.

На початку 50-х років ХХ століття у зарубіжній психології, спочатку американській, а згодом і західноєвропейській, розпочалося змістове та організаційне відокремлення консультативної психології в самостійну галузь науки і практики. Таке відокремлення зумовлювалося тим, що у країнах зарубіжжя на той час активізувалася організація процесу навчання професійних консультантів, почали розроблятися державні програми їх підготовки, здійснювався випуск періодичних наукових видань з проблем

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	


консультативної теорії та практики, була сформована юридична база професіонального консультування, створювалися психологічні асоціації консультантів. До зазначеного вище можна додати широке розповсюдження практики психологічного консультування та накопичений психологами-консультантами досвід, який уособлював у собі заохочення власної активності клієнта, рівноправні психологічні позиції консультанта і клієнта, зміни ставлень до симптоматики останнього, розмивання границь між науковими школами та розвиток інтегративних підходів. Все це, з одного боку, вимагало узагальнення, систематизації, розповсюдження досвіду, а, з іншого, – організації дослідження внутрішніх проблем консультування. Для цього важливо було розробити спеціальні парадигми та теоретичні концепції розвитку консультативної психології як самостійної психологічної галузі знань. На таких засадах брав свій початок і входив до наукового обігу термін "консультативна психологія".

Отже, консультативна психологія є порівняно новою галуззю психологічної науки та практики, яка набула самостійного існування лише півстоліття тому, хоча потреби і традиції людей шукати й надавати допомогу, здійснювати вплив і потребувати його, розвивати в інших і в себе нові навички поведінки, надавати й отримувати поради у складних життєвих ситуаціях існували досить давно. Однак, лише починаючи з кінця 90-х р. ХХ століття, установилось розбіжне тлумачення термінів "психологічне консультування" та "консультативна психологія". Перший термін більше належить до безпосередньої практики психолога-консультанта, прийомів і процедур надання ним психологічної допомоги та підтримки клієнта. Другий термін використовують для систематизації в теорії знань, концепцій, принципів, моделей, схем та практичних прийомів психологічного консультування.

Таким чином, консультативна психологія – це галузь психологічного знання, яка пов'язана з узагальненням, дослідженням та розвитком практичних прийомів консультативної взаємодії у сукупності з теоріями, принципами і моделями консультування. Тоді як психологічне консультування – це форма діяльності професійного психолога, яка полягає у безпосередній консультативній взаємодії з людьми з метою надання психологічної допомоги у прийнятті рішень відносно умов їх соціального чи особистісного життя, спрямованих на досягнення психологічного комфорту, змінювань поведінки та особистісного зростання загалом.

Цілком докладаючись на визначення означених термінів, що зроблені російською вченою О.Є. Сапоговою, треба також розглянути її позицію стосовно предмета та змісту психологічного консультування.


Сучасна консультативна психологія – галузь знань, яка швидко розвивається і досить легко реагує на зміни у суспільному житті людей. Ще

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

десять років тому вітчизняний психолог, відомий фахівець з консультування, С.В. Васьківська відмічала, що психологічне консультування для українського загалу є новою справою. Однак сьогодні доступність сітки Інтернет викликала у житті людей як нові проблеми, так і нові види консультування; нестабільність економічної та політичної ситуації в країні, велика хвиля еміграції населення за кордон у пошуках роботи, терористичні акти у великих містах та соціальні катастрофи активізували появу нових аспектів психологічної допомоги та підтримки; розширення етнічного потенціалу в соціальному середовищі, євроінтеграційна тенденція з ідеєю соціально- культурної мобільності громадян країни викликали до життя нові форми діяльності психологів-консультантів.

Водночас політичні, економічні та соціальні зміни у світовому масштабі, усвідомлення прогресивним людством перемін у соціальних взаємодіях та у ставленні особистості до самої себе активізували розвиток більш високого соціального захисту інституту психологічної допомоги з його прийомами профілактики, діагностики, корекції, психогігієни, реабілітації та консультування. На становлення інституту психологічного консультування також почали впливати гуманітаризація, соціологізація наукових знань, розвивальні техніки соціальної роботи та управління персоналом, шкільні корекційні практики, профорієнтаційні технології тощо, а також розвиток вікової, соціальної, педагогічної психології, психодіагностики, психології індивідуальних відмінностей та персонології. У зв'язку з усім цим у психології почала укорінюватися систематизована теорія і практика консультування, предметом якого стали повсякденні проблеми здорових людей.

Саме особливості існування людей у сучасному просторі, які зумовлюються різними обставинами економічного, професійного чи особистісного їх життя, породжують розмаїття психологічних проблем, з якими вони не завжди здатні самостійно справитися. Найчастіше ці проблеми пов'язані з соціальною чи особистісною адаптацією людини до швидкоплинних умов повсякденного буття, взаєминами на роботі, в сім'ї, колі близьких знайомих чи друзів, стресовими чи психогенними ситуаціями, суто особистісними нереалізованими потребами, питаннями пошуку смислу життя, свободи й відповідальності, соціальними девіаціями, що вимагають усунення наслідків пережитих травм. Нездатність людини долати подібні проблеми, їх невирішеність й "зависання" складних проблем в її житті як "Дамоклова меч" може зруйнувати буттєві цінності, звички і, навіть, випробувані стійкі міжособистісні стосунки. Такі проблемні ситуації в житті кожної конкретної людини ставлять її перед необхідністю перебудови взаємин, поведінки, засобів самореалізації, пошуку нових форм життєствердження і, головне, отримання психологічної допомоги або

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

підтримки у зв'язку з переживанням емоційного чи міжособистісного дискомфорту.

2. Цілі, предмет, принципи та основні методи консультування.


Як справедливо зауважив автор багаточисельних наукових робіт з психотерапії та психологічного консультування Р. Кочюнас, у теперішній час педагоги, лікарі, психологи у своїй практиці натрапляють на велику кількість психологічних проблем, які не можна схарактеризувати клінічними термінами і які не можна вирішити в межах традиційної психології. Це психологічні проблеми повсякденного життя, пов'язані з труднощами особистісного розвитку людини, дисгармонією міжособистісних взаємин, соціальними девіаціями (алкоголізм, наркоманія, ВІЛ- інфекція тощо), віковими кризами. Широке поле таких проблем і становить предмет відносно нової професійної галузі – консультативної психології, що відокремилася від клінічної психології та психотерапії.

Таким чином, предмет консультативної психології – це широке коло психологічних проблем людей, котрі не мають глибоких клінічних порушень, що включає труднощі вікового розвитку, специфіку адаптації особистості до змінних умов повсякденності, дисгармонію міжособистісних, зокрема, сімейних, інтимних, батьківсько-дитячих взаєностосунків, соціальні девіації, вікові кризи, наслідки травм і хвороб, стреси, особливості характеру, вибір професії, питання кар'єрного зростання, особисті запити щодо пошуку власної аутентичності, самоцінності та смислу життя, взаємодії людини з оточенням, питання персональної відповідальності, моральності, екзистенціального та особистісного вибору тощо.

Як було зазначено, провідною формою діяльності професійного психолога-консультанта є процес психологічного консультування, що постає квінтесенцією психологічної допомоги людині поряд з профілактикою, підтримкою, корекцією та позитивною психотерапією. У зв'язку з цим важливо виокремити сутнісні характеристики цього процесу, його змістовий конструкт. Велика кількість існуючих психологічних проблем, з якими можуть звертатися люди до психолога-консультанта, відображається на визначенні змісту психологічної допомоги, яка надається в процесі консультування.

Сучасна зарубіжна та вітчизняна психологічна наука володіє багатьма варіантами визначень змісту поняття "психологічне консультування". Глибокий аналіз змістового навантаження цих визначень показав, що їх уніфікований змістовий конструкт співвідноситься за такими основними положеннями:

- консультування актуалізує розвиток особистості;
- консультування допомагає особистості здійснювати вибір і діяти за власними уподобаннями;

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	


- консультування сприяє наuczінню нових форм поведінки;
- у консультуванні акцентується увага на відповідальності особистості, точніше, визначається, що незалежна й відповідальна людина здатна у відповідних обставинах приймати самостійні рішення, а консультант лише створює умови, в яких заохочується її вольова поведінка;
- серцевиною консультування є "консультативна взаємодія" між клієнтом і консультантом.

Таким чином, визначення змісту психологічного консультування конструює цільові установки консультанта відносно людини взагалі та клієнта зокрема. Питання визначення цілей консультування залежить від потреб і запитів клієнта та від теоретичних орієнтацій самого консультанта. Проаналізувавши теоретичні доробки вчених різних наукових шкіл, відомі психологи в галузі консультування (С.В. Васьківська, Р. Кочюнас, О.М. Лисенко, Т.О. Молодиченко, О.Є. Сапогова та ін.) виокремили універсальні цілі психологічного консультування:

- сприяти змінам поведінки, щоб клієнт міг жити продуктивніше, відчувати задоволеність життям, незважаючи на деякі невідворотні соціальні обмеження;
- розвивати навички подолання труднощів у разі появи нових життєвих обставин та вимог;
- забезпечити ефективне прийняття таких життєво важливих рішень: здійснювати самостійні вчинки, правильно розподіляти час та енергію, оцінювати наслідки ризику, досліджувати поле цінностей, в межах яких відбувається прийняття рішень, оцінювати властивості своєї особистості, долати емоційні стреси, розуміти вплив установок на прийняття рішень тощо;
- розвивати вміння зав'язувати і підтримувати міжособистісні взаємини; підвищувати рівень самоповаги і конструктивних соціальних навичок з метою кращої побудови спілкування та міжособистісних взаємин;
- підвищувати тенденцію до самоорганізації та сприяти зростанню особистісного потенціалу людини; активізувати розвиток прагнення клієнта до максимальної свободи та розвивати його здатність контролювати власне оточення та свої реакції, що провокуються цим оточенням.

Незважаючи на універсалізацію цілей психологічного консультування, важливо вказати й на те, що існують розбіжності між ними за основними психологічними напрямками. Р. Кочюнас презентував сучасні уявлення про цілі психологічного консультування за такими основними напрямками:

- психоаналітичний напрям – мета: перевести у свідомість витіснений у безсвідоме матеріал; допомогти клієнту відтворити ранній досвід і проаналізувати витіснені конфлікти; реконструювати базисну особистість;

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

– індивідуальна психологія – мета: трансформувати цілі життя клієнта, допомогти йому сформувати соціально значущі цілі та скоректувати помилкову мотивацію засобом набуття почуття рівності з іншими людьми;

– біхевіористичний напрям – мета: виправити неадекватну поведінку і навчити ефективній поведінці;


– когнітивно-емоційна терапія – мета: усунути "саморуйнівне" ставлення клієнта до життя й допомогти сформувати толерантне та раціональне ставлення; навчити застосуванню наукового методу при вирішенні емоційних та поведінкових проблем;

– особистісно орієнтований напрям – мета: створити сприятливий клімат у процесі консультування, який підходить для самодослідження та розпізнавання факторів, що заважають зростанню особистості; заохочувати відкритість клієнта досвіду, впевненість у собі, спонтанність;

– екзистенціональний напрям – мета: допомогти клієнту усвідомити свою свободу та власні можливості; спонукати до прийняття відповідальності за те, що відбувається з ним; ідентифікувати фактори, які блокують його свободу.

Загалом, психолог-консультант, визначаючи цілі взаємодії з клієнтом, бере до уваги положення тієї теорії, на яку він спирається. Так, у наукових школах, орієнтованих на особистісний розвиток і перебудову особистості, більшою мірою домінують перспективні цілі, тоді як в школах, орієнтованих на зміни поведінки, особлива увага надається конкретним цілям. Отже, цілі психологічного консультування утворюють континуум, на одному полюсі якого – загальні, глобальні цілі, а на іншому – специфічні, конкретні, короткочасні цілі.

Важливо підкреслити, що не існує протиріччя між загальними і конкретними цілями консультування. Цілі консультанта і клієнта у процесі консультативної взаємодії співвідносяться, хоча кожний консультант вибудовує систему загальних цілей, що відповідають його науковій позиції, а кожний клієнт – свої конкретні, індивідуальні цілі, які спонукають його прийти до спеціаліста. В процесі взаємодії з клієнтом консультант досить часто уточнює, конкретизує, переформулює визначені клієнтом цілі, накреслює необхідні засоби їх досягнення. Консультанту необхідно з самого початку розібратися в конкретних цілях клієнта. Тому вже на етапі знайомства він уточнює, що привело людину до психолога, що вона очікує від спілкування з ним, які її бажання тощо. Більшість клієнтів, як правило, мають лише загальне уявлення про те, що таке консультування. Обов'язково треба проінформувати клієнта про тривалість бесід, про те, як відбуваються консультативні зустрічі та що на них обговорюється. Це необхідно для того, щоб клієнт зрозумів можливості та обмеження консультування, і щоб запобігти невиправданих очікувань та певних ілюзій клієнта стосовно

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

психологічної допомоги. Акцент треба поставити на тому, що консультант є лише помічник, провідник в осмисленні існуючих проблем клієнта, а прийняття рішення, особистісний вибір, визначення поведінкових та життєвих стратегій цілком залежить від самого клієнта, від його прагнення до змін, прийняття відповідальності та активізації внутрішніх потенціалів для подолання труднощів.

Таким чином, психолог має реалізувати головну мету консультування – допомогти клієнту усвідомити, що саме він і є тією особистістю, яка повинна вирішувати, діяти, актуалізувати власні здібності, змінюватися.


Накреслені цілі процесу психологічного консультування реалізуються за допомогою адекватної психологічної допомоги клієнту та вирішення в цьому процесі професіональних консультативних завдань. Існують певні труднощі як при визначенні цілей, так і в процесі формулювання завдань консультування, оскільки розуміння суті проблеми клієнта, стратегії її вирішення у багатьох випадках залежать від теоретичних уподобань консультанта, що й визначає в результаті зміст консультативних завдань. Враховуючи досвід фахівців у галузі консультативної психології (С.В. Васьківська, П.П. Горностай, О.Є. Сапогова. Л.Б. Шнейдер та ін.), підкреслимо, що в ході вирішення консультантом психологічних проблем клієнта визначаються два типи завдань:

1) психодіагностичні, які спрямовані на те, щоб консультант розібрався сам та допоміг клієнту зорієнтуватися у власних труднощах, переживаннях, смислах з тим, щоб знайти правильні стратегії вирішення проблеми. Такі вирішення можливі як: а) подолання труднощів; б) відреагування, в результаті якого людина звільняється від деструктивного впливу; в) дозрівання та завершення, на основі яких проблема трансформується у щось інше; г) прийняття проблеми, засобом зміни ставлення до того, що відбулося. Цей тип завдань пов'язаний зі збором та аналізом необхідної інформації про клієнта, розпитуванням, обмірковуванням, узагальненням, ідентифікацією сутності труднощів клієнта;

2) психотерапевтичні, які спрямовані на пошук та актуалізацію внутрішніх ресурсів клієнта, коли консультант разом з клієнтом прагнуть знайти нові для досвіду останнього можливості вирішення проблеми, саме з використанням спеціальних прийомів.

На думку С.В. Васьківської, якщо цілі консультування лежать у площині особистого благополуччя клієнта, і психологічний вплив на нього у консультативній взаємодії досить "м'який", то можна виокремити наступні завдання консультування:

- надання клієнту психологічної інформації;
- інтеграція особистості клієнта, подолання внутрішньої конфліктності та узгодження його інтересів;

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

- активізація психічних та психологічних ресурсів клієнта;
- подолання особистісних обмежень та освоєння нових поглядів на власну життєву ситуацію;
- надання професійної підтримки (інформаційної, емоційної, реальної);
- сприяння смислотворенню та перебудові ієрархії цінностей;
- вироблення адекватних форм поведінки в різних життєвих ситуаціях;
- допомога у розв'язанні гострих життєвих проблем та створення основи для досягнення інсайтів з приводу "глухих кутів життя".

За позицією Г.С. Абрамової, якщо мета консультування – це культурно-продуктивна особистість, котра володіє відчуттям перспективи, діє усвідомлено, здатна розробляти різні стратегії поведінки та аналізувати проблемну ситуацію з різних сторін, то у процесі взаємодії консультанта з клієнтом можна вирішувати чотири типи завдань:

соціальні завдання, коли клієнт оцінює власні переживання та інформацію про інших людей, орієнтуючись на соціальні норми ("правильно-неправильно"). На цьому етапі важливо змінювати систему оцінок клієнта, що дозволить йому побачити мету з іншого боку та відійти від переживань та шаблонів у поведінці;


етичні завдання, коли клієнт формулює своє ставлення до проблемної ситуації через призму етичних канонів ("добре- погано"). Консультанту важливо показати обмеженість такої оцінної шкали, оскільки вона не дає можливості клієнту аналізувати динамічність наявної інформації про себе;

моральні завдання, коли клієнт в оцінюваннях проблемної ситуації зафіксований на критеріях моральності ("добро-зло"), що вимагає від нього здійснити моральний вибір. Необхідно показати клієнту умовність цих критеріїв, підвести до усвідомлення відносності щодо їх прийняття різними людьми;

особистісні, психологічні завдання, які характеризуються тим, що клієнт самостійно ставить питання про значущість для себе тієї чи іншої інформації, коли він відкритий для засвоєння інших форм поведінки, коли зорієнтований на змінювання та особистісне зростання в цілому.

В кінцевому рахунку консультант має слідкувати, щоб накреслювалися лише такі завдання консультування, які здатен вирішувати клієнт, і при цьому давати реалістичні прогнози відносно результатів. Тут важливо взаємодіяти з клієнтом, опираючись на його психічні й особистісні можливості.

Питання про критерії ефективності консультативної допомоги є досить складним та дискусійним. Більшість зарубіжних (К. Роджерс, Р. Мей, С. Гледдінг) та вітчизняних (С.В. Васьківська, П.П. Горностай) психологів вважають, що ефективність консультування пов'язана з особистісним просуванням і зростанням людини. Позитивним результатом можна вважати

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

як врівноважені суб'єктивні переживання клієнта, його самопочуття, задоволеність консультацією, так і об'єктивні показники вирішення проблеми, зокрема досягнення консультантом цілей власної діяльності. Яким би не був ефект консультування, але воно завжди має бути спрямованим на створення конструктивного ставлення клієнта до себе, до своїх проблем, до свого життя в цілому.

3. Принципи організації консультативної взаємодії


Передумови успішності психологічного консультування

забезпечують принципи і вимоги, реалізація яких є обов'язковою умовою для професіональних психологів-консультантів. Психологи більшості країн світу, а також і вітчизняні психологи, дотримуються загальних принципів поведінки та взаємодій при наданні психологічної допомоги клієнту, зокрема в процесі консультативної діяльності.

Теоретичні основи, які реалізує кожний психолог-консультант, відображаються у принципах його роботи, якими він керується при організації та проведенні консультативної діяльності. У сучасній психології термін "принцип" використовується в значеннях "вихідне положення", "керівництво до дії", "коротко сформульована теорія, що визначає характер діяльності". На жаль, в наукових роботах зарубіжних (С. Гледдінг, Р. Джордж, Т. Крістіані, Р. Мей, К. Роджерс, Д. Стоун та ін.) та вітчизняних (О.Ф. Бондаренко, С.В. Васьківська, П.П. Горностай, Т.М. Титаренко та ін.) спеціалістів, у яких презентується питання принципів консультування, можна виокремити досить значну кількість прикладів їх розуміння. Разом з тим процеси узагальнення та систематизації цілого ряду вихідних положень для консультативної психології надали можливість показати, що для професіональної діяльності консультанта необхідні знання як загальних, так і специфічних принципів психологічного консультування.

Здійснення професійної діяльності у багатьох країнах регулюється кодексами професіональної етики – сукупністю принципів, правил, регламентацій, настанов, якими консультант має керуватися в процесі побудови взаєностосунків з клієнтом. Кодекси виконують цілий ряд функцій: 1) захисна, яка забезпечує автономію професіонального консультування від зовнішнього втручання; 2) регламентаційна, яка визначає специфічні правила, регламентації, настанови для консультування та предмет відповідальності консультанта; 3) регулятивна, що спрямована на врегулювання внутрішніх розладів, конфліктів, суперечок тощо.

Вітчизняні психологи-консультанти надають послуги клієнтам відповідно до норм Етичного Кодексу психолога, який затверджено на 1 з'їзді Товариства психологів України в 1990 році. Згідно з цим Кодексом консультант несе відповідальність за професіоналізм і в такому випадку має

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

обов'язки перед клієнтом. В його роботі можуть виникати обов'язки перед членами родини клієнта, перед установою, в якій клієнт працює, перед самим собою – за власний рівень професіоналізму.

Загальні принципи психологічного консультування виокремлюються багатьма спеціалістами в цій галузі (Ю.Е. Альошина, С.В. Васьківська, В.Е. Пахальян, О.Є. Сапогова, Т.М. Титаренко, Л.Б. Шнейдер та ін.).


1. Принцип добровільності. Потенційно функціонуючий клієнт самостійно звертається до консультанта, і, здійснюючи пошук допомоги, сам прагне щось змінити у власному житті. Ніхто – ні родина, ні співробітники, ні друзі не можуть примушувати, умовляти чи заохочувати людину йти до психолога-консультанта, аж поки у неї не виникне власна внутрішня глибока мотивація це здійснити. Якщо особистість внутрішньо вмотивована, має власне бажання щось змінювати у власному житті, вона готова прийняти певну допомогу від консультанта. Коли ж вона не готова, чи погоджується з порадами близьких людей, це гальмує консультативний процес, оскільки у людини активізуються психологічні механізми захисту, спрямовані проти втручання в її особистісний простір. Виняток можуть становити лише маленькі діти, батьки яких можуть отримувати консультацію стосовно їх поведінки чи особистісного розвитку.

2. Принцип доброзичливого і безоцінного ставлення

Доброзичливість пов'язана з повагою і чутливим ставленням до клієнта. Важливим при цьому є професійне вміння приймати клієнта таким, яким він є, спілкуватися з ним, не оцінюючи, не критикуючи його норми та цінності, стиль життя та поведінку. Таке ставлення протиставляється як надлишковій благородності, так і примітивному, але великодушному співчуттю.

Безоцінність – один із самих важких у реалізації принципів. На його повне втілення у взаємодію з клієнтом консультант витрачає багато років. Безоцінне ставлення ні в якому випадку не означає байдуже, індиферентне ставлення. Супроти того, це спокійне, досить уважне і поважливе ставлення до повідомлень клієнта.

Приймати клієнта, не оцінюючи його, можна тоді, коли консультант сам навчиться приймати себе, не вдаючись до жорсткого, критичного самоаналізу, який досить часто повторюється; не використовуючи при цьому безкінцеві спонування та безмежні самопотурання, без самозахоплення і роздратування, толерантно переглядаючи всі події власного життя. Отже, доброзичливе, безоцінне ставлення може вибудувати лише той консультант, який сам здатен бути "добрим клієнтом", точніше, той, хто прагне час від часу знов і знов працювати в межах власного самоусвідомлення, саморозуміння і, врешті-решт, над власною персональною ідентичністю, власною свободою та особистісним зростанням.


	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни « Основи психологічного консультування »	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

3. Принцип поваги до прав та особистої автономії клієнта. Психолог-консультант, розпочинаючи роботу з клієнтом, має чітко усвідомлювати, що він повинен з повагою ставитися до прав, честі та гідності клієнта. Перш за все, це повага права людини на автономію внутрішнього світу, на самовизначення й самоздійснення; крім того, це право на свободу вибору спеціаліста, з яким хотів би працювати клієнт, право на самостійне рішення щодо необхідності отримання психологічної допомоги; право брати участь в обговоренні запропонованих методів, технік, прийомів роботи; клієнт має право орієнтуватися у тривалості роботи, як вона просувається; прийняти рішення про відмову від послуг психолога; клієнт має право знати про освіту і практичний довід консультанта, а також, куди можна звернутися у разі непрофесійної діяльності консультанта. Всі права повідомляються клієнтові під час першої консультативної співбесіди.

4. Принцип активізації клієнта до прийняття відповідальності за те, що відбувається з ним. Людина звертається до консультанта у ситуаціях життєвого неблагополуччя. Консультант відразу активізує її до того, що прийняття рішень відносно самої себе, виконання чи невиконання певних методів і прийомів буде здійснювати вона сама. При цьому не варто підміняти в чомусь клієнта і братися за його справи. Бажано допомагати йому вільно, відповідально приймати певні рішення, але не приймати їх за нього. Якщо клієнт явно наполягає на тому, як йому вчинити в тій чи іншій проблемній ситуації, що йому говорити чи як конкретно діяти, то консультант може лише поділитися своїми думками, не нав'язуючи їх клієнтові та додаючи, що він може помилятися, адже єдиною людиною, хто розбереться краще у самому собі є сам клієнт. Таким чином, консультант сприяє "зверненню" клієнта до самого себе та активізує його до відповідальності за те, що відбувається в його житті.

Може здаватися, що консультант уникає відповідальності. Хоча він несе соціальну відповідальність перед суспільством, установою, в яких він живе і працює; наукову відповідальність за вміння правильно застосовувати на практиці теоретичні доробки (наукові підходи, концепції, власну узагальнену модель консультативної взаємодії); професійну відповідальність за якість здійснення професійних дій, за психологічний супровід клієнта у пошуку ним правильного рішення і, зрештою, за культурну продуктивність та власний професіоналізм.

5. Принцип забезпечення конфіденційності. Клієнт має право на анонімність звернення (можна не називати власне ім'я) та конфіденційність (коли психологічна інформація не підлягає розголошенню). Поважливе ставлення до людської гідності слід виконувати беззаперечно, причому незалежно від віку, національності, статі, професії, соціального статусу тощо.


	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
	Стор. 23 з 160		

Консультант має під час першої зустрічі обов'язково проговорити, що буде зберігати у таємниці всі відомості, які стосуватимуться клієнта, його переживань, думок, намірів, особистісних проблем. Водночас клієнт сам обирає, яку інформацію і як глибоко він буде її освічувати психологу. Однак доцільно також з самого початку консультативних взаємодій попередити клієнта про те, що, якщо будуть відбуватися якісь зміни умов, то вони можуть призвести до змін і в гарантії конфіденційності. Наприклад, після проведення індивідуального консультування клієнта, коли виникає необхідність у сімейному консультуванні, то клієнт сам зобов'язаний розповісти (чоловіку, дружині, дітям чи, можливо, батькам) про специфічну психологічну інформацію, що стосується не тільки його інтересів, але й зачіпає інтереси членів родини.

Крім того, консультант зобов'язаний попередити клієнта, в яких ситуаціях він не має права дотримуватися принципу конфіденційності: а) в ситуаціях, які мають кримінальні наслідки; б) в ситуаціях, коли йдеться про загрозу життю клієнта чи когось з його близького оточення; в) в ситуаціях, коли психолог може бути притягнутий правоохоронними органами як свідок. У всіх інших випадках конфіденційна інформація підлягає розголошенню тільки за умови письмової відмови клієнта від права на конфіденційність.

6. Принцип компетентності. Професійна психологічна допомога може надавати лише спеціаліст-психолог, який має спеціальну освіту, кваліфікацію, що підтверджена документально (диплом бакалавра, спеціаліста, магістра) та певний досвід роботи у сфері консультативної діяльності. Консультант не повинен відмовляти у професійній допомозі клієнтові, залишати його без емоційної підтримки у разі необхідності. Водночас консультант не має права братися за надання послуг клієнтові тоді, коли він бачить, що не досить компетентний у більшості завдань, які має намір вирішувати для себе клієнт. До того ж консультант з великою обережністю має ставитися до запитів клієнтів, чії проблеми мають психіатричний характер. В такому разі психологу-консультанту необхідно відмовитися від надання допомоги і порадити звернутися до іншого спеціаліста. Отже, консультант не повинен діагностувати чи консультувати клієнта з особистих проблем, що виходять за межі його компетенції. Не варто також підтримувати необгрунтовані надії клієнта та обіцяти йому те, що перевищує межу компетентності консультанта.

7. Принцип дотримання професійної дистанції. Цей принцип обумовлений як процесуальними аспектами консультативної взаємодії, так і результативними. Процесуально легше консультанту як "входити в контакт" з клієнтом, так і "виходити з контакту", якщо немає близьких емоційних зв'язків, прихильностей до клієнта. Результативно також краще не мати взаємостосунків з клієнтом поза консультативною взаємодією. Взагалі

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

консультант не має вступати з клієнтом у будь-які інтимні стосунки – любовні, дружні, тим більше, сексуальні. Саме наявність професійної дистанції дає змогу консультантові здійснювати належний рівень професійної допомоги, дотримуватися соціальної та професійної відповідальності, бути вільним і незалежним від нарікань клієнта (що можуть бути у тих випадках, коли стосунки переростають у близькі, інтимні). Якщо ж подібна ситуація виникає, то консультант зобов'язаний відразу обговорити її з іншою стороною та припинити надання консультативної допомоги. Крім того, у консультуванні варто відмовляти членам родини, родичам та близьким друзям. Це заважає витримувати професійну дистанцію з клієнтом такого роду, оскільки у консультативній взаємодії переплітаються різні форми взаємин, ставлень, що заважає зберігати об'єктивну і відсторонену позицію.


8. Принцип "Не нашкодь!". Це один з широко розповсюджених, але не конкретних принципів. В процесі консультування для досягнення позитивного результату потрібна особистісна активність і відповідальність з обох боків – консультанта і клієнта. Звичайно, що консультант, виконуючи свою професійну діяльність, не може ставити завдання нашкодити клієнтові. Відомо, що найпростіше всього не нашкодити нікому, якщо нічого не робити. Досить часто цей принцип ("Не нашкодь!") наголошують для молодих, початківців у консультативній діяльності. Тим самим знімається професійна відповідальність з того, хто транслює знання, досвід і вчить, що можна. У такому разі досвідчений консультант чи викладач консультативної психології приховується за формулою "Я попереджав".

Цей принцип безперечно повинен доводитися до кожного психолога-консультанта з метою утвердження під час консультування його професійної відповідальності. Проте в процесі опанування консультативної взаємодії, а, зокрема, в супервізії, важливо доповнювати його різними положеннями й коментарями щодо того, що входить у професійні обов'язки консультанта, а чого йому робити не можна ніколи.

Загалом чітке розуміння, глибоке осмислення всіх зазначених вище принципів та вмiле їх застосування у міжособистісній взаємодії з клієнтом і буде дієвою реалізацією останнього принципу "Не нашкодь!".

Загальні принципи реалізуються в консультативній практиці за допомогою дотримання консультантом ряду правил (специфічних вихідних положень), які підпорядковуються його концептуальній позиції і тим завданням, які вирішують і консультант, і клієнт. Застосування конкретних правил надає певні гарантії безпечної взаємодії консультанта і клієнта.

У спеціальній літературі, присвяченій консультуванню, виокремлюється розмаїття правил, яких дотримується психолог-консультант в директивному чи недирективному консультуванні.

	Система менеджменту якості НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування»	Шифр документа	СМЯ НАУ НМК 12.01.07- 01 – 2020
		Стор. 23 з 160	

Перша – директивна позиція консультанта – це позиція, коли він взаємодіє "не на рівних", надбудовується ніби зверху, коли він досвідчений, розумний, мудрий; коли він надає допомогу слабкому чи дезадаптованому клієнтові, що втратив себе.

Друга – недирективна позиція консультанта – це позиція, коли він взаємодіє "на рівних", яка передбачає діалог, належну професійну дистанцію, взаємну відкритість, свободу, відповідальність, повагу до клієнта та його автономії.

Не існує такої необхідності аналізувати детально всі правила, що зустрічаються у багатьох авторів, які вивчають проблеми консультування, тим більше, що значна їх частина співвідноситься змістовно чи є тотожною. Важливо звернутися до визначення особливостей недирективного консультування, презентованого К. Роджерсом, і осмислити наступні специфічні принципи (правила) консультативної взаємодії:

- консультант повинен слухати клієнта терпляче і доброзичливо, ставлячись до повідомлень злегка критично;
 - консультант не повинен демонструвати яку б то не було владу;
 - консультант не повинен вступати у суперечку з клієнтом.
- Консультант може говорити та задавати питання лише при певних обставинах:
- щоб допомогти клієнтові висловитися;
 - щоб позбавити клієнта якихось страхів або тривоги, оскільки вони можуть впливати на ставлення до консультанта;
 - щоб похвалити клієнта за точну передачу власних думок та почуттів;
 - щоб спрямувати бесіду на ті предмети чи явища, які були пропущені чи відторгнуті клієнтом;
 - щоб обговорити неясні моменти, якщо це необхідно.