

Л. Н. Городецкая

г. Гомель, ГГУ имени Ф. Скорины

ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ КОНСУЛЬТАТИВНЫХ НАВЫКОВ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Подготовка студентов специальности «Психология» предполагает овладение ими знаниями и навыками организации и проведения психологического консультирования. Под психологическим консультированием мы понимаем такое взаимодействие с психологом, при котором человек получает помощь в решении его проблем. Разнообразие человеческого опыта дает такое же разнообразие задач и проблем, которые человек должен решать. В свою очередь, решение проблем предполагает осознанный выбор в ходе разрешения эмоциональных проблем и межличностных затруднений человека. В ситуации неопределенности, с которой сталкивается консультант, опорой для него выступают, с одной стороны, знания как теоретическая концепция и вытекающие из нее методологические основы, а с другой стороны, технически отработанные консультативные навыки.

К тому времени, как студенты-психологи подходят к изучению основ консультирования, у них скапливается много разрозненных знаний. И первые лабораторные работы они встречают растерянностью и замешательством. Мы сталкиваемся с известным феноменом затруднения перевода знаний в практику. Приходится начинать заново конструировать их видение процесса взаимодействия с клиентом, формировать целостный взгляд на развитие личности и роль затруднений и фрустраций в этом процессе.

Прежде чем студент-психолог сможет сосредоточиться на решении конкретного запроса клиента, необходимо сформировать у него устойчивые *консультативные навыки*, которые включают следующие аспекты: *способность занимать профессиональную позицию психолога, создавать рабочее пространство для включения клиента в процесс осмысления и осознания*.

Способность занимать профессиональную позицию психолога вытекает из той теоретической концепции, которой придерживается консультант. На примере изучения теории гештальт-терапии опишем те основные консультативные навыки, которым следует овладеть студентам-психологам.

Прежде всего студенты учатся *ориентироваться в собственных чувствах и переживаниях*, возникающих у них в процессе взаимодействия, которые выступают основой для осознания происходящего в сессии. Через осознания собственных телесных реакций и переживания происходит обнаружение себя и своих реакций на собеседника. Подлинный диалог возможен только при условии предъявления себя со стороны психолога. Мера самораскрытия определяется его эффектом и уместностью для клиента. Это наиболее трудный момент в практической подготовке студентов-психологов. В процессе проведения собственных тренировочных сессий и наблюдения за чужими у студентов формируются чувствительность и способность определять эту меру самораскрытия с точки зрения происходящего процесса в сессии. Приведем примеры письменных откликов, которые давали студенты после первых занятий. Студентка Ж.: «Первую половину занятий я испытывала растерянность, потому что не имела понятие, что сказать и как вступить в обсуждение. Тогда мною были выделены некоторые собственные интроекты на примере рассказов одноклассников. Однако обнаружение интроектов не помогло подавить их, скорее нарастало чувство тревоги. Каждое новое обнаружение расстраивало и вызывало чувство стыда. Телесно это ощущалось давящим чувством в груди».

Вторым важным качеством консультанта выступает *интерес к другому как уникальному существу*, способность выйти из эгоцентрической картины мира и заметить человека рядом. Некоторые студенты, столкнувшись с невозможностью увидеть и рассмотреть своего собеседника, пугаются своего замешательства и растерянности. Вот пример отзыва студент-

ки Л.: «На занятии я выступала в роли психолога для М. У нее была проблема агрессии к людям. Я не могла связать мыслей и не знала, что спросить у нее. Из-за этого я растерялась. Мне не понравилось быть в роли психолога. Наблюдать оказалось проще, чем участвовать в консультации». Вместе с тем многие студенты-психологи в отчетах отмечали свою вовлеченность в происходящее с клиентом, глубокое сочувствие и сострадание. Студентка Р. писала: «История М. вызвала у меня сочувствие и желание поддержать. Также работа К. мне понравилась. Меня удивляло то, как она не терялась в моментах и задавала подходящие вопросы».

В-третьих, консультанту важно *развивать эмпатию* для понимания происходящего с собеседником. Эмпатийное слушание создает основу для рабочего альянса с клиентом, включает его в осмысление происходящего с ним. Практико-ориентированные занятия очень хорошо помогают в развитии эмпатии. Студентка Г. писала: «Когда занятие началось, я чувствовала себя раздраженной. Мне было трудно сопереживать кому-то. Во время консультации первые 5 минут я ощущала скуку, а после этого меня начала увлекать работа одногруппниц. Я начала потихоньку включаться... Я попыталась почувствовать себя в роли терапевта: видеть, слышать, чувствовать и воспринимать очевидные вещи».

Эмпатия не только помогает создать альянс с клиентом, но может вызывать у консультанта затруднения в работе. Этот феномен хорошо подметил студент Н.: «Несколько однокурсниц рассказали тяжелые истории из своей жизни. Я оставался включенным в процесс, но очень сильно погружался в эти темы, потому что хотел им помочь. Я слушал и мне было тяжело. Что мне делать, чтобы им помочь и не быть в таком тяжелом состоянии?» Такая глубокая рефлексия студента помогает осмысливать тему профессиональной поддержки психолога через институт супервизии.

Важным навыком консультанта выступает *способность к супервизии* своей работы. Без регулярной супервизии своей деятельности есть большой риск профессионального выгорания психолога. На лабораторных работах все проводимые консультации студентов завершались супервизией. Некоторые студенты были удивлены тем, что супервизор не столько оценивает работу консультанта и сессию, сколько обращает внимание на эмоциональное состояние консультанта и клиента, на их переживания в ходе сессии, помогает формулировать гипотезы и предположения, осмысливать качество контакта с клиентом. К сожалению, иногда в процессе обучения у студентов формируется восприятие некоторых преподавателей как контролирующих и оценивающих. Супервизорская моделью общения педагога со студентами вызывает у них любопытство и интерес к профессиональной деятельности, желание рисковать входить в пространство неопределенности встречи с клиентом, раскрепощает творческое начало. Так происходит развитие сотрудничества в вертикали *педагог – студент* на основе диалогового взаимодействия.

Такая кропотливая работа по формированию консультативных навыков студентов помогает им осмыслить то, как они могут создавать рабочее пространство для клиента, в ходе которого возможен творческий процесс поиска решения своей проблемы. Пока жизненный и профессиональный опыт студентов-психологов недостаточно многообразен, создание безопасного пространства, в котором клиент может свободно говорить о себе и раскрывать свой творческий потенциал, становится первичным консультативным навыком будущих психологов.