

Котлова Л.О., Тичина І.М. Консультативна робота психолога як пошук творчих ресурсів клієнта. *Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінг [збірник тез доповідей ві всеукраїнської науково-практичної конференції]*. Відп. ред. В.Л. Зливков, Н.А. Харченко, С.О. Лукомська. Умань-Київ: Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини; Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2021. С.43-46.

*Котлова Людмила Олександрівна,*

*Тичина Ірина Миколаївна*

*Житомирський державний університет імені Івана Франка,*

*м. Житомир*

## КОНСУЛЬТАТИВНА РОБОТА ПСИХОЛОГА ЯК ПОШУК ТВОРЧИХ РЕСУРСІВ КЛІЄНТА

Однією з сутнісних ознак психологічного консультування як форми психологічної підтримки клієнта є його діалогічний характер та звернення до внутрішніх ресурсів самої людини, що потребує допомоги. Акцент робиться на її здатності в ході спілкування та взаємодії із психологом відновлювати власну спроможність турбуватися про себе та своє життя [2,3]. В цьому сенсі це завжди творчий процес і апеляція до творчих здібностей людини [1].

Консультативна робота з підлітками має свої особливості, пов'язані, в першу чергу, з прагненнями останніх бути самостійним, незалежними від думки дорослих, самим вирішувати свої проблеми. На прикладі аналізу окремого випадку спробуємо виокремити критерії для аналізу специфіки консультативної роботи з підлітками та залучення їх творчих здібностей до цього процесу.

*Скарга батьків, опис проблемної поведінки хлопця.* Замкнений у собі, нічого не хоче. Майже не спілкується з однокласниками. Має лише одного друга. Постійно сидить за комп'ютером. Пасивний, безініціативний, мовчазний.

*Аналіз тих труднощів, з якими зіштовхується підліток.* В межах цього критерію для психолога важливо дати відповіді на запитання, яка незадоволена потреба ховається за деструктивними проявами поведінки учня. Як приклад, це

може бути потреба у сепарації, що виявляється через необхідність мати власну думку, робити вибір і вибудовувати систему стосунки з батьками на рівних.

*Формулювання запити.* В цій частині роботи важливо дати відповіді на питання: Які результати очікуємо? Що я можу зробити для учня як психолог? Як батьки можуть задовольнити потребу підлітка? Як можна задовольнити потребу прямо в кабінеті? Як сама дитина може задовольнити потребу?

*Напрямки корекційно-консультативної роботи.*

*Робота з батьками:* Інформування про особливості розвитку особистості у старшому підлітковому віці, про потреби та завдання віку, про стилі дитячо-батьківського спілкування. Зміна ставлення до сина, формування нового типу стосунків з вже майже дорослим сином; спілкування на рівних із врахуванням його інтересів; зменшення батьківських обмежень і настанов; передача відповідальності сину за його поведінку і життя.

*Робота з підлітком* включає такі моменти: вираження почуттів, підтримка самооцінки, цілепокладання, переключення на значимі види діяльності і спілкування з однолітками

Вираження почуттів: навчитися показувати батькам своє невдоволення, свою незгоду, навіть проявляти агресію; пробувати прямо висловлювати свою точку зору.

Підтримка самооцінки: прийняття себе і позитивне ставлення до себе, що сприятиме формуванню почуття внутрішньої свободи і незалежності

Цілепокладання: вчитися покроково ставити маленькі цілі, які б давали видимий результат; розвиток вміння приймати вольові рішення і відстоювати їх, спираючись на усвідомлення своїх прав.

Переключення на значимі види діяльності і спілкування з однолітками: усвідомлення що смисл життя у справах, а не у стосунках з батьками; концентрація уваги на власних інтересах.

Для досягнення окреслених вище завдань можуть бути використані різні види творчих робі. Зокрема, це вправи «Мій девіз», «Обмін дивними бажаннями», «Позитивна переінтерпретація», «Стань твариною» [4]. Одним із

прийомів у роботі із таким запитом може бути створення фільму-аніме (Таблиця 1).

Таблиця 1

Етап	Мета	Орієнтовні питання для ведення бесіди
<p>Створення першого кадру фільму аніме</p> <p>Пропрацюємо актуальну ситуацію</p>	<p>Прояснення і уточнення ситуації</p>	<p>Я пропоную тобі уявити, що все, що з тобою відбувається, твоє життя – це фільм. Яким би, на твою думку, був першим кадр?</p> <p>Яка назва цього кадру?</p> <p>Яку ситуацію зображає цей кадр?</p> <p>Ти в ролі якого героя?</p> <p>Які ще діючі персонажі зображені?</p> <p>Як довго ти в цій ролі і в цій ситуації?</p>
<p>Вправа «Частини мого Я»</p> <p>Другий кадр фільму аніме</p> <p>Пропрацюємо наявний репертуар емоцій і почуттів</p>	<p>Усвідомлення власних емоцій і почуттів в різних ситуаціях</p>	<p>Згадай, яким ти буваєш у школі, дома чи ще десь залежно від обставин.</p> <p>Намалюй ці різні частини «Я». Це може бути другий, третій кадр фільму аніме.</p> <p>Розмова за малюнками. Які назви кадрів?</p> <p>Які емоції і почуття ти переживаєш у різних ситуаціях?</p> <p>Який ти тут зображений?</p> <p>Як так сталося, що ти такий?</p> <p>Кому ти говориш про свої почуття?</p>

Третій кадр фільму аніме	Усвідомлення права говорити про свої позитивні і негативні емоції в різних ситуаціях, можливих способів вираження почуттів	Подумай, що може бути в наступних кадрах фільму. Я пропоную, щоб твій герой у стосунках з іншими персонажами був відвертим і прямо заявляв про свої почуття. Подумай, якби він міг це зробити? Якою буде реакція інших героїв? Від чого залежить ця реакція? Які способи висловлення своїх думок і почуттів є вдалими, а які не дуже. Можна розмірковувати до малювання, після або в проміжках між окремими сюжетами.
-----------------------------	--	---

Отже, логіка роботи з таким типом запиту може бути представлена етапами: встановлення первинного контакту, збір інформації про симптом, емоційна підтримка і надання ресурсу; формування довіри, встановлення емоційного контакту, емоційна підтримка; надання можливості відобразити, прожити свої почуття з приводу ситуації, яка склалася; усвідомлення своїх потреб і емоцій, пов'язаних з ними; формувати вміння прямо говорити про свої почуття і висловлювати власну думку; інтеграція знань про себе, переживання почуття відповідальності за свої вчинки. Використання творчих робіт на кожному з етапів актуалізує внутрішні ресурси розвитку особистості та відновлює творчу спроможність долати життєві труднощі, конструювати продуктивні способи поведінки у актуальній життєвій ситуації.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Васьковская С.В., Горноста́й П.П. Психологическое консультирование: Проблемный подход. – Киев: Наук. Думка, 1995. – 128 с.
2. Корекційна робота психолога/ Упорядник. О.Главник. – К.: Шкільний світ, 2002. – 112 с.

3. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. заведений / И.В.Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – 160 с.
4. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. Пер. С нем. – М.: Генезис, 2006. – 336с.