


Н. Д. Линде

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

2-е издание, исправленное и дополненное

Учебное пособие для студентов вузов


АСПЕКТ ПРЕСС
Москва
2013

УДК 159.9
ББК 88.4
Л159

Р е ц е н з е н т ы :

доктор психологических наук, профессор
А. Н. Гусев,
кандидат психологических наук, доцент
Н. В. Гребенникова,
кандидат психологических наук, доцент
Т. С. Леви

Линде Н. Д.

Л159 Психологическое консультирование: Теория и практика: Учеб. пособие для студентов вузов / Н. Д. Линде. — 2-е изд, испр. и доп. — М.: ЗАО Издательство «Аспект Пресс», 2013. — 272 с.

ISBN 978–5–7567–0696–3

Пособие дает комплексное представление о процессе консультирования, его этапах (сборе информации, анализе запроса, заключении контракта и др.). Отдельное внимание уделяется структуре психологической проблемы и созданию терапевтической гипотезы. Отличительная особенность издания — рассмотрение частных теоретических моделей тех или иных проблем и возможных методов их решения. Основная задача книги состоит в том, чтобы нагляднее показать, «как это делается», поэтому она насыщена примерами из практики автора и других психологов.

Для студентов-психологов самых разных специализаций, психологов, уже занимающихся практикой консультирования, а также для тех, кто интересуется практической психологией и ищет ответы на важные для него психологические вопросы.

УДК 159.9
ББК 88.4

ISBN 978–5–7567–0696–3

© Линде Н. Д., 2013
© ЗАО Издательство «Аспект Пресс»,
2013

Все учебники издательства «Аспект Пресс» на сайте
www.aspectpress.ru

ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел I

ПРИНЦИПЫ И ЭТАПЫ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Глава 1. Психотерапия и консультирование	8
Глава 2. Человек-субъект и человек-объект	13
Глава 3. Психологическая проблема, ее структура и уровни. Типы проблем	18
Глава 4. Консультативная беседа, ее этапы	36
Глава 5. Сбор информации в процессе консультирования	43
Общие принципы сбора информации	43
Сбор невербальной информации о клиенте	46
<i>Оценка телосложения и телесной брони (47); Черты лица (49); Мимика и пантомимика (49); Жесты (51); Глаза (51); Интонации и голос (52); Пауза (52); Манера одеваться, прическа, духи и косметика (53)</i>	
Глава 6. Инструментарий психолога	55
Глава 7. Типы запроса	69
Неконструктивные запросы	69
<i>Нереалистичные запросы (69); Неопределенные запросы (70); Манипулятивные запросы (70)</i>	
Конструктивные запросы	72
<i>Запрос об информации (72); Запрос о помощи в самопознании (73); Запрос о помощи в саморазвитии (75); Запрос о трансформа- ции (76); Запрос о снятии симптома (79)</i>	
Глава 8. Анализ запроса и заключение контракта	84
Неприемлемые контракты	87
<i>Родительский контракт (87); Контракты на изменение дру- гих (89); Игровые контракты (91); Вечные контракты (92); Скрытые контракты (93)</i>	
Дополнительные контракты	98
Контракты с клиентами поневоле	100
Глава 9. Создание терапевтической гипотезы и ее проверка	104
Процесс формирования гипотезы	104
Проверка гипотезы	108
Глава 10. Этические принципы психологического консультирования	112
Принцип конфиденциальности	112
Принцип невмешательства	113
Принцип отказа от советов	114

Принцип отказа от личных и социальных отношений с клиентом	114
Принцип достаточной квалификации	115
Принцип нейтрального предложения	116
Принцип соблюдения экологической правильности решений	116

Раздел II

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МОДЕЛИ ПРОБЛЕМ И МЕТОДЫ РЕШЕНИЯ

Глава 1. Фобии	120
Психологические модели возникновения фобий	121
<i>Модель травмы (122); Модель В. Франкла (125); Модель родительских предписаний (127); Модель несчастного Внутреннего ребенка, или скрытого суицида (127); Модель «обратного желания» (129); Истерические фобии (129); Модель родительской тревоги (эмоциональной зависимости) (130)</i>	
Методы работы с фобиями	131
Глава 2. Тревога	133
Психологические модели возникновения тревоги	134
<i>Тревога как самозапугивание (134); Модель психологической травмы (135); Тревога как результат переноса (136); Тревога как результат обучения в семье (родительские предписания) (137); Тревога как оборотная сторона контроля (138); Тревога как сдержанное возбуждение (139); Тревога как средство избегания эмоционального конфликта (139)</i>	
Методы работы с тревогой	140
Глава 3. Депрессивные состояния	144
Психологические модели депрессивных состояний	144
<i>Депрессия как следствие суицидальных намерений (144); Депрессия как результат подавления сильных чувств (151); Депрессия как результат чувства вины (153); Депрессия как результат психологической травмы (153); Депрессия как результат потери смысла жизни (155); Депрессия как результат комплекса неполноценности (156); Депрессия как результат отказа от Эго-состояния Ребенка (158); Депрессия как результат дезадаптивного мышления (158)</i>	
Методы психологической работы с депрессивными клиентами	159
Глава 4. Печаль	162
Психологические модели возникновения печали	162
<i>Печаль как результат поглаживаний за несчастье (162); Печаль как результат родительского предписания (164); Модель влияния окружающей культуры (164); Модель мифа о рождении (165); Модель манипуляции с помощью печали (166); Модель потери любимого объекта (166)</i>	
Методы работы с проблемой печали	167

Глава 5. Гнев	169
Психологические модели возникновения гнева	170
<i>Модель семейного гнева (170); Гнев как инструмент достижения цели (171); Гнев как «спусковой крючок» (173); Модель происхождения гнева в результате переноса (173); Гнев как компенсация чувства неполноценности (174); Гнев как средство подавления нежелательных влечений (175); Гнев как протест против опасных родительских предписаний (176); Гнев как результат ранней травмы (176); Гнев как реакция на обманутые ожидания (фрустрацию) (177); Гнев как средство защиты слабой части личности (179)</i>	
Методы работы с гневом	180
Глава 6. Обвинения и обиды	182
Психологические модели возникновения обвинений и обид	183
<i>Обвинения как парадоксальное стремление получить любовь (183); Обучение обвинениям в родительской семье (184); Обида как детское шантажное чувство (185)</i>	
Методы работы с обвинениями и обидами	187
Глава 7. Ревность	188
Психологические модели возникновения ревности	189
<i>Ревность как следствие комплекса неполноценности (189); Ревность как результат родительских предписаний (189); Перенос детской ревности на сегодняшние отношения (190); Ревность как проекция собственных сексуальных желаний (191)</i>	
Методы работы с проблемой ревности	191
Глава 8. Зависть	193
Методы работы с проблемой зависти	198
Глава 9. Стыд и вина	200
Психологические модели стыда	200
<i>Стыд как результат психологической травмы (200); Родительские предписания как источник стыда (201)</i>	
Психологические модели чувства вины	203
<i>Воображаемая вина: родительские предписания (203); Воображаемая вина: миф о рождении (205); Воображаемая вина: вина перед всеми несчастными (206); Воображаемая вина: вина экзистенциальная (207); Воображаемая вина: депрессия с бредом вины (208); Вина реальная: вина за постоянно совершаемый вред (209); Реальная вина в прошлом (211)</i>	
Методы работы с проблемой стыда	212
Методы работы с чувством вины	213
Глава 10. Горе, утрата	215
Методы психологической помощи при утрате	221
Глава 11. Эмоциональная зависимость	223
Психологические модели эмоциональной зависимости	224
<i>Эмоциональная зависимость как результат «капиталовложений» (224); Зависимость как результат психологического слияния (228); Зависимость как черта орального характера (229)</i>	
Методы работы с эмоциональными зависимостями	230

Глава 12. Навязчивые состояния	231
Психологические модели навязчивых состояний	232
<i>Психоаналитическая модель (232); Модель В. Франкла (233);</i>	
<i>Модель навязчивых действий как ритуалов, «помогающих»</i>	
<i>избежать несчастья (234)</i>	
Методы коррекции навязчивых состояний	235
Глава 13. Психосоматические проблемы	237
Психологические модели психосоматических проблем	237
<i>Психоаналитическая (конверсионная) модель (237); Модель</i>	
<i>вегетативного невроза Ф. Александера (238); Психосоматические</i>	
<i>симптомы как результат родительских предписаний (239);</i>	
<i>Психосоматические проблемы как результат стремления</i>	
<i>к выгоде (241)</i>	
Методы коррекции психосоматических проблем	242
Глава 14. Подавленные и вытесненные чувства	243
Психологические модели подавленных и вытесненных чувств	244
<i>Подавленный и вытесненный гнев (244); Подавленный и вытес-</i>	
<i>ненный страх (247); Подавленная и вытесненная печаль (249);</i>	
<i>Подавленное и вытесненное чувство вины (250); Подавленный</i>	
<i>и вытесненный стыд (250)</i>	
Методы работы с подавленными и вытесненными чувствами	252
Глава 15. Различные направления психологического консультирования	
(краткая характеристика)	253
Консультирование по телефону	253
Семейное консультирование	256
Консультирование по сексуальным проблемам	258
Консультирование детей и родителей	260
Консультирование лиц с алкогольной и наркотической зависимостью	262
Консультирование в бизнесе	263
Консультирование в спорте	264
Консультирование в политике	265
Заключение	267
Дополнительная литература	269