

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра «Общей и консультативной
психологии»

**Субъект-центрированные стратегии психологического
консультирования**

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА**

студентки 2 курса 264 группы

направления
(специальности) 37.04.01 «Психология»

факультета психологии

Бандурян Анаит Рафаеловны

Научный руководитель,
доктор социологических наук,
профессор

подпись, дата

Т. И. Черняева

Зав. кафедрой общей и консульт.
психологии, д.п.н., доцент

подпись, дата

С. В. Фролова

Саратов 2023

Введение. Актуальность исследования исходит из того, что на сегодняшний день запрос среди населения на консультацию психологов возрастает, ежедневно люди обращаются за помощью и поддержкой специалистов для решения возникших трудностей и проработке различных травм. Запросы могут носить различный характер, а также личности клиентов имеет специфичность и для того что бы психолог- консультант могут оказать высококвалифицированную помощь должен знать и понимать такие стратегии необходимо применить для позитивного исхода приемов.

Стратегии психологического консультирования клиента каждый психолог-консультант выбирает самостоятельно, на основе собственных знаний и понимания сложившейся проблемной ситуации. Наиболее интересной стратегией психологического консультирования, является субъект-центрированная, здесь клиент является ядром своей проблемы, анализируется актуальная на данный момент информация, клиент автономен и независим от психолога-консультанта, что позволяет ему самостоятельно и естественным путем прийти к решению своей проблемы, но особенность заключается в том, что психолог-консультант занимает позицию субъекта, он способствует клиенту использовать свои внутренние ресурсы. Между психологом-консультантом и клиентом выстраиваются доверительные и уважительные отношения.

Объект исследования – стратегии психологического консультирования.

Предмет исследования – личностные и профессиональные качества психологов – консультантов.

Цель исследования - изучение личностных и профессиональных характеристик личности консультирующего психолога в рамках применения субъект-центрированной стратегии в психологическом консультировании.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ сценарий и стратегий психологического консультирования.

2. Изучение особенностей субъект-центрированной стратегии психологического консультирования.

3. Эмпирическое изучение особенностей субъект-центрированной стратегии психологического консультирования.

Методологическая база исследования: клиент-центрированный подход К.Роджерса, личностно-центрированное направление являются К. Роджерс, А.Бой, Д. Пайн, концепция стратегий Г. Минцберга, психологическое изучение субъекта и субъектности личности в работах Б. Г. Ананьев, А. В. Брушлинский, Л. С. Выготский, И. А. Зимняя, С. Л. Рубинштейн, В. И. Слободчиков и др.

Для достижения поставленных целей и задач в исследовании были применены следующие **методы и методики.**

Методы исследования:

1. Теоретические - анализ и систематизация психологических данных по теме исследования.

2. Эмпирические – констатирующее исследование, качественная и количественная обработка данных, анализ и обобщение.

Методики исследования:

— 16 факторный опросник Р.Б. Кеттелла.

— Методика диагностики направленности личности Б. Басса (ориентационная анкета).

— Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко.

— Тест коммуникативной толерантности В.В. Бойко.

— Методика «локус контроля» Д. Роттера, модифицированный Е.Г. Ксенофонтовой.

Диагностика проходила в форме дистанционного опроса, с использованием Google-формы.

Выборка исследования: В исследовании приняло участие 20 практикующих психологов- консультантов со стажем работы более от года до

10 лет, из них 7 психологов консультантов со стажем 1-3 года, 9 человек со стажем от 3-до 5 лет , 4 человека от 5 до 10 лет.

Гипотеза исследования - субъект-центрированная стратегия требует от психолога-консультанта освоение позиции субъекта. Успешное освоение позиции может быть в случаи высоко развитых эмпатических способностей и толерантности.

Новизна исследования заключается в том, что исследование субъект – центрированной стратегии рассматривается через анализ личности консультирующего психолога, чья роль в процессии сессии является основной и для эффективности использования данного подхода в терапии психолог должен обладать набором качеств, которые способны оказать влияние на позитивных ход, а также позволить освоить роль клиента для полноценного взаимопонимания и комфорта. В работе раскрываются такие понятия как субъект, субъективность, психологические сценарии и стратегии, консультирование.

В эмпирической части исследования проводится качественный анализ личностных характеристик психологов - консультантов с разным стажем деятельности.

На основе проведенного теоретического и эмпирического анализа разработаны рекомендации для повышения уровня профессионально важных качеств личности психологов –консультантов для эффективного применения субъект-центрированных стратегий в психологическом консультировании

Теоретическая значимость: Раскрытие особенностей применения субъект-центрированной стратегии, привлечет внимание специалистов, а также расширит область знаний в данном направлении.

Практическая значимость: Полученные знания и результаты данного исследования помогут психологам –консультантам эффективно вести приемы, находить правильный подход к клиентам. А также полученные результаты возможно использовать при подготовке будущих психологов-консультантов в высших учебных заведениях.

Структура работы: Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников.

В первой главе проведен теоретический анализ по вопросам возможных стратегий в психологическом консультировании. Раскрыты основные стратегии психологического консультирования. Представлено описание профессионально значимых качеств личности эффективного консультирующего психолога. Описана субъект-центрированная стратегия психолога-консультанта.

Во второй главе представлено эмпирическое исследование изучение субъект-центрированной стратегии психологического консультирования. В котором проведён анализ личностных и профессионально значимых качеств личности психологов – консультантов.

В заключении зафиксированы основные этапы исследования и подведены итоги и выводы. Список литературы состоит из 75 источника.

Первая глава. На основе проведенного теоретического анализа было изучено что, психологическое консультирование – это форма деятельности профессионального психолога, состоящая в непосредственном взаимодействии с людьми с целью оказания помощи в принятии ими решений относительно обстоятельств и условий их личной и социальной жизни, направленных на достижение психологического комфорта, личностный рост и развитие поведения.

Целью психологического консультирования является оказание психологической помощи психически и соматически здоровым людям в ситуациях, когда они сталкиваются с проблемами.

Психологическое консультирование понимается как способ решения, возникший психологических затруднений. Психолог – консультант способствует клиенту в критической жизненной ситуации преодолеть препятствия и понять причины, что будет содействовать к принятию конструктивных решений для изменения сложившейся трудной ситуации.

Личность психолога консультанта и его характерологические особенности и профессиональные качества в работе являются центральным местом. Так психолог-консультант должен обладать набором как личностными особенностями, так и профессионально значимыми. Такие значимые качества отмечаются как эмпатия, толерантность, терпимость, способность к рефлексии, аналитический склад ума, доброжелательности, альтруистичности, тактичности, уважения к людям в целом, позитивное мышление и субъектность.

Стратегии психологического консультирования неотъемлемые составляющие эффективной сессии. Грамотно подобранные стратегии психологического консультирования позволяют выстроить доверительные отношения между психологом-консультантом и клиентом.

Субъект - центрированная стратегия в психологическом консультировании направлена на освоение психологом – консультантом позиции субъекта. Основной механизм заключается в установлении контакта между консультантом и клиентом, так называемый консультативный контакт, который основывается в свою очередь на уважении, эмпатии и доверии. Основателем данного направления считается К. Роджерс, он впервые заговорил о лично - ориентированном подходе в терапии консультировании. Он полагает что взаимоотношения психолога и клиента являются основой успешной терапии. Для того чтобы наблюдать эффект от применённого метода психолог – консультант должен быть конгруэнтен, проявлять эмпатию и толерантность. Уважительное, доверительное и открытое отношение между консультантом и клиентом позволяет достичь решения проблем посредством осмысления и самостоятельной проработки, без подсказок и яркого вмешательства психолога. Консультанту необходимо оставаться самим собой, проявлять искренний интерес к личности клиента, оказывать эмоциональную поддержку.

Вторая глава. Цель исследования заключалась в изучение эффективного применения субъект - центрированной стратегии в ходе, психологического консультирования котором психолог - консультант должен освоить позицию субъекта (клиента). Для того что бы психолог мог примерить на себя роль клиента ему необходимо обладать набором качеств как личностных, так и профессиональных.

Для того чтобы изучить личностные и профессиональные характеристики психологов-консультантов в эмпирической части исследования были подобраны такие методики, которые позволяют изучить личностные свойства такие как: коммуникативные, интеллектуальные, эмоциональные и регуляторные. Коммуникативную толерантность, уровень развития эмпатичных способностей, направленность личности (на себя, на общение, на дело), а также локус-контроль психологов-консультантов.

В ходе проведенного исследования на основе анализа результатов и обобщения, отмечается что у психологов –консультантов с маленьким стажем работы наблюдаются сниженные показатели по всем изученным критериям. Недостаточная развитость показателей таких свойств личности как регуляторных и эмоциональных, проявление эмпатии и толерантности по отношению к клиенту является преградой для эффективного разрешения проблемы и применения выбранной стратегии. Несформированность этих качеств говорит об отсутствии субъектности личности у молодых психологов консультантов, что не позволяет полностью принять позицию клиента и осознать значимость проблемы, с которой необходимо работать. Неумение рефлексировать и просеивать поступающую информацию, действовать согласно выбранной стратегии и проработанному сценарию ведет к быстрому выгоранию и проявлению профессиональной некомпетентности.

Среди психологов- консультантов со стажем работы от 3 до 5 лет,, наблюдается повышение показателей и как следствие повышение профессионализма. Умение пользоваться своими личностными ресурсами, психологи – консультанты более гибки в своем поведении и демонстрируют умение принять личность клиента не в зависимости от личностных убеждений.

Психологи - консультанты, имеющие стаж работы более пяти лет, показали высокую профессиональную компетентность. Психологи-консультанты обладают высоко развитыми регуляторными свойствами, что говорит о способности к рефлексии, умении регулировать свои чувства и эмоции, коммуникативная толерантность на высоком уровне, что позволяет им вести себя сдержанно по отношению к клиенту, иметь без оценочного мнения. Проявление эмпатичности свидетельствует о способности распознавать чувства и эмоции клиента и сопереживать ему. Локус контроль психологов-консультантов направлен к внутреннему фактору, что говорит об ответственности. На основе результатов можно говорить о проявлении субъектности личности.

Таким образом в результате полученных данных, отмечается что с приобретением опыта у психолога- консультанта повышается уровень профессионализма вместе с тем развиваются его личностные особенности. Так начальных этапах профессиональной деятельности психолог – консультант не проявляет субъектность, что не позволяет компетентно использовать субъект-центрированную стратегию. Более опытные специалисты умело применяют стратегию без ущерба как к собственной личности, так к личности клиента. Обладая такими умениями и знаниями, а также личностными особенностями более опытный психолог – консультант с легкостью осваивает позицию клиента и достигает поставленных целей консультирования.

Заключение. Современное психологическое общество требует более новые техники и методы взаимодействия с клиентами для повышения эффективности результатов, а также расширения области знаний специалистов. Но при этом остаются неизменные техники, которые всегда будут актуальны в психологическом консультировании. Одним из таких является субъект – центрированная стратегия, основа которой заключается на взаимоотношениях психолога – консультанта и клиента, так сказать тандем сочувствия, сопереживания, безусловного принятия, открытости и откровенности. Данная стратегия является разговорной, то есть в ходе беседы консультант располагает к себе клиента за счет своей искренности, чуткости и внимательности к личности клиента.

Особое внимание уделяется личности психолога – консультанта от которого и зависит эффект применения субъект - центрированной стратегии, не только знания и умения в области психологии, но личностные и профессиональные характеристики.

Так эмпирическое исследование было направлено на изучение личностных и профессиональных характеристик личности психологов – консультантов в рамках применения субъект центрированной стратегии, где необходимым условием является освоение позиции субъекта. В ходе исследования были изучены такие критерия как личностные свойства, а именно коммуникативные, интеллектуальные, эмоциональные и регуляторные, а также коммуникативная толерантность, эмпатичные способности, локус-контроль и направленность личности. Эти критерия необходимы для того чтобы эффективно применять субъект – центрированную стратегию в психологическом консультировании, а также позволяют оценить проявления субъектности личности что в первую очередь свидетельствует о компетентности личности психолога консультанта.

Таким образом в результате исследования нами было определено, что психологи - консультанты с стажем работы от пяти лет и более обладают высокими показателями развития коммуникативных, интеллектуальных, эмоциональных и регулятивных свойств личности, что свидетельствует о зрелости и конгруэнтности, сформированной полноценной осмысленной личности с адекватной самооценкой и принятием окружающего. При этом отмечается что развитие эмпатийных свойств также имеют высокие значения, а в частности рациональная, эмоциональная, интуитивная эмпатия, а также идентификация в эмпатии, что свидетельствует о безусловном понимании чужих чувств и осознанное им сопереживание. Так же развита коммуникативная толерантность, психологи - консультанты сдержанны, учтивы к недостаткам людей. Толерантность не только об уважении традиций других народов, мировоззрению и образу жизни, а скорее о принятии и заинтересованности, при этом обладая своим мнением и умением делиться и доносить до окружающих. Локус контроль направленный на внутренние факторы что свидетельствует о высокой ответственности за собственное поведение и действия.

Психологи – консультанты с более маленьким стажем работы еще демонстрируют низкие показатели компетентности и требуют более тщательной проработки собственной личности.

Подводя итоги, гипотеза исследования, основанная на том, что субъект-центрированная стратегия требует от психолога-консультанта освоение позиции субъекта. Успешное освоение позиции может быть в случаи высоко развитых эмпатических способностей и толерантности, успешно подтверждена.