**10-дәріс. Психологиялық консультациядағы гуманистік бағыт**

1. **Анамнез жинау**
2. **Негізгі диагностикалық іс шаралар**
3. **Қосымша диагностикалық іс шаралар**
4. **Психологиялық және физиологиялық әсер ету әдістемелері**

Феноменологиялық бағыт әpбip адамның әлемді өз бетінше қабылдап, интерпретациялаудың бірегей қабілетіне ие деген болжамнан бастау алады. Осы бағыттың жақтастары адамның мінез-құлқы инстинктермен, iшкi кикілжіңдермен немесе сыртқы стимулдармен емес, оның ақиқатты жеке-дара кабылдауымен байланыстырады. Адамдар өздерің өздері қадағалайды, олардың мінез-құлқы таңдау, ойлау және жасау кабілеттерімен анықталады. Ол таңдаулар адамның әлемді бірегей қабылдауымен жасалынады. Мәселен, егер ол әлемді достық және мойындаушы қалыпта қабылдаса, дұрысы ол өзін қayiпciз ceзiнeдi. Егер де әлем қатерлі де қayiптi деп қабылданса. Сірә оның салдары ретінде мазасыздық пен қорғаныс реакцияларына бейімдік туындайды.

Феноменологиялық бағыт адамның: сана, өзіндік сана сезім, креативтілік, жоспарларды құру, шешімдерді қабылдау және оларға жауапкершілікті мойынына алу қабілеті сияқты айрықша қасиеттеріне шоғырланады.

Феноменологиялық бағыт гуманистік деп те аталады. Эмоциялы бұзылыстар қабылдаудың бұрмалануынан немесе сезімдердің жеткілікті сезінілмеуінен тежелген қажеттіліктер өсуінің нәтижесі ретінде қарастырылуы бағыттың солайша бағалануының маңызды негіздемесі болып табылады. Гуманистік психологиялық кеңес беру дәрігердің жазып берген дәрі-дәрмегі емес әртүрлі адамдардың кездесуі - терапия деп тұжырымдайды. Ол науқастың табиғи өcyiн қалпына келтіруге, өзінің шын мәніндегі келбетіне сәйкес және басқалардың ойынша қандай болуы тиіс екендігінен тәуелсіз қалай бола алатынын сезініп әрекет етуіне көмектеседі.

Феноменологиялық терапия да инсайттың туындауына ықпал етеді, алайда мұндағы инсайт бұл - бейсаналы шиеліністердің емес, дербес сезімдер мен түсіністіктердің сезілуі.

 Роджерстің: шартсыз жағымды қатынас, эмпатия, конгруэнттілік атты танымал «триадасы» терапияның ең жақсы тәсілі болып табылады. Карл Роджерс психодинамикалық терапияда тәжірибеленуде биресми тұрғының едәуір тиімді екендігіне көзін жеткізіп, «бұйрықшыл емес терапияны» қолдана бастайды. Ол өзінің тарапынан бағыттамай, бағаламай, интерпретацияламай науқастарының не жайында және қашан айтатынын шешуге мүмкіндік береді. Бұл тұрғы қазіргі кезде «клиентке орталықтанған терапия» деп аталады. Оның негізінде маңызды үш принцип жатыр.

**«Шартсыз жағымды қатынас».** Терапевт өзінің клиентті шын көңілмен қамқорға алатынын, оны адам ретінде қабылдап, өзгеру қабілетіне сенетінін көрсетеді. Бұл клиенттің, айтқандары қандай «жаман», «оғаш» немесе «ер жүректі» көрінсе де, оны үзбей тыңдау даярлығын білдіреді. Терапевтің клиенттің барлық айтқандарын мақұлдауы міндетті емес, бipaқ ол оны бағаланушы адамның шынайы бөлігі ретінде мойындауы тиіс. Сонымен бipre, терапевт клиенттердің, проблемаларын өз беттерінше шешулеріне сенім артуы тиic, яғни ол қеңес бермейді. Кеңес, дейді Роджерс клиенттің біліксіздігі немесе тепетең eмecтiri жайлы жасырын хабарламаны береді, бұл -оны өз-өзіне сенімсіз және едәуір тәуелді етеді