**13-дәріс. Психолог-консультант тұлғасы**

1. **Труакс, Кархаф ұсынған талаптар**
2. **Дж.Нардонэ ұсынған талаптар**
3. **М.С. Мур ұсынған талаптар**

Психологиялық кеңес берудің негізгі емдеу механизмін адамның үш маңызды жоспарларының функциясына сай қарастыру қажет: эмоционалдық, танымдық/когнитивтік, мінез-құлықтық (поведенческим (научение)).

Жеке даралық психологиялық кеңес беру процесінде эмоционалдық сфера шартсыз қабылдау, толеранттық, қызығу, симпатия, қамқорлау, катарсис, күті эмоционалдық күйзеліс, тұлғалық сезімінің көрінісі, альтруизм, идентификация.

Осыған сәйкес, мақсатқа жету мүмкіндігін түйсінуде көрінетін болашаққа бағдарланған сенім, үмітті атауға болады.

Сауықтандыруда сендіру мен үміттендіру, қолдау көрсету психологиялық кеңес берудің барлық түрлерінде де маңызды орынға ие болады. Емдеу әрекетінің механизмі ретінде тікелей суггестивті сендіру, саусақ терапиясы және басқалары қолданылады. Пациенттің психотерапевтке деген бойында сенім мен үміттің болуы психологиялық кеңес берулық әдістердің жетістігіне біклей байланысты. Психотерапевт алғашқы кездесуден бастап оның емдеу механизмінің дұрыстығына, одан сауығатынына пациенттің көзін жеткзіп, сенім ұялатуы қажет. Сауықтыру процесіндегі сенім мен жағымды болжамдар бір- бірінен ажыратылмайды. Ауру адамның емдеунің оң нәтиже бергендігі туралы ақпарат алу бұл факторларды күшейтеді. Келешектің пайда болуы емдеуге көмектесетін және қиындықтарды жеңуге көмектесетеін мотивтердің пайда болуына негіз болады.

 *Топтық психологиялық кеңес берудің емдеу механизмі.* Топтық психологиялық кеңес берудің емдеу механизмдері туралы алғашқы еңбектері Корзини мен Розенбергтің зерттеулері олар топтық психологиялық кеңес берудің емдеу механизмінің негізгі үш жолын көрсетеді: топтық психологиялық кеңес беру курсынан өткендерден сауал алу (опрос пациентов, прошедших курс групповой психотерапии); топтық психотерапевтің тәжірибесі мен теориялық ұғымдарын зерттеу (изучение теоретических представлений и опыта групповых психотерапевтов); топтағы әртүрлі өзгермелі психологиялық кеңес берулық процестер арасындағы өзара байланысты анықтайтын эксперименттік зерттеулер жүргізу (мысалы, топ құрамы, қолданылатын техникалар, психотерапевтің тактикасы және басқа) және емдеу тиімділігі. Осыған сәйкес топтық психологиялық кеңес берудің емдеу механизмдері Ялом және еңбектерінде қарастырылады. Подробный анализ механизмов лечебного действия групповой психотерапии представлен в работах Ялома и Кратохвила. Ялом топтық психологиялық кеңес берудің негізгі емдеу механизмдерін бөліп көрсетеді:

* 1. Ақпаратты хабарлау: пациенттен топтық психологиялық кеңес беру барысында адамның мінез-құлқының ерекшелігі, тұлғааралық өзара әрекеті, дау-дамай, жүйкелік- психикалық тыныштық туралы мәліметтер жинақтау;қалыпты даму бұзылушылытары мен пайда болу себептері туралы мәліметтер алу; психологиялық кеңес берудің мәні мен психологиялық кеңес берулық процестің барысы туралы ақпарат; топқа қатысушылар арасындағы ақпарат алмасу. Бұл бір-бірімен қарым-қатынасқа түсуге және олардың проблеалары туралы ақапарат алуға мүмкіндік береді
	2. Үміттендіру сендіру (Внушение надежды): емдеу жетістігіне деген үміттің пайда болуы (появление надежды на успех лечения под влиянием улучшения состояния других пациентов и собственных достижений).
	3. Қайғырудың әмбебаптығы (Универсальность страданий): пациенттің өзінің осындай проблема бойынша жалғыз еместігін түсінуі, өзінен басқа да адамдарда түрлі проблемалар, конфликтілер, күйзелу, қайғыру бар екендігін түсінуі (переживание и понимание пациентом того, что он не одинок, что другие члены группы также имеют проблемы, конфликты, переживания, симптомы). Мұндай түсіну басқалармен бірге болу сезімінің пайда болуына және өзіндік бағалауының жоғарылауына негіз болады.
	4. Альтруизм: басқа үшін бір нәрсе жасау үшін топтық психологиялық кеңес беру процесінде бір-біріне көмек көрсету мүмкіндігі (возможность в процессе групповой психотерапии помогать друг другу, делать что-то для другого). Пациент басқаларға көмектесе отырып оның өз-өзіне деген сенімі нығаяды, өзін қажетті және жарамды сезінеді, өз-өзін құрметтеп, өз мүмкіндігіне деген сенім пайда болады. Бұл әсіресе өзін-өзі бағалау деңгейі төмен пациенттер үшін өте қажетті болып табылады.
	5. Тұлғааралық қарым-қатынас техникасын дамыту: топтта пациент кері байланыс арқылы өзінің мүмкіндігін және өз күйзелістерін талдау арқылы өзінің адекватты емес тұлғалық өзара әрекеттестігінің көреді және оны өзгертуге шешім қабылдап, қарым- қатынастың және мінез-құлықтың жаңа тәсілдерін өңдеп бекітуге тырысады
	6. Имитациялық мінез-құлық: пациет психотерапевтің және топ белсенді мүшелеріне еліктеу арқылы жаңа мінез-құлық тәсілдерін игереді.
	7. Интерперсоналды әсер ету: бұл фактор топтық психологиялық кеңес беру үшін маңызды және тиімді болып табылады. Себебі бұл фактор топтық психологиялық кеңес берудің емдеу механизмінің негізгілерінің бірі болып табылады. Бұл фактордың негізгі үш аспектісін бөліп көрсетуге болады:

Бірінші – кері байланыс арқылы алынған ақапарат өзі туралы ойын, «Мен» образын кеңейтуге және өзгертуге мүмкіндік береді (конфронтация). Екіншіден – бұл пациенттің бұрын болған нәрселерге қолдарынан келмеген нәрселеріне талдау жасауға, түсінуге, өңдеуге, эмоциясын түзетуге мүмкіндік береді. Үшіншіден-топтағы өзінің мінез-құлқының ерекшелігін көруге және жаңа мінез-құлық формаларын игеруге, үйренуге мүмкіндік береді.

* 1. Топтың бірлігі: топтың оның мүшелері үшін тартымды болуы, олардың топта қалуға ниетін ояту, сенім, бір-бірін «Біз» топпыз деген сезіммен қабылдау. Топтың бірлігі топтық психологиялық кеңес беруда фактор ретінде қарастырылса, жеке даралық психологиялық кеңес беруда «психотерапевт – пациент» қатынасы ретінде қарастырылады.