

1.7. Психотерапевтические приемы в работе школьного социального педагога

«Психотерапия» в переводе с греческого означает «уход за душой». Психотерапия — это забота о душевном равновесии человека, его настроении, чувствах, переживаниях.

Психотерапевтическое воздействие социального педагога на ребенка — это содействие его благоприятному состоянию. Данное содействие может быть непосредственным (в процессе беседы), лично-опосредованным (через друга, подругу), предметно-опосредованным (через книгу, игрушку). В результате психотерапевтического воздействия ребенок, подросток учится понимать и принимать себя, заботиться о себе, строить свой мир и отношения с окружающими на основе свободного выбора.

В настоящее время существует множество направлений, методик, техник и технологий психотерапии. Социальный педагог в своей практической деятельности может использовать различные формы внушения, арт-терапию (лечение творчеством), библиотерапию, музыкотерапию, танцтерапию, куклотерапию, игровую терапию, психодраму и др.

Также социальный педагог может использовать приемы суггестивной (основанной на внушении), рациональной и аналитической психотерапии. С помощью приемов *суггестивной* психотерапии люди в бодрствующем (в нашем случае) состоянии подвергаются поведенческому воздействию. *Рациональная* психотерапия предполагает беседы с клиентом о его субъективных трудностях и путях их преодоления. *Аналитическая* психотерапия основана на принципах «фрейдизма» и «глубинной психологии».

Выбор психотерапевтического воздействия и взаимодействия зависит как от особенностей личности и характера нарушений клиента, так и от мастерства социального педагога.

В современной литературе описываются два основных стиля психотерапевтического консультирования — «*внимающий*» и «*влияющий*», которые может использовать в работе школьный социальный педагог.

Для «*внимающего*» консультирования характерны следующие приемы.

Закрытые вопросы. Вопросы, предполагающие очень короткие односложные ответы, как правило, «да» и «нет». Этот прием позволяет собрать информацию, прояснить суть проблемы, «придержать» излишне разговорчивого клиента.

Открытые вопросы. Обычно такие вопросы начинаются со слов: «Что...», «Каким образом...», «Для чего...», «Зачем...», «Почему...» — и предполагают пространные ответы. Они как бы подталкивают клиента к рефлексии, обеспечивают возникновение некой дискуссии между клиентом и консультантом.

Минимальное поощрение. Повторение нескольких слов из реплики клиента (чаще повторяются последние 2–3 слова), что помогает клиенту продолжить рассказ.

Парафраз (прояснение смысла). Выделение смысла последнего высказывания клиента. Это демонстрирует клиенту, что его понимают, а также стимулирует более глубокое раскрытие проблемы, определяет отправной момент для дискуссии.

Концентрация на чувствах (прояснение эмоционального фона). Подчеркивание эмоций, открыто или скрыто присутствовавших в последних высказываниях клиента. При этом внимание клиента концентрируется на чувствах, что повышает эмоциональную насыщенность беседы.

Обобщение. Краткое повторение сути высказываний клиента за время консультации. Итоговое прояснение сути. Своего рода обобщение, которое помогает клиенту заметить прогресс, достигнутый в процессе консультации. Отправная точка для перехода к новой теме или другому уровню обсуждения.

«*Влияющее*» консультирование предполагает использование следующих приемов.

Указание. Прием инструктивного характера. Просьба к клиенту совершить конкретные мысленные или реальные действия.

Информативное сообщение. Консультант дает советы клиенту, излагает свое мнение по определенному вопросу, сообщает свои выводы; использует угрозы, успокаивает. Это дает клиенту возможность использовать информацию и опыт консультанта, поддерживает процесс общения.

Выражение собственных чувств. Консультант делится своими чувствами, эмоциями, состоянием. Этот прием помогает клиенту раскрыться и ответить тем же.

Влиятельное обобщение. Сообщение консультанта клиенту своих выводов на основании анализа последнего этапа беседы. Этот прием позволяет свести воедино разрозненные мысли клиента, структурировать его сознание, подтолкнуть к рефлексии.

Интерпретация. Разъяснение, истолкование мыслей и поведения клиента на основе определенной теории. Консультант описывает проблему клиента в терминах теории и объясняет причинные связи. Клиент получает возможность по-иному увидеть свою проблему, то есть изменить ракурс видения, что может стимулировать поиск позитивного решения.