



УНИВЕРСИТЕТ
ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Поиск решения, план консультации

Биография клиента: 2 брака, 2 сына, бизнес в Германии, рассказ о своих достижениях



Запрос: хочу страсти от жены



Диалог / препирательство с психологом о формате отношений с женой

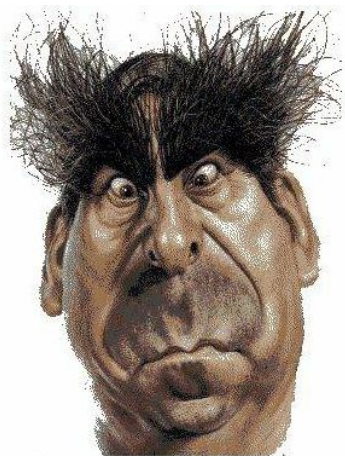


- Рекомендации психолога:
1. Следить за интонациями в разговоре с женой,
 2. На следующую консультацию привести жену



60 минут
работы
консультанта

Бестолковый клиент



Теща

Жена

Дочка

Клиенты жалуются на все подряд



Мы
ругаемся

Он не
ценит...

Нет денег!

Она не
ГОТОВИТ!!

Одна консультация –
одна тема

Клиенты жалуются на все подряд



Мы
ругаемся

Он не
ценит...

Нет денег!

Она не
ГОТОВИТ!!

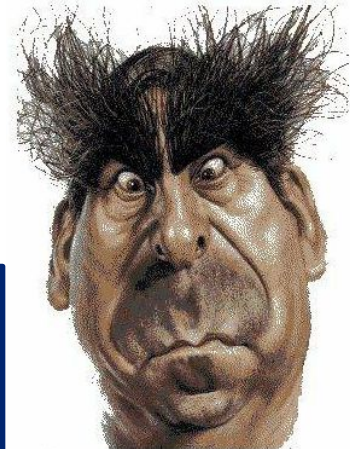
Если клиент
предоставляет выбор,
консультант выбирает
задачу сам.

Ориентирьы?



ОРИЕНТИРЫ ВЫБОРА ТЕМЫ:

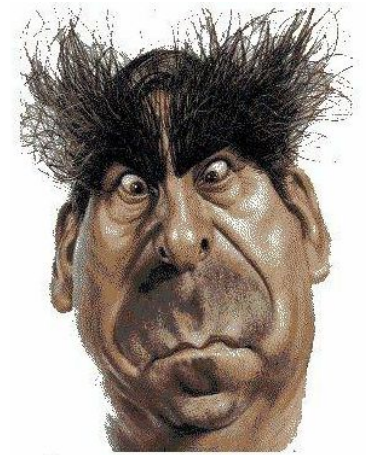
- **С чем справится консультант**
Не беритесь за задачи, которые не знаете как решать.
- **С чем справится клиент**
Берите самую простую для клиента задачу.
- **Где результат будет более очевидным**
Близким, наблюдаемым, на который можно позже опереться.





Соглашаться на коучинг,
когда на него настроен
мудрый клиент – радость.

Устраивать коучинг и вестись за
бестолковым клиентом – глупо. Он
вас заведет только в болото!



К - чувствую вину, что сказала «да» не будучи уверенной в том, что хочу за него замуж.

Я - и что в этом страшного?

К - я должна этому следовать

Я – а если не будешь этому следовать что случиться?

К – это его сломает. Он не устроит свою личную жизнь, он не жениться, покончит жизнь самоубийством.

Я – что из этого цепляет больше всего?

К – что он не жениться

Я – что страшного в том что он не жениться?

К – я буду чувствовать себя виноватой.



Как эту консультацию сделать более конструктивной?

Что должен получить клиент?

С чем будем работать:

- Навыки?
- Знания?
- Верования?
- Состояния?

- Нужное состояние
- Новое видение
- Новые убеждения
- Практичные знания
- Упражнения
- Обязательства

Все это – нужно продать!

Психотерапия и синтон-подход

Искать проблему в нем
или
Искать упражнения и
приемы для него?



Позицию «Это определяют обстоятельства» переводим в авторскую позицию: «Что здесь зависит от меня?»

- «Почему это происходит?» - в вопрос «Что мы хотим?» и «Как это получить?»

Разговоры о чувствах, вт. блоках, травмах и программах, обо всем «внутреннем» - переводим в разговор о поведении. «Что планируем делать?»

- Как вариант – о внутреннем поведении: какие могут наши решения или наш образ мыслей



Когда мой молодой человек обсуждает наши отношения с подругами, я ужасно злюсь, даже если знаю, что он ничего плохого не имеет в виду. Почему это вызывает во мне такие чувства?

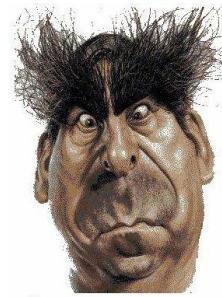
?



Мой молодой человек сам мне никогда не звонит. Что во мне такого, если он так поступает?

?

10 разрозненных советов - плохо



Задания простые.
Захочет - сделает!



3 рекомендации под одну главную задачу – отлично!

Рекомендация =

- Продажа...
- Задание
- Упражнение!

Когда ты выйдешь замуж?



Все родственники, и особенно тетя, меня терроризируют: «Когда ты выйдешь замуж?» Только приеду, сразу вопросы: «Ты почему одна? Когда познакомишь с избранником?» А то и прямо «Давай познакомлю, достойный мужчина!» Мне 27 лет, вообще я о семье думаю, но сейчас у меня совсем другие планы. Что мне делать, как научиться всем им отвечать, чтобы они не приставали, а я не расстраивалась каждый раз? Они должны меня уважать! Совсем ссориться с тетей и другими родственниками я не хочу, я их люблю, но они меня уже достали.

С каким запросом вы будете работать?

- Как не раздражаться и не расстраиваться?
- Как им отвечать?
- Что сделать, чтобы они не приставали?
- Что сделать, чтобы они меня уважали и согласились с моей позицией?
- ??

Что будем продавать? Как?

1

Своих родственников нужно принять. Прими их с их особенностями, и тогда перестанешь раздражаться на них и из-за них расстраиваться!

2

Со своими родственниками и с тетей ты должна прямо, открыто и серьезно поговорить по-взрослому, объяснить свою позицию. А если они не захотят тебя понять, потребовать к себе уважения! Ты просто боишься разрыва отношений с родственниками!

3

?

Принятие не продается

Что вы можете предложить делать, чтобы человек «принял»?

Каков алгоритм, какая технология?

Если алгоритма вы предложить не можете, эта рекомендация рабочей не является

Принятие не решает поведенческих проблем

Если вы «приняли» поведение окружающих и относитесь к нему без протестов, спокойно, вы тем самым разрешаете им продолжать их поведение. В данном случае вы даёте тете разрешение влезать в жизнь племянницы. А именно это девушку – не устраивает.

Когда ты выйдешь замуж?

1

Своих родственников нужно принять. Прими их с их особенностями, и тогда перестанешь раздражаться на них и из-за них расстраиваться!

2

Со своими родственниками и с тетей ты должна прямо, открыто и серьезно поговорить по-взрослому, объяснить свою позицию. А если они не захотят тебя понять, потребовать к себе уважения! Ты просто боишься разрыва отношений с родственниками!

3

?

Просто разговор результата не даст

У тети свои убеждения, её переубедить – практически не реально. Тетя – трактор, который прет, не взирая на препятствия.

Разрыв с тетей – это разрыв со всеми родственникам

А это, похоже, слишком дорогая плата.



Стрекоза:
«Скоро! Скоро! Не волнуйся,
тетя, тебя познакомлю первую!»

1

Печаль в стиле замедленной
флегмы:
«Тетя, может быть мы
поссорились, я переживаю, а ты
пристаешь!»

2



И просто смены темы, перевод
разговора на другое,
отвлечение...

3