

A KONZULTÁCIÓRÓL BEVEZETÉSKÉPPEN

**KONZULTÁCIÓ A SEGÍTSÉGBEN
WJLF ÁSZM
PECZE MARIANN**

Mit jelent, mit nyújthat? - Egységes elképzelések hiánya

Hétköznapi nyelvhasználat: tanácsot adni

Tudományos felfogás is tág értelmű:

- informatív- és tanácsadó tevékenység
- Döntések szakmai segítése
- Probléma összefüggések felismertetése
- Tudattalan indítékok, akadályok tudatosítása

Tanácsadói gyakorlat: nevelési, életvezetési, iskolai, pályaválasztási, telefonos tanácsadás...

Wiegersma szerint (1976) „Az emberek közti interakció majd minden formája, amely mások segítésére és megerősítésére szolgál, igény tart a tanácsadás elnevezésre, amennyiben a folyamat hivatalos tevékenység formáját ölti.”

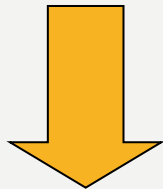
A gyakorlat sokfélesége,
különbözősége tükrözi a sok tudományos
szemlélet különbözőségét

KONZULTÁCIÓ:

Counseling (am.)  counselor

Counselling (ang.)  counsellor

Nem tanácsadás, Guidance (útmutatás)



tanácskozás, konzultáció

A KONZULTÁCIÓ KULCSSZAVAI

1. Változás

Viselkedés, attitűd


2. A „normális” ember megerősítése

3. Facilitálás

Belső fejlődés előmozdítása

4. Pozitív mentális egészség

Lelki egészség hangsúlya

- Nem pszichiátriai esetekre terjed ki
- Nem aktus  **tanulási folyamat**
- Jövő orientáltság (változtatás joga és lehetősége)

"A tanácsadás viszonylag rövid távú, interperszonális elméleti alapú, etikai és jogi normák által irányított szakmai tevékenység, amelynek főcélja: pszichológiailag alapvetően egészséges személyeknek segíteni fejlődési és szituációs problémáik megoldásában.,,

Pedagógiai lexikon

A KONZULTÁCIÓ CÉLJA I.

- Buda Béla:

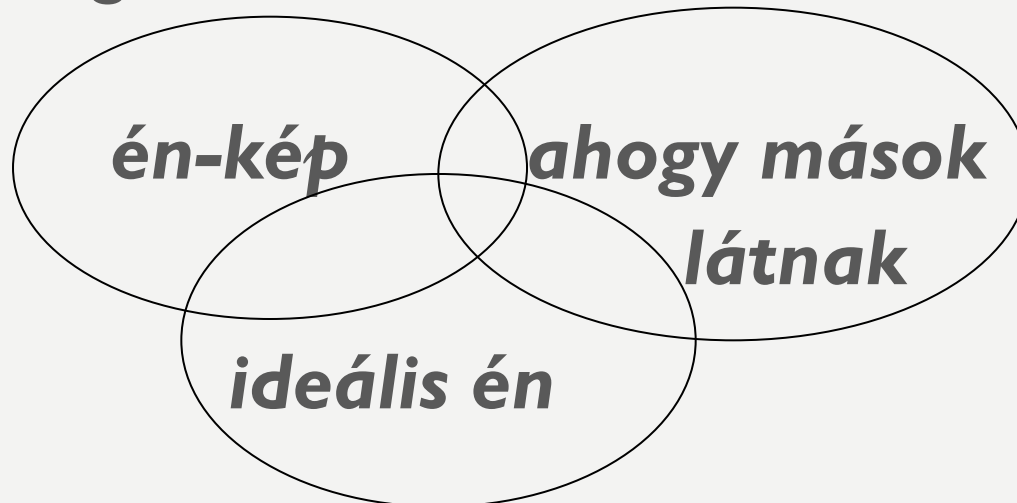
egy tapasztaltabb személy segít egy döntési folyamatban az egyenrangúság elve alapján (szimmetrikus kapcsolat)

- Carl Rogers:

olyan okos döntések facilitálása, amelyektől a személy későbbi fejlődése függ.

A KONZULTÁCIÓ CÉLJA II.

- A problémás gondolat végigvitelének megtanulása
- Rogers:



Cél: a háromféle percepció összecsisztatása

A KONZULTÁCIÓ SZINTJEI- AZ ÖTLÉPCSŐS MODELL

Pszichoterápia

A problémák kiterjedtebb
körével való foglalkozás

Döntést akadályozó
tényezőkkel való foglalkozás

Mérlegelni segítség

Információs szint

1. szint: A normális ember mindennapos életében előforduló problémák.

Jellemzői: A döntéseket olyan helyzetben kell meghozni, amely egyáltalán nem világos. Bizonytalanság tapasztalható az eredményeket illetően, ellentétes hatások, érdekütközések tapasztalhatók. Mégis a választási lehetőségek reálisak és határozottak. A személy önállóan képes dönteni a problémájában, ugyanakkor tájékozódásra van szüksége a választási lehetőségeket és azok következményeit illetően. információadás.

2. szint: Bonyolultabb döntési helyzet.

Jellemzői: Nagy mennyiségű információ hiányzik, több ellentétes szempontot kell figyelembe venni egyszerre. A döntés előtt álló személy bizonytalan, segítségre van szüksége ahhoz, hogy jól megértse a körülményeket, kitűzze a megfelelő célokat, meghatározza az értékeket és jól körülírt megoldásokat válasszon. Az ilyen jellegű problémák igénylik a tanácsadói segítséget a tanácsadás ebben az esetben igazán hatékony.

3. szint: Komoly belső konfliktusok szintje.

Jellemzői: A választás előtt álló személy bizonytalannak érzi jövőjét, vágyai gyakran nem reálisak. Ahhoz is segítségre van szüksége, hogy a helyzetét reálisabban értékelje. Elsősorban a páciens feszültségeinek csökkentésére van szükség, mielőtt a problémákkal kezdenénk foglalkozni. Az ilyen jellegű problémák segítése már pszichológusi feladat.

4. szint: A döntési problémák neurotikus problémákkal együttesen jelennek meg.

Jellemzői: A személyiség belső életében mélyen gyökerező problémák kiterjedt körére számíthatunk. Az igények, elvárások többnyire nem valóságosak. Kapcsolati problémák nagyfokú aggodalom, szorongás, vagy nagyfokú merevség, visszahúzódás jelenik meg. A döntési problémákra csak akkor lehet megoldást találni, ha a neurotikus problémák már megszűntek. Ezekben az esetekben a pszichoterápia tűnik adekvát segítségnyújtási módnak.

5. szint: Nagymértékű integrációhiány, amely pszichés, vagy organikus patológiával is együtt járhat.

Jellemzői: A páciens nem képes cselekedeteit összehangolni, képtelen a valóság követelményeihez igazodni. Ez gyakran megakadályozza a probléma megoldását, vagy csak nagyon primitív választást tesz lehetővé. Ezen a szinten a pszichiátriai segítségnyújtás látszik adekvát megoldásnak, szükség szerint pszichoterápiával kiegészítve

5. Pszichés integráció hiánya és/vagy organikus zavarok. Realitásérzék hiánya. Döntési képtelenség.
A SEGÍTSÉG FORMÁJA: pszichiátriai kezelés

4. Döntési és neurotikus problémák együtt jelentkeznek. Előbb a neurozist kell megszüntetni. Nem reálisak az elvárások, a helyzet értelmezése, alkalmazkodási zavarok jellemzik.
A SEGÍTSÉG FORMÁJA: pszichoterápia

3. Komoly belső konfliktus. A helyzetet nem értékeli reálisan, a vágyak irreálisak, nagyok a belső feszültségek. **A SEGÍTSÉG FORMÁJA: pszichológiai segítség és tanácsadás**

2. Bonyolultabb döntési helyzet. Nagy mennyiségű információ hiányzik, több érdekegyeztetésre van szükség. Nem érti a körülményeket, nem tudja a céljait, nincsenek megoldásai.
A SEGÍTSÉG FORMÁJA: tanácsadás

1. A normális ember életében előforduló mindennapi problémák: érdekkülönbségek, bizonytalanságok, információhiány. **A SEGÍTSÉG FORMÁJA: információadás**

TÖRTÉNETISÉG I.

- Papok, közösségi irányítók
 - Franciaország. (felvilágosodás), USA: individualitás felerősödése
 - XVII. század. képeskönyvek
 - XIX. század vége: önálló szakember
- segíti: közoktatás, szociológia, pszichológia fejlődése

TÖRTÉNETISÉG II.

- 1908. Boston (USA)
első pályaválasztási tanácsadó
- I. vgh. – katonai alkalmassági tesztek
- I. vgh. után
rehabilitációs konzultáció
- 1930-as évek
tömeges elbocsátások
- Terápiák fejlődése
- Plusz csoportok megjelenése

KÜLÖNBSÉGTÉTEL

- Pedagógus:

- Tanácsot ad
- Instruál
- Minősít
- Értékel



- Konzultáns:

nem tesz
ilyet



- Pszichoterapeuta:

- Meghallgat
- Értelmez
- Gyógyítás!

- Konzultáció:

nem gyógyítás,
„csak” segítség a
változásban

KONZULTÁCIÓ VS. TERÁPIA

• Konzultáció

- Nevelés
- Támogató
- Helyzeti szituációs, fejlődési
- Problémamegoldó
- Fókusz a jelenen
- Tudatos belátásra törekszik
- Hangsúly a „normálison”
- A kliens által kívánt változásra fókuszál

"az egyensúlyban levő, nem beteg (ún. sine morbo) személyek számára van fenntartva" (Bagdy, 2009) A tanácsadás a pszichoterápiával szemben "korlátozott célokat követ", "emberi problémákban", "meghatározott területeken", "élethelyzeti elekdadásokon kell ilyenkor segíteni".

• Pszichoterápia

- Támogató (fókuszált)
- Rekonstruktív
- Mélységhangsúlyú
- Elemző természetű
- Fókusz a múlton
- Hangsúly a diszfunkción, komoly emocionális problémákon
- A páciens belső, pszichés folyamataira, az intraperszonális történésekre fókuszál

"diagnosztizáltan beteg személlyel folytatható" (Bagdy, 2009) A pszichoterápia célja is terápias jellegű: állapotjavulást, gyógyulást vagy tünetmentességet szeretnének elérni vele, illetve tartós személyiség vagy viselkedésváltozást az egészségesebb pszichikus működés irányába. A pszichoterápiák általában időigényesebb, a múltra fókuszáló, feltáró, elemző módszerekkel dolgoznak, szükség szerint mélyebb tudattalan szinteken is



Érzelmi term. problémák kezelése pszichológiai eszközökkel

SZOCIÁLIS ESETMUNKA

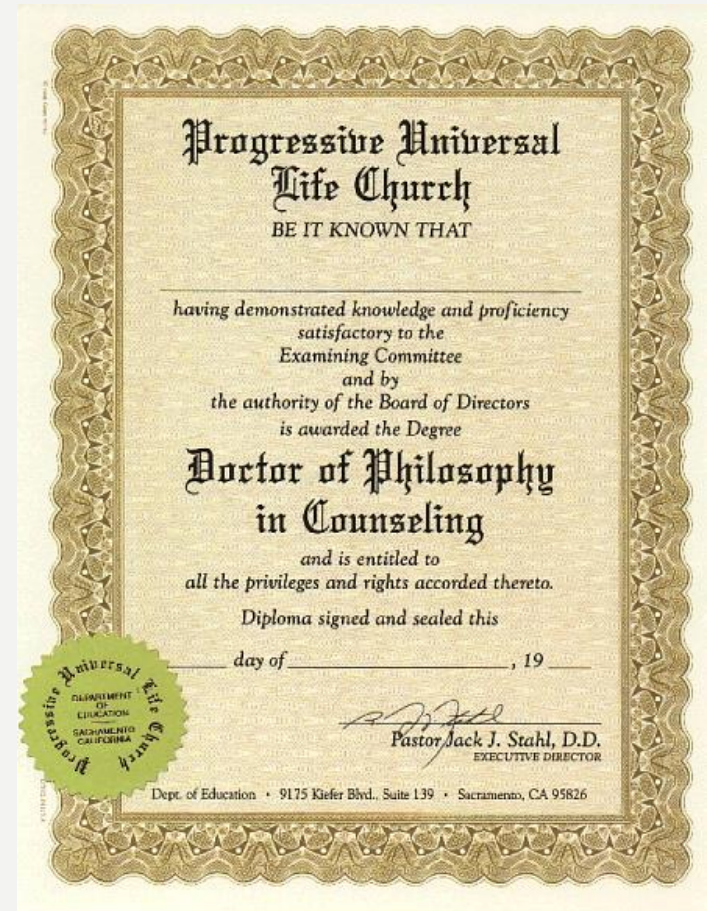
- Kisebb a szelekció lehetősége
- A környezeti tényezők, egyén-környezet interakciói hangsúlyosak
- Biológiai, pszichológiai, szociális tényezők vizsgálata
- Probléma: pszichológiai alul- vagy túlkínálat

A HIVATÁSOS SEGÍTÉS SZAKTERÜLETEI

- Orvosok (Pszichiáter)
- Egyéb szakemberek
 - Pszichológus
 - Hivatásos konzultáns
 - Szociális munkás
 - Szociálpedagógus
 - Mentálhigiénikus...

Hazánkban:

kevés a speciálisan
képzett szakember



A KONZULTÁCIÓ NÉHÁNY TERÜLETE

- A munka világával kapcsolatos konz. (munka-, pálya-, karrier tanácsadás)
- Párkapcsolati (házassági, családi konzultáció)
- Addiktológiai (alkohol- drogabúzus, játékszenvedély...)
- Változásmenedzsment-döntéselőkészítés
- Rehabilitációs, mentálhigiénés konzultáció
- Életkorokhoz kötődő konzultáció (Iskolai diák-konzultáció, gerontológiai konz.)
- Konzult. speciális csoportokkal (leszbikusok, homoszexuálisok, emigránsok, HIV+...)

A tanácsadói tevékenység központjában egy specifikus szakterület áll, pld. családi, párválasztási, életvezetési, iskolai, pályaválasztási, vagy tehetség tanácsadás

- nevelési és pályaválasztási tanácsadás
- munkavállalási tanácsadás,
- felsőoktatási tanácsadás,
- családi tanácsadás,
- krízis tanácsadás,
- rehabilitációs tanácsadás,
- addiktív tanácsadás

MUNKAFORMÁK

- Egyéni konzultáció
- Konzultáció párokkal
- Család konzultáció
- Csoportos konzultáció

Egyéni konzultáció

- Intim témák esetében
szexualitás, bűntudat,
harag
- Depresszió

Hátrány: interperszonális
stratégiák nem
láthatók

Előny:

nagyobb odafigyelés
intenzívebb munka

Csoportos konzultáció

- szerhasználók, telj.gond.,
- pályakorrekció,
- étkezési probl.
- Szoc. készségek
minőségének javítása

Hátrány:

Kevés idő egy emberre

Előny:

szélesebb viselkedési
spektrum
megmutatkozás,
visszajelzés