

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

Если вы вдруг соберетесь на психологическую консультацию, что довольно здоровое решение, вам будет полезно знать базовую информацию. Я ходила 3 раза в Москве бесплатно, так как здесь есть льготы студентам.

Перед тем, как идти к психологу, важно знать, как проходит сама консультация.

При первой встрече консультант обязан предоставить информацию о своей квалификации. Далее - о продолжительности сеанса и порядке оплаты. Вместе с консультантом вы должны выяснить цель и целесообразность вашего посещения. Он должен предупредить вас о рисках временного ухудшения состояния в процессе консультирования. И самое главное - конфиденциальность. Консультант не имеет права использовать информацию, предоставленную вами для иных целей.

Правила консультирования:

- 1) Консультант помогает клиенту в режиме РЕАЛЬНОГО ВРЕМЕНИ, т.е. за изменения, произошедшие после консультации, консультант ответственности не несет;
- 2) Консультант оказывает содействие, а ни в коем случае не берет на себя полную или частичную ответственность за решение проблем клиента;
- 3) Проблемы клиента решаются таким образом, что инициатива и ответственность за результат должны принадлежать клиенту;
- 4) КОНСУЛЬТАНТ РАБОТАЕТ ВОПРОСАМИ, А НЕ ОТВЕТАМИ.

Я постаралась вкратце описать базовые правила психологической консультации.

Главное напутствие перед походом: НЕ ЖДИТЕ, ЧТО ПСИХОЛОГ ЗА ВАС РЕШИТ ВСЕ ВАШИ ПРОБЛЕМЫ. Он не имеет права брать на себя такую ответственность. Его задача состоит в том, чтобы помочь вам самостоятельно найти выход из положения и самому ответить на все ваши вопросы. Потому что на самом деле вы все и так знаете, просто не догадываетесь :)