

### **Особливості психологічного консультування підлітків.**

Консультування підлітків здійснюється відповідно до загальноприйнятої схеми консультації:

- Встановлення контакту з підлітком;
- Запит підлітка: опис труднощів і бажаних змін у собі, конкретних людей, ситуації;
- Діагностична бесіда: пошук причин труднощів;
- Інтерпретація: словесно висловлена гіпотеза консультанта про можливі причини труднощів підлітка;
- Реорієнтація: спільне вироблення конструктивних способів подолання труднощів.

Встановлення контакту традиційно здійснюється через об'єднання консультанта з підлітком за допомогою вербальних і невербальних засобів. Діагностична бесіда з підлітком найбільш ефективна із застосуванням ряду проєктивних методик, таких як «Неіснуюча тварина», «Малюнок сім'ї», «Сім'я тварин», «Ранній спогад».

Етап інтерпретації є одним з найважчих, оскільки вимагає від консультанта вміння передати своє бачення причин труднощів так, щоб підліток зумів зрозуміти і прийняти його. Найбільш ефективним і безпечним для підлітка є не пряме сполучення гіпотези, а непряме - з використанням методу «аналізу чужих проблем». Непряме пред'явлення проблеми дозволяє консультанту опертися на активність самого підлітка, а підлітку - сформулювати проблему на своїй мові і самому визначити глибину занурення в неї.

Етап реорієнтації припускає, перш за все, не пошук способів порятунку від проблеми, а напрям її у конструктивне русло, тобто знаходження її навчального впливу, наприклад, за допомогою методики «Кіт у чоботях».

Іноді важливим і корисним є переклад проблеми «з пасиву в актив», тобто

створення умов, в яких підліток допомагає одноліткам, які мають аналогічні проблеми.

Батькам підлітків, так само як і їх дітям, потрібна психологічна підтримка. Консультування батьків обумовлено нерозумінням ними змін, що відбуваються в підлітку. Батьки хочуть отримати допомогу самим собі, не бачачи потреби в наданні допомоги своїй дитині і своїй ролі в цьому. Консультанту по можливості потрібно переконати батьків, що основа їх допомоги - не будь-які дії щодо зміни підлітка у відповідності зі своїм еталоном, а відкрите вираження своєї любові до нього.

Консультанту також потрібно показати батькам необхідність і можливість задоволення ними потреби в саморозкритті у їх підлітка, оскільки вона далеко не завжди задовольняється в спілкуванні з однолітками. Необхідно допомогти батькам розібратися з правами та обов'язками підлітка, направити їх зусилля на формування самостійності в усіх основних життєвих сферах. Це можливо з використанням методу «Чужі оповідання». Підлітковий вік надає батькам останню можливість для налагодження емоційного контакту зі своєю дитиною.

Необхідно, щоб батьки скористалися такою можливістю, інакше їх батьківство втратить всякий сенс, пізніше стане причиною різного роду страждань, відчаю від того, що пізно що-небудь змінити. Тому батькам особливо важливо при спілкуванні з підлітком перейти на партнерські відносини, поважати його особистість прагнення бути дорослим.

#### **Список використаних джерел.**

1. Хухляєва О. В. Основи психологічного консультування та психологічної корекції. – М.: Вид. Центр «Академия», 2006
2. Співаковська А.С. Як бути батьками. Психологія батьківської любові. - М., 1986.
3. Психологія підлітка / Під. ред. Реана А.А. - СПб.: Прайм-Евронік, 2007.