

16. Чебыкин А. Я. Проблема эмоциональной устойчивости : [монография] / А. Я. Чебыкин / – Одеса : Південноукр. пед. ун-т ім. К.Д. Ушинського, 1995. – 195 с.

17. Шимко В. А. Професійне спілкування правоохоронців в особливих умовах : комунікативні стратегії / В. А. Шимко // Вісник КНУ ім. Т. Шевченка. Серія : Військово-спеціальні науки. – 2010. – Вип. 24. – С. 68–71.

18. Perlman В. Burnout : Summary and Future and Research / В. Perlman, E. A. Hartman // Human relations. – 1982. – Vol. 35 (4).

## УДК 159.9

*Афанасьєва Н.Є., к. психол. наук, доцент, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах НУЦЗУ*

### СТРУКТУРНА МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ФАХІВЦІВ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФІЛЮ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті обґрунтована структурна модель психологічного консультування фахівців екстремального профілю діяльності, з урахуванням їх особливостей. Етапи: встановлення контакту, вирішення організаційних питань; формування внутрішньої мотивації; збір інформації про клієнта; ідентифікація альтернатив; реалізація рішення та визначення результативності.

*Ключові слова:* психологічне консультування, фахівці екстремального профілю, структурна модель.

В статье обоснована структурная модель психологического консультирования специалистов экстремального профиля деятельности, с учетом их особенностей. Этапы: установление контакта; формирование внутренней мотивации; сбор информации о клиенте; идентификация альтернатив; реализация решения и определение результативности.

*Ключевые слова:* психологическое консультирование, специалисты экстремального профиля, структурная модель.

**Постановка проблеми.** Під структурою психологічного консультування розуміється сукупність технічних етапів, які проходять консультант і клієнт у процесі консультування [2]. Ці технічні етапи не мають жорстких меж і являють собою умовний розподіл, мета якого – розуміння всього процесу консультування, а не вказівка на точне дотримання встановленого алгоритму дій.

Кожен з етапів має свої відмінні особливості:

- специфічні цілі й завдання;
- часові аспекти;

- прийоми і техніки роботи консультанта, особливості його поведінки;
- особливості поведінки та стану клієнта;
- рівень емоційної наповнюваності та глибина почуттів.

Свою структуру має як весь процес консультування у цілому, що припускає динаміку зустрічей на початку, в середині, і в кінці консультування, так і кожна окрема сесія всередині консультування.

Аналіз професійної діяльності, професійно-важливих якостей особистості, травматичного досвіду і т.п. дозволив нам визначити специфіку консультування фахівців екстремального профілю діяльності. У найзагальнішому вигляді це: ускладнений процес встановлення консультативного контакту та складання контракту, опір процесу консультування загалом, низька рефлексивність, особливості запитів і мотивів звернення за допомогою, гендерний аспект, низька готовність до прийняття інтерпретацій, амбівалентність почуттів і/або алекситимія і т.д. Все це висуває особливі вимоги, як до процесу консультування, так і до особистості консультанта. І відповідно вимагає розробки спеціалізованої структурної моделі психологічного консультування даної категорії клієнтів.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Існує кілька підходів у визначенні та структуруванні простору психологічного консультування. Виділяються наступні моделі структури психологічного консультування [2; 3; 5]:

- еkleктична модель Р. Кочюнаса;
- чотирьохступінчаста модель;
- шестикрокова модель А. Блазера.

*Еkleктична модель* включає в себе наступні технічні етапи:

- ✓ етап дослідження проблем клієнта, що передбачає:

встановлення контакту з клієнтом, або рапорта, який визначається як приєднання консультанта до клієнта через відображення його емоцій, поведінки, жестів, особливостей мовлення тощо, що відбувається, як правило, на інтуїтивному рівні; формування клімату обопільної довіри; підтримку і емпатію з боку консультанта і відсутність критики, заохочення клієнта на вираження почуттів і поглиблений розгляд проблеми їм самим;

- ✓ етап двовимірного визначення проблем, що включає:

уточнення різних аспектів проблеми клієнта до розуміння суті проблеми консультантом і клієнтом з однієї точки зору, тобто консультант повинен зрозуміти проблему клієнта так, як сам клієнт сприймає її, і не вносити в це розуміння своїх інтерпретацій і гіпотез; визначення проблеми конкретним поняттям, фразою, щоб клієнт погодився з таким визначенням; у разі виникнення труднощів у точному визначенні проблеми – повернення на стадію уточнення і прояснення;

✓ етап ідентифікації альтернатив, що включає:

обговорення всіх можливих альтернатив вирішення даної проблеми спільно з клієнтом; спонукання клієнта до самостійного продукування альтернатив, ненав'язування власних рішень проблеми;

✓ етап планування, що містить:

порівняння, аналіз і критичну оцінку обраних рішень з точки зору попереднього досвіду клієнта і його внутрішньої, суб'єктивної та об'єктивної готовності до їх здійснення; усвідомлення складності та неможливості вирішення деяких проблем; складання плану реалістичного вирішення проблеми; розробку способів прогнозування результату проблеми при застосуванні того чи іншого рішення;

✓ етап діяльності, що включає:

попередню реалізацію обраного плану дій; урахування і аналіз всіх можливих факторів, здатних вплинути на результат дій клієнта: різні обставини, часові та емоційні витрати; обговорення можливості часткової або повної невдачі й способів реагування і дій клієнта у цьому випадку, підведення клієнта до усвідомлення невдачі як не кінцевого результату намічених дій, а можливості отримати зворотній зв'язок і змінити, скоригувати намічений план дій;

✓ етап оцінки і зворотного зв'язку, що включає:

оцінку клієнтом спільно з консультантом отриманого результату і рівня досягнення поставленої мети; узагальнення досягнутих результатів; аналіз поточної ситуації і в результаті ухвалення рішення про завершення консультування або виявлення можливих глибших проблем і повернення на попередні стадії роботи.

*Чотирьохступінчаста модель* психологічного консультування включає в себе наступні технічні етапи:

- встановлення раппорта, «приєднання» консультанта до клієнта;
- ведення клієнта у напрямку вивчення і кристалізації проблеми;
- терапевтичне завершення, тобто формування у клієнта мотивації на вирішення проблеми.

*Шестикрокова модель А. Блазера* включає у себе наступні технічні етапи:

✓ етап встановлення рапорта, що характеризується:

«формуванням» довіри; частковим програванням психологом тієї ролі, якої чекає від нього клієнт; використанням цього прийому тільки на даному етапі;

✓ етап складання скарги, що включає:

аналіз типу скарги, запропонованої клієнтом: незрозумілої, складової (коли можна побачити окрему скаргу за загальним станом «все погано»), явної, прихованої; стратегію виявлення типу скарги клієнта, що включає: відображення консультантом істинного змісту скарги через рі-

зні прийоми у мові (резюме, перефразування, повторення фрази); відображення почуттів клієнта, але не з метою демонстрації емпатії, а з метою виявлення справжньої природи скарги та емоційних переживань, що лежать в її основі; вивчення установок клієнта, його світогляду, увага консультанта до того, як каже клієнт, як пояснює свою проблему, у чому бачить її причини та суть, кого або що звинувачує у виникненні цієї проблеми, яке оточення клієнта і ситуація у цілому;

✓ етап аналізу проблеми, що включає:

наявність хорошого рапорту між консультантом і клієнтом і атмосфери довіри, а в іншому випадку клієнт витіснить проблему та інтерпретації консультанта і замкнеться в собі; аналіз умов виникнення і протікання проблеми, емоційних, поведінкових реакцій, когнітивної складової клієнта;

аналіз історії виникнення проблеми, тобто час виникнення, тривалість протікання на даний момент, динаміка проблеми, як вирішувалася проблема клієнтом і вирішувалася вона взагалі до звернення за допомогою; функціональне значення проблеми для клієнта, навіщо вона йому потрібна, яка вигода міститься у проблемі, що в ній позитивного для клієнта; побудова гіпотез, їх перевірка та підтвердження; вербальна активність консультанта, використання різних питань, технік, спонукання клієнта до усвідомлення своєї проблеми;

✓ етап формулювання проблеми, що включає:

підведення клієнта до самостійного формулювання своєї проблеми через присутність у ній фрази «Я зрозумів», а не до пасивного сприйняття їм інтерпретацій консультанта; виявлення актуальної потреби клієнта після усвідомлення ним істинної суті своєї проблеми, використання питань типу «Чого ти тепер хочеш?», деталізація того, що конкретно хоче клієнт;

конкретне і чітке формулювання очікуваного результату, який повинен бути у сфері компетенції психолога;

✓ етап опрацювання проблеми, що включає:

«рух» клієнта у проблемі, розширення погляду на проблему, зміну ставлення до проблеми, пошук рішення або способу змін; використання різних методів і технік, які підходять для даного конкретного клієнта; перенесення результатів у реальність (мотивація клієнта на здійснення тих дій, які були задумані у процесі консультування); зворотний зв'язок з приводу результатів;

✓ етап завершення, характеризується «від'єднанням» клієнта у випадку позитивного для нього рішення проблеми, коли консультант дає зрозуміти клієнту, що він повинен тепер бути самостійним і обходитися без допомоги фахівця.

Представлені структурні моделі психологічного консультування (ПК) використовуються при роботі з клієнтами різних категорій, але при

консультуванні фахівців екстремального профілю діяльності необхідно використовувати іншу структуру. Опис і обґрунтування структурної моделі ПК для даного контингенту клієнтів і є **метою даної статті**.

**Виклад основного матеріалу.** Психологічне консультування фахівців екстремального профілю повинно мати системний характер, тобто це не поодинокі зустрічі, мета кожної з яких не дуже ясна і психологу, і клієнту, а деяка «єдина тканина», система, що має конкретну кінцеву і проміжні цілі. Виділення певних окремих етапів даного процесу є умовним і не вимагає чіткого слідування. У «живому» процесі спілкування з клієнтом якісь фази можуть бути пропущені, якісь тривати значно довше, ніж рекомендується теоретиками-психологами, якісь мати настільки своєрідний характер, що їх складно ідентифікувати, як певний етап ПК.

Ми пропонуємо власну модель психологічного консультування фахівців екстремального профілю діяльності, що включає у себе:

I етап. Знайомство, встановлення контакту, вирішення організаційних питань.

II етап. Формування внутрішньої мотивації на отримання психологічної допомоги.

III етап. Психологічний «анамнез», збирання психологічної інформації.

IV етап. Обговорення альтернатив вирішення проблеми.

V етап. Реалізація обраної альтернативи у поведінці, діяльності, спілкуванні.

VI етап. Перевірка результативності ПК.

Розглянемо більш детально особливості протікання кожного з цих етапів.

Перший етап консультування фахівців ризиконебезпечних професій – первинне знайомство – встановлення контакту з людиною, яка приходить на консультацію, орієнтування її на спільну роботу, встановлення відносин довіри. Максимальні труднощі представляє для співрозмовників початок бесіди. На цьому етапі потрібно, перш за все, справити враження один на одного, прийняти задані умови спілкування і зняти емоційну напругу. Велику роль при встановленні контакту грає ефект «першого враження». Коли ми бачимо людину вперше, то відбувається так званий «перенос» – ми підсвідомо зараховуємо людину в розряд «приємних» або «неприємних», «хороших» або «поганих» для нас. У кожній людини є еталон, з яким ми порівнюємо всіх інших. Параметри, за якими ми оцінюємо людину при першому знайомстві, можуть бути абсолютно різними для різних людей: зовнішність, зріст, фігура, одяг, тембр голосу, запах, схожість з коханими (нелюбимими) людьми тощо. Для консультанта важливо, щоб перше враження не створило негативну установку на спілкування. У консультанта має бути мінімальний прояв

ефекту проекції на людей власних якостей, він повинен залишатися нейтральним, приймаючим, безоціночним.

На даному етапі відбувається попереднє знайомство, з'ясування наявності конфлікту (або так званих показань до консультування), встановлення спільної мови і загальної тематики обговорення. Готуючись до якого-небудь впливу з боку іншого, людина споруджує – часто неусвідомлено – ряд психологічних бар'єрів (захистів) між ним і собою: підвищені обережність, контроль за висловлюваннями. Таким чином, кожен заздалегідь страхує себе цими психологічними бар'єрами. І багато чого при першому спілкуванні залежатиме від того, наскільки консультанту вдасться подолати ці бар'єри. Досвід показує, що найкращим засобом тут є періодичне висловлювання своєї згоди з клієнтом і формування такої ж реакції з його боку. Доцільність саме згоди полягає у тому, що вона створює атмосферу, яка задовольняє клієнта, і сама по собі не містить елементів конфлікту, конфронтації. Згода завжди є тим, що очікується як бажане явище, здатне послабити напруженість і виключити протиріччя. Перше знайомство двох людей (навіть у тому випадку, коли не очікується прямого психологічного впливу) завжди викликає деяку настороженість, напругу. Зазвичай це породжується відсутністю інформації про ті стилі взаємодії, які будуть запропоновані партнером. Невідомою представляється і установка, яку той прийме, а також позиція і роль, обрані ним для спілкування. Саме тому напруга, що не сприяє відкритому спілкуванню, має бути знята.

Первинний контакт клієнта з консультантом може встановлюватися по-різному. Перша зустріч психолога і клієнта починається з встановлення передісторії звернення у консультацію. Зміст першого етапу становить аналіз доступної інформації, сукупності характеристик клієнта. Збір інформації починається ще до появи клієнта (якщо є така можливість).

Завдання психолога – визначити основні мотиви звернення, усвідомлюючи, що перший погляд, перше слово, перше питання – це ще не критерій оцінки мотиву чи мотивування (справжній мотив рідко усвідомлюється самим клієнтом до кінця консультації), а деклароване звернення – не обов'язково істинний запит. Психолог повинен допомогти перевести прихований, істинний запит у мовний план. Головною у взаємодії залишається професійна допомога, яку необхідно надати людині, яка звернулася для вирішення своєї проблеми.

Проблема клієнта може бути названа, кваліфікована, представлена у різних термінах, але, у кінцевому рахунку, у нього є власна позиція, з якої він розглядає життя. Немає необхідності оцінювати чи є вона адекватною, правильною у житті – важливо, що ця позиція не влаштовує клієнта і приносить йому певні страждання. В основі позиції лежать і когнітивна, раціональна складова, і емоційно-вольовий план та соціально-комунікативні компоненти.

Разом з тим кожен, хто приходить до психолога, відчуває тривогу і занепокоєння, викликані або невизначеністю проблеми, або невпевненістю у своїх силах, або зневірою в успіх і т.д. Тривога – емоційний стан, що виникає у ситуаціях невизначеної небезпеки і проявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій. В принципі тривога є нормальним станом для людини, що ризикнула відкрити факти власної біографії, свої внутрішні переживання незнайомій людині. Завдання першої зустрічі – закласти підстави для подальшого довірливого спілкування, важливою складовою якого є конфіденційність. Багато у чому саме брак справжньої психологічної близькості у життєвих контактах спонукає людину шукати компенсації «на стороні», зокрема у консультуванні з психологом. Правильне пояснення процесу консультування з особливим підкресленням повної залежності успіху від співпраці консультанта і клієнта коригує очікування клієнта і зменшує тривогу.

В основі консультування, безумовно, знаходиться довіра. Прояв консультантом поваги до проблем клієнта, щирої зацікавленості його турботами, виключення будь-якого несхвального слова, відсутність будь-яких прямих або провокаційних питань, а також спроб дати пораду або ще того гірше – виписати рецепт, неквапливе уважне вислуховування на тлі емоційної підтримки – все це дозволить уникнути всіляких захисних бар'єрів у клієнта. Незважаючи на те, що довіра й емоційна близькість є важливою умовою психологічної допомоги, відносини між психологом і клієнтом спочатку обмежені професійними рамками, що роблять неможливим вступ в особисті або подвійні стосунки, тобто які-небудь інші взаємини між психологом і клієнтом крім консультативних відносин.

Перший етап одночасно є і етапом встановлення організаційної визначеності. Організаційні питання можна вирішити після первинного позначення проблеми клієнтом, у той момент, коли може виникнути питання: «Чи маєте ви намір працювати зі мною? Що взагалі мені робити?». Після формулювання первинного запиту, коли приблизно стає зрозумілим зміст і обсяг взаємодії, з клієнтом обумовлюються хід і тривалість консультацій, кількість зустрічей, перелік завдань, які необхідно буде виконати як на консультації, так і вдома. Треба сказати, що даний етап викликає особливі труднощі не тільки у новачка, а й у досвідченого психолога. І це цілком природно, оскільки клієнт хоче вирішити свою проблему якомога швидше, частіше всього за одну зустріч. Передісторія звернення, емоційний стан клієнта і його установка на консультацію відіграють важливу роль на даній стадії. Зазвичай (саме так можна сказати клієнту) консультація складається з декількох етапів: перший – припускає первинне ознайомлення з проблемою, другий – полягає у розгортанні консультативної роботи, у більш глибокому осмисленні проблеми, третій – аналітичний етап, який одночасно може включати у себе роботу з іншими членами сім'ї або близькими клієнта, четвертий – заключний

етап, визначає засоби, напрямки для подолання ситуації, що склалася.

Відразу ж необхідно обумовити виконання завдань клієнтом, наприклад повідомити, що в консультуванні передбачається виконання ряду завдань (домашніх і при зустрічі), які допоможуть знайти найбільш ефективні шляхи вирішення ситуації. Завдання повинні виконуватися вчасно і ґрунтовно, інакше вся робота просто не матиме сенсу. Цей момент також викликає значний опір даної категорії клієнтів. Вони не мають навичків внутрішньої роботи над своїми проблемами і віддають перевагу більш «легким» шляхам вирішення сформованих в їх житті напружених, конфліктних, складних ситуацій. Тому особливу увагу слід приділити другому етапу ПК.

Завданням другого етапу консультування є формування установки на розвиток, зміну, на внутрішню роботу. Установка – готовність, схильність суб'єкта, що виникає при передбаченні їм появи певного об'єкту і забезпечує стійкий цілеспрямований характер перебігу діяльності по відношенню до даного об'єкту [4]. Клієнт звертається до психолога зі своєю, не завжди адекватною установкою, тобто з певним знанням, що таке психологія і хто такий психолог. Своє знання він, так чи інакше, привносить у процес консультування і реалізує по відношенню до психолога.

Як правило, у клієнта присутня установка на отримання допомоги у «готовому вигляді» у тій чи іншій формі, а завданням психолога є сформулювати орієнтування на зміни, активність і роботу по самозміненню. Так чи інакше, емоційний стан і установка є невід'ємними складовими передісторії клієнта.

На даній стадії відбувається спільне уточнення змісту запиту. Іншими словами, людина яка прийшла на консультацію, намагається пояснити причину свого приходу, дати мотивування. Після того як клієнт зміг коротко пояснити, що змусило його прийти до психолога, останній організовує бесіду, в ході якої з'ясовуються основні особливості ситуації, що склалася і можливості побудувати ці особливості у причинну послідовність. Слід звернути увагу, що у випадку з консультуванням фахівців екстремального профілю діяльності часто прихід до психолога є «добровільно-примусовим». Якщо клієнт приходить не з власної ініціативи, велика ймовірність його опору консультуванню, оскільки сам клієнт не бачить сенсу у зверненні до психолога. Це істотно ускладнює процес взаємодії і змінює структуру ПК. Оскільки додається етап зі створення стійкої внутрішньої мотивації клієнта на отримання психологічної допомоги.

Важливим кроком роботи з будь-яким клієнтом є вивчення його психологічного анамнезу. Іншими словами, психолог повинен виявити джерела, фактори і механізми, що зробили найбільш істотний вплив на виникнення даної проблеми, актуальної ситуації, емоційного стану, про-



стежити причинно-наслідкові зв'язки недавніх і віддалених подій, врахувати специфіку життєдіяльності та її реальні умови на даному етапі.

Тут проводиться робота з особистісним матеріалом клієнта: переживаннями, відносинами, почуттями, снами, ціннісними смислами тощо. Це простір для виникнення і прояву специфічних психологічних феноменів, властивих консультативній роботі.

Розв'язувані консультантом завдання:

- забезпечення емоційного відреагування;
- опрацювання і символічне задоволення тих чи інших фрустрованих потреб;
- створення умов для інсайту і катарсису;
- підкріплення бажаного напрямку дій (перенавчання);
- аналіз при необхідності явищ переносу і контрпереносу;
- забезпечення умов для глибокої особистісної рефлексії та проживання ситуації вільного і відповідального вибору і т.д.

З боку клієнта ця стадія характеризується надзвичайно напруженими і насиченими переживаннями, великою кількістю особистісного матеріалу, спливаючого у всьому своєму різноманітті під час і в проміжках між консультативними бесідами. Критеріями успішного проходження даного етапу можуть служити спонтанно виникаючі почуття полегшення і подяки.

Слід звернути особливу увагу на розуміння проблеми клієнтом, на ймовірні причини її виникнення, на спроби вирішити цю проблему, пов'язані з нею труднощі і супутні фактори. Консультант повинен дозволити клієнту вільно розповідати. Не слід переривати клієнта і показувати свою особисту згоду або незгоду, необхідно уникати висміювання і приниження клієнта, проявляти свої симпатії (швидше клієнт повинен відчувати емпатію консультанта), не треба пропонувати поспішні інтерпретації та висновки.

Консультант не повинен наполегливо спонукати клієнта «розповісти все». Якщо ми якимось способом змушуємо клієнта розповісти про своє життя, відносини, почуття більше, ніж він готовий, то в інший раз клієнт може не прийти, відчуваючи тривогу, провину і сором через зайву відвертість з чужою людиною.

Одним із завдань, що стоять перед консультантом на даному етапі, є розвиток рефлексії клієнта, оскільки без неї ефективного проходження цієї стадії ПК не представляється можливим. У виділеній і аналізованій нами категорії клієнтів здатність до рефлексії розвинена недостатньо.

Ми дотримуємося точки зору, що рефлексія можлива завдяки двом процесам: інтроспекції і децентрації. У результаті інтроспекції суб'єкт відзначає у собі ті чи інші зміни у протіканні психічних процесів або переживань, але не завжди може зробити висновок, який дозволить йому дізнатися щось нове про себе, про своє психічне життя. Для отри-

мання нового знання інтроспекція повинна бути доповнена іншим психічним процесом, яким є децентрація. Сплав інтроспекції з децентрацією і є той феномен, який позначається терміном «рефлексія» [1].

Децентрація розуміється нами у двох аспектах. У своєму першому аспекті децентрація може бути виявлена вже у визначенні особистісної рефлексії: рефлексія – дослідження самою людиною своєї афективно-потребової сфери, що виникає тільки у процесі спілкування, причому в основному у конфліктних ситуаціях [1].

Інший аспект децентрації може бути виявлений при порівнянні своїх переживань з наявними уявленнями про самого себе. Тут децентрація виступає як процес, здійснюваний у часовому просторі особистості.

Таким чином, рефлексія здійснюється суб'єктом у таких відносинах, де на об'єкт спрямовані прагнення суб'єкта й існує стійкий у часі внутрішній зразок цих відносин. Рефлексія – процес і результат реконструкції суб'єктом об'єктних відносин, де результатом є підтвердження існуючих і поява нових знань про себе. У такому розумінні розвиток рефлексії є метою і невід'ємним результатом психологічного консультування.

На етапі виділення та обговорення альтернатив вирішення проблеми (Р. Кочюнас) з'ясовуються і відкрито обговорюються можливі альтернативи вирішення проблеми. Користуючись відкритими питаннями, консультант спонукує клієнта назвати всі можливі варіанти, які той вважає підходящими і реальними, допомагає висунути додаткові альтернативи, але не нав'язує своїх рішень. Під час бесіди можна скласти письмовий список варіантів, щоб їх було легше порівнювати. Слід знайти такі альтернативи вирішення проблеми, які клієнт міг би використовувати безпосередньо [2].

На етапі реалізації обраної альтернативи відбуваються особистісні трансформації клієнта і спроби виробити інший, більш конструктивний, ефективний, позбавлений страждань спосіб життя, вільний від колишніх помилок і проблем. Клієнт переводить своє нове розуміння себе і світу в простір дій, діяльності, формує і формулює нові мотиви і цілі, нові життєві цінності і стратегії, випробовує нові почуття і усвідомлює їх, переживає відчуття подолання колишніх перешкод, знаходження виходу і – водночас – сумніви, бажання підтримки, потребу зрозуміти і переробити свій досвід. В ідеалі це етап розставання з собою колишнім і повернення до «справжнього Я».

На етапі перевірки результативності психологічного консультування оцінюються рівень досягнення мети (ступінь вирішення проблеми) і узагальнюються досягнуті результати. Для клієнта завершальна стадія спільної роботи досить важка. Труднощі ці пов'язані і з припиненням емоційно насичених відносин, коли людина відчувала себе захищеною, і з певним страхом входження у «справжнє» життя, де неможливо буває переграти ще раз ситуацію і де у людини часто немає ні-

якої страховки. Адже цінність відносин з психологом у тому і полягає, що вони – самостійна цінність і являють собою «розкіш людського спілкування», далеко не завжди досягну в житті, а в чистому, цілющому, нічим не замутненому вигляді можливі тільки у ситуації психологічної допомоги. Зрозуміти побоювання клієнта, вселити впевненість у нього, вказати на те, що у разі необхідності він може розраховувати на кілька підтримуючих зустрічей – така схема завершального етапу. Вчасно звільнити життєвий простір клієнта від себе – одне з професійно важливих завдань психолога на останньому етапі ПК.

**Висновки і перспективи подальшого дослідження.** Психологічне консультування у процесі свого розвитку проходить ряд послідовних етапів, які характеризуються своїми завданнями, цілями і процедурами. Етапи психологічного консультування – послідовні кроки проведення, розраховані на досягнення окремих цілей консультування, які переслідуються в його процесі.

Аналіз психологічних особливостей фахівців екстремального профілю як суб'єктів психологічного консультування дозволив нам створити структурну модель психологічного консультування клієнтів даної категорії. До виділених нами етапів відносяться: знайомство, встановлення контакту, вирішення організаційних питань; формування внутрішньої мотивації на отримання психологічної допомоги; збір інформації про клієнта; ідентифікація альтернатив вирішення проблеми; реалізація обраної альтернативи та визначення результативності психологічного консультування.

На наступному етапі нашого дослідження будуть проаналізовані та визначені основні механізми психологічного впливу та техніки психологічного консультування, найбільш ефективні при роботі з фахівцями ризиконебезпечних професій.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь : теория и практика / Бондаренко А. Ф. – Изд. 4-е, испр. и доп. – К. : «Освіта України», 2007. – 332 с.
2. Кочюнас Р. Психологическое консультирование / Кочюнас Р. – М. : Академический проспект, 1999. – 240 с.
3. Лысенко Е. М. Индивидуальное психологическое консультирование : [крат. курс лекций] / Е. М. Лысенко, Т. А. Молодиченко. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. – 159 с.
4. Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование / Меновщиков В. Ю. – 2-е изд. стереотипное. – М. : Смысл, 2000. – 109 с.
5. Немов Р. С. Основы психологического консультирования : [учеб. для студ. педвузов] / Немов Р. С. – М. : ВЛАДОС, 1999. – 394 с.