WHO/ADH/93.3
Оригинал: английский
Распространение: общее

Обучение навыкам консультирования

подростков по вопросам сексуальности и репродуктивного здоровья

Пособие для ведущего

Программа здоровья подростков • Отдел охраны здоровья семьи
Всемирная организация здравоохранения

Женева, Швейцария
Август 2001 г.

© Всемирная организация здравоохранения

Этот документ не является официальной публикацией Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), но все права, связанные с ним, сохраняются за ВОЗ. Тем не менее, при наличии соответствующих ссылок, этот документ можно свободно рецензировать, реферировать, перепечатывать и переводить на любой другой язык частично или полностью, но не для продажи или других коммерческих целей.

Ответственность за взгляды, выраженные перечисленными авторами, несут только сами авторы.

WHO/ADH/93.3
Распространение: общее

ОБУЧЕНИЕ НАВЫКАМ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПОДРОСТКОВ ПО ВОПРОСАМ СЕКСУАЛЬНОСТИ И РЕПРОДУКТОВНОГО ЗДОРОВЬЯ: ПОСОБИЕ ДЛЯ ВЕДУЩЕГО

СОДЕРЖАНИЕ

Выражение благодарности . . . . . .

Предисловие . . . . . .

Введение . . . . . .

Подготовка к проведению семинара . . . . . .

День 1

G Церемония открытия семинара . . . . . .

G Начало работы семинара . . . . . .

G Задачи семинара (G2) . . . . . .

G Методология семинара (G3). . . . . .

G Темы семинара (G4) . . . . . .

A Сексуальность и репродуктивное здоровье (A1) . . . . . .

B Психодинамика консультирования (B1) . . . .

C Микронавыки коммуникации (C1) . . . . . .

A Подход ВОЗ к охране репродуктивного здоровья в подростковом возрасте . . . . . .

B Психодинамика консультирования, направленного на изменение поведения (B2-B4) . . . . . .

C Обзор коммуникационных микронавыков консультирования (C2) . . . . . .

G Правила ролевой игры (G14) . . . . . .

День 2

A Половое созревание и сексуальное поведение . . . . . .

B Первичное интервью (B5-B6) . . . . . .

C Навыки ведения беседы (C3) . . . . . .

C Поощрения (C4) . . . . . .

День 3

A Сексуальность и репродуктивное здоровье . . . . . .

A Трудности, связанные с проявлением сексуальности . . . . . .

Сексуальная ориентация . . . . . .

Половые дисфункции . . . . . .

Девиантное сексуальное поведение . . . . . .

Сексуальное насилие . . . . . .

B На что следует обращать внимание при консультировании . . . . . .

C Отражение фактов/ощущений, обобщение и вербальное следование . . . . . .

День 4

A Последствия незащищенного полового контакта (A11-A12) . . . . . .

Предупреждение нежелательной беременности . . .

B Трудные моменты при консультировании (1) (B8) . . . . .

B Консультирование подростков в присутствии членов семьи (B10-B12) . . . . . .

C Искусство задавать вопросы/фокус/время (C8) . . . . . .

День 5

A Последствия незащищенного полового контакта (A11-A12) . . . . . .

A Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП) . . .

B Профилактика ИППП, включая ВИЧ-инфекцию . . . . . .

B Подготовка (B14-B17) и характеристика консультантов (B13) . . . . . .

B Трудные моменты при консультировании (2) (B9) . . . . .

B Завершение консультирования и его оценка (G15) . . .

C Интеграция навыков . . . . . .

G Проведение интервью после прохождения обучения (Отработка навыков в триадах) . . . . . .

G Анкета для оценки семинара (G16) . . . . . .

G Возможные последующие действия (G17) . . . . . .

Факультативно

B Совместное консультирование (B18-B19) . . . . . .

B Консультирование супружеских пар (B20) . . . . . .

ВЫРАЖЕНИЕ БЛАГОДАРНОСТИ

При составлении этого документа использовалось множество разных источников информации, в основу которой положены главным образом не печатные материалы, а конкретный эмпирический опыт специалистов. Мы особенно признательны покойному д-ру Brian Wijesinghe, бывшему руководителю Отдела психологии округа Волтхэм Форест и Редбридж (Соединенное Королевство), и д-ру Deirdre Gleeson из Психотерапевтической клиники района северо-восточной Темзы (Соединенное Королевство) за то, что они поделились своими знаниями и опытом в оказании помощи людям, которые сталкиваются с проблемами психологического плана. Помощь д-ра Davla Hedlund, доцента кафедры консультирования при Корнеллском университете (США), была особенно конструктивной при написании Раздела С настоящего документа «Микронавыки коммуникации при консультировании», содержание которого частично основано на работах Allen E. Ivey из Массачусетского университета (США).

Методом, о котором идет речь в данном пособии, еще с 1986 г. пользуются участники из более чем 60 стран мира, особенно из развивающихся стран. Их опыт и результаты оценки используемых методик сыграли значительную роль в совершенствовании предложенного метода. Эти люди непосредственно работают среди молодежи и в секторах здравоохранения во взаимодействии с неправительственными организациями, деятельность которых связана с направлениями работы Всемирной ассамблеи молодежи и Международной федерации регулирования численности народонаселения, а также в области общественного здравоохранения и смежных секторах.

По настоящее время в работе семинара принимали участие представители следующих стран и территорий: Ангилья, Антигуа, Аргентина, Багамские острова, Бангладеш, Барбадос, Белиз, Болгария, Ботсвана, Бразилия, Вануату, Венгрия, Венесуэла, Виргинские острова (США), Гайана, Гонконг, Гренада, Замбия, Западное Самоа, Зимбабве, Индия, Индонезия, Ирландия, Кения, Китай, Колумбия, Куба, Маврикий, Малайзия, Мальдивы, Мексика, Монтсеррат, Намибия, Непал, Невис, Новая Зеландия, Пакистан, Польша, Португалия, Румыния, Сейшельские острова, Сент-Винсент, Сент-Китс, Соломоновы острова, Союз Советских Социалистических Республик (бывший), Суринам, Танзания, Таиланд, Тонга, Тринидад и Тобаго, Тувалу, Турция, Уганда, Уругвай, Фиджи, Филиппины, Шри-Ланка, Чили, Югославия (бывшая) и Ямайка.

Особые слова благодарности обращены к Фонду ООН для деятельности в области народонаселения (ЮНФПА) за оказанную им поддержку при подготовке к печати данного пособия и проведение семинаров, на материалах

которых оно основано, что является неотъемлемой частью наших совместных усилий по укреплению здоровья подростков. Ответственность за взгляды, изложенные в этом документе, несет Программа здоровья подростков, Отдел охраны здоровья семьи, Всемирная организация здравоохранения.

Д-р Herbert L. Friedman
Руководитель, Здоровье подростков
Отдел охраны здоровья семьи

ПРЕДИСЛОВИЕ

Начиная с середины 70-х годов при поддержке ЮНФПА ВОЗ принимает активное участие в деятельности по укреплению здоровья подростков, в частности их репродуктивного здоровья. В период с 1990 по 1999 гг. по линии Программы здоровья подростков был разработан интегрированный подход к вопросам оздоровления и развития подростковой части населения. Соответствующие мероприятия проводятся в сотрудничестве с другими неправительственными молодежными организациями. Повышенный интерес к отрочеству, как к весьма ответственному периоду в жизни человека, возник под влиянием ряда важных факторов.

Более половины населения мира это люди моложе 25 лет, причем 80% из них проживают в развивающихся странах. Такие положительные сдвиги и возможности в области охраны здоровья, как иммунизация, наличие чистой воды и средств санитарии, позволили уделять более пристальное внимание проблемам здоровья, в большей степени связанным с характером поведения, а не с последствиями пассивно приобретаемых инфекций. На современном этапе растет осознание той роли, которая принадлежит стереотипам поведения с точки зрения здоровья и продолжительности жизни. Основная доля таких стереотипов поведения закладывается еще в детском и подростковом возрасте.

К изменившимся социальным условиям, которые, в свою очередь, привели к изменениям в сексуальном поведении и во взаимоотношениях среди молодежи, можно отнести следующее: активизацию процесса урбанизации; раннее половое созревание при более позднем возрасте вступления в брак; стремительное распространение информации через СМИ среди приверженцев различных культурных ценностей; а также разрушение устоев расширенной и нуклеарной семьи. Все большее число молодых людей вступают в половую жизнь в раннем возрасте и не всегда предохраняются от беременности или инфекции.

Такие изменения в поведении влекут за собой новые связанные со здоровьем проблемы. При этом наблюдается обострение не только существовавшей ранее проблемы – беременности и деторождения в слишком раннем возрасте девушек, выходящих замуж молодыми, – но и многих других проблем, возникающих вследствие незащищенных половых контактов. Речь идет о болезнях, травмах и гибели среди детей и молодых матерей, которые забеременели и родили ребенка слишком рано или перенесли аборт; бесплодии по причине инфекций, передаваемых половым путем (ИППП), и небезопасных абортов, а также инфекции, вызванной вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ) и возможной последующей смерти от СПИДа. Кроме того, материнство в подростковом возрасте, как правило, означает прекращение процесса

образования, профессиональной подготовки и сужение экономических возможностей для развития девушки-подростка вне дома. Зачастую матери-подростки не в состоянии адекватно растить ребенка и обычно лишены поддержки со стороны отца ребенка, который сам может быть подростком.

Стереотипы поведения, обусловливающие эти проблемам, обычно могут контролироваться самим человеком, хотя и может возникать немало ситуаций или обстоятельств, вынуждающих человека вести себя именно таким образом. В большинстве своем подростки располагают вполне реальными возможностями для принятия самостоятельных решений и выбора модели поведения, чтобы обеспечить защиту своего здоровья. Основная масса молодых людей имеет полное представление о принятых в обществе нормах моральных и культурных ценностей; они, как правило, знают, что от них хотят взрослые. Однако часто на первом месте оказываются личные запросы и другие примеры для подражания. В зависимости от своего возраста и уровня развития они не всегда способны предвидеть последствия своего поведения и принимать для себя безопасные решения. Консультирование, способствующее общему развитию подростков, поможет им разобраться в своих чувствах и мыслях и принимать более взвешенные решения. Тем не менее, во многих сообществах «консультирование» носит крайне назидательный характер, т.е. консультант говорит подростку о том, что тот должен делать. Такая форма консультирования вряд ли способствует развитию или укреплению потенциала подростка, чтобы последний мог в дальнейшем успешно преодолевать на своем пути и другие трудности. Если подросток чувствует, что его начинают упрекать или относиться к нему, как к ребенку, то у него может возникнуть даже обратная реакция. Неназидательная манера консультирования, помогающая молодым людям принимать самостоятельные решения, имеет в перспективе более важное значение, и именно такую форму общения удалось предложить специалистам ВОЗ, работающим по Программе здоровья подростков.

Одна из основных проблем, препятствующая эффективному консультированию, заключается в том, что взрослые (или другие молодые люди), которые по роду своей деятельности занимаются консультированием, не обладают достаточными знаниями в вопросах сексуальности и сталкиваются с трудностями при обсуждении этой тематики с подростками. Существует весьма ограниченное число служб, отвечающих особым потребностям подростков. Молодые люди, как правило, не обращаются в эти службы за помощью лишь только потому, что нередко считают, что не являются желанными гостями и будут неправильно поняты. Если же они все-таки обращаются за помощью, то, по сравнению со взрослыми, это происходит слишком поздно для оказания им эффективной помощи, позволяющей улучшить статистику предотвращаемых причин смерти, болезней и травм, особенно связанных с незащищенным половым контактом. Лица, предоставляющие эти услуги, часто недооценивают, что оказание помощи молодым людям в принятии ими самостоятельных решений (а не в принятии решений вместо них) будет более результативным и будет носить более устойчивый характер. В течение недельного учебного семинара, продолжительность которого, по мере необходимости, может быть увеличена, курс обучения по навыкам консультирования, о которых говорится в

данном руководстве, сочетает в себе приобщение слушателей к информации о проявлении сексуальности и охране репродуктивного здоровья в подростковом возрасте, а также к методике проведения эффективного неназидательного консультирования с подготовкой по конкретным навыкам межличностного общения, особенно по навыкам слушания.

Тренинг такой продолжительности, каким бы интенсивным он ни был, сам по себе недостаточен для подготовки консультантов. Его можно использовать для укрепления знаний и навыков и расширения информированности тех, кто уже работает в качестве профессионального консультанта, а также для более глубокого ознакомления менеджеров и обучающихся с этой тематикой. Представляется важным систематически отслеживать результаты такого курса обучения, главным образом путем мониторинга и оценки его воздействия; передавать полученные знания другим специалистам путем планомерной организации аналогичных учебных семинаров; и по мере возможности развивать сеть консультаций для подростков на базе принципов эффективного консультирования. Во всех странах мира назрела необходимость в расширении доступности действующих служб для молодежи и создании многоотраслевых консультативных служб, которые отвечали бы конкретным потребностям молодых людей, являясь таким образом ценнейшим ресурсом для будущего всех сообществ.

ВВЕДЕНИЕ

НЕСКОЛЬКО СЛОВ О ДАННОМ РУКОВОДСТВЕ

Цель данного руководства – оказать помощь ведущим в проведении 5-дневного учебного семинара по навыкам консультирования в вопросах проявления сексуальности и охраны репродуктивного здоровья подростков. Руководство состоит из шести разделов. В первом разделе представлено описание подготовительных мероприятий, оборудования и помещений, необходимых для организации семинара. В каждом из последующих пяти разделов представлена типовая программа работы на день, включая, в том числе, ряд факультативных занятий, предлагаемых в заключительной части занятия. Если же включить в курс обучения такие факультативные занятия и предусмотреть дополнительное время для отработки практических навыков, то срок проведения тренинга можно вполне продлить до десяти рабочих дней. Помимо тематики общего характера, раскрываемой в начале и в конце семинара (G), каждый учебный день поделен на три логически следующих друг за другом части: (A) Сексуальность и репродуктивное здоровье; (B) Психодинамика консультирования; и (C) Микронавыки коммуникации при консультировании.

Каждый день семинара организован так, чтобы можно было поочередно обращаться к трем основным вопросам, а именно: в процессе дискуссии и ролевой игры участники уточняют потребности подростков и проблемы, связанные с проявлением их сексуальности и охраной репродуктивного здоровья (A); за этой частью следует обзор и обсуждение основных принципов психодинамики консультирования подростков, при этом участники особое внимание обращают на собственный практический опыт и культурную среду, в которой они работают, и приводят ряд примеров, смоделированных ведущими семинара и самими участниками (B); третья часть дня посвящена отработке основных слагаемых коммуникационных навыков при консультировании, когда участники используют трудности взаимодействия и коммуникации, о которых говорилось на утреннем занятии во время ролевых игр в группах из трех человек, называемых триадами (C). Таким образом, при сохранении неизменными общих принципов и приемов надлежащего консультирования во время всех семинарских занятий конкретные проблемы и условия будут заданы самими участниками и будут соответствовать культурным традициям их стран и специфике сообществ, в которых они работают.

По всему тексту учебного пособия приводятся ссылки на экспонируемые с помощью кодоскопа слайды, которыми можно воспользоваться для сопровождения презентаций и большей наглядности проводимых дискуссий. Одни слайды должны быть представлены полностью, тогда как другие служат вспомогательным материалом в выступлениях ведущего. Буквы (G, A, B или C) наряду с номером слайда приводятся в тексте в скобках. На слайдах, которые

рекомендуется демонстрировать участникам полностью, буквы написаны жирным шрифтом после названия слайда в тексте, например (**G2**), другие же слайды обозначены буквами, написанными обычным шрифтом, например (A2). Ссылки на слайды в тексте, относящиеся к предмету обсуждения, также даны (в скобках). При ознакомлении с текстом не обязательно обращаться к этим ссылкам, за исключением тех случаев, когда этого требует ведущий. Рекомендуемый порядок использования слайдов приводится в Предварительных заметках Приложения 1. В Приложении также имеются ксерокопии всех слайдов.

ПОДГОТОВКА К ПРОВЕДЕНИЮ СЕМИНАРА

Задачи обучения

Учебный семинар по навыкам консультирования представляется наиболее подходящим для двух типов аудитории: для тех, кто занимается предоставлением услуг для молодежи, или для тех, кто руководит, курирует или занимается обучением специалистов сферы обслуживания. Соответствующие услуги могут быть любого рода, где требуется личное участие, включая консультирование, наставничество, обучение или оказание клинических услуг. Особое внимание уделяется формированию навыков, которые содействуют нормальному развитию подростка, адекватному проявлению его сексуальности и охране репродуктивного здоровья, однако программа семинара может быть легко пересмотрена для включения в нее и других нужных тем, предполагающих соблюдение такого условия, как чуткое отношение к клиенту. Цели участия в семинаре, стоящие перед каждым участником, заключаются не только в том, чтобы получить представление и обсудить особые запросы подростков, связанные с проявлением их сексуальности и охраной репродуктивного здоровья, но и в том, чтобы глубже разобраться в чувствах и ощущениях клиентов-подростков посредством ролевой игры в условиях консультации.

Основная информация об участниках

Участники могут иметь любую специализацию, хотя лица с определенным уровнем подготовки по психологии и смежным дисциплинам обычно оказываются наиболее подготовленными для этой роли. Такие специалисты могут работать в государственных структурах или в неправительственных организациях и представлять любую из областей, имеющую прямое отношение к данному вопросу, например, здравоохранение, социальное обеспечение, молодежное движение, образование, религию, уголовное судопроизводство. Сами же участники могут быть довольно молодыми людьми, но в любом случае не моложе 18-ти лет, если речь идет о группе взрослых. Однако аналогичный семинар можно организовать только для подростков, которые могут выступать в качестве консультантов по работе со сверстниками.

Учебные семинары успешно проводились с аудиторией, представляющей различные культурные традиции, а также с участниками, специализирующимися по таким дисциплинам, как клиническая медицина, психология, образование и социальная работа. Семинар эффективно проводился на многих языках, хотя это было связано с дополнительными трудностями. Конечно же, тренинг такого рода представляется наиболее подходящим для представителей любой страны, которые занимаются организацией или оказанием услуг для молодежи.

Язык

Когда участники и ведущие не говорят на одном и том же языке, то слушатели должны достаточно хорошо владеть языком, на котором говорят ведущие, а отдельные представители должны достаточно свободно говорить на этом языке, чтобы разыгрывать ролевые игры в присутствии всей группы. Все же значительная часть практических занятий в составе триад (групп из 3-х человек) может проходить на родном языке участников. Однако в этом случае участники не смогут воспользоваться помощью ведущих при отработке практических навыков в триадах. Совершенно очевидно, что лучше, когда участники и ведущие свободно говорят на одном и том же языке, однако это не всегда возможно, и несмотря на это передача технологии все же может иметь место.

Подготовка участников к семинару

Участники должны заранее получить материалы с задачами семинара и информацией об использовании методов интерактивного обучения, например, ролевой игры. Их также следует поставить в известность, что речь пойдет о таких деликатных вопросах, как сексуальность, однако каких-либо личных откровений на этот счет от них не потребуется. Вместе с тем, разговор в течение недели вокруг тем, касающихся проявления сексуальности у подростков, может вызвать чувство неловкости у людей, которые испытывают определенные затруднения с собственной сексуальностью, и об этом участников следует уведомить заранее. В то же время семинар может помочь участникам глубже разобраться в особенно тонких вопросах, по поводу которых им следует в дальнейшем обратиться за помощью.

Очень важно предупредить участников о том, что они должны посещать все семинарские занятия, так как пропуски негативно скажутся на всех участниках. Случается так, что на занятиях не присутствуют некоторые из участников, которые работают в том же городе, где проводится семинар, – поэтому очень важно заранее провести беседу по этому вопросу. Следует позаботиться о том, чтобы обеспечить прибытие участников вечером накануне проведения семинара.

Численность участников семинара

Поскольку предполагается активное участие всех слушателей, то семинар оказывается наиболее результативным, если группа состоит из 21 участника (примерно равное число мужчин и женщин), а в состав ведущих входит, как минимум, два опытных специалиста. Исходя из определенных практических соображений, всех участников предстоит распределить по группам из трех человек (на триады), в которых каждый член группы поочередно принимает на себя роль консультанта, клиента и наблюдателя, – вот почему удобнее всего иметь число участников, которое делится на 3.

Характеристика ведущего

Хотя бы один из ведущих должен иметь богатый опыт в клинической психологии, профессиональном консультировании или психотерапии и обладать широкими познаниями психологии человека (особенно психологии развития). У ведущих должен быть опыт работы с молодежью, и в первую очередь они должны уважительно относиться к людям, представляющим различные культурные традиции, и уметь с ними работать.

Организация поездки

Лучше всего, если обеспечением проезда участников занимается одна организация. Если ожидается прибытие участников из других стран, то в их распоряжении должно быть не менее трех месяцев для решения визовых вопросов, в связи с чем им, как правило, необходимо иметь официальное письмо с приглашением. В письме должна содержаться следующая информация: цели семинара, сроки и место его проведения; просьба о том, чтобы участники прибыли не позднее вечера накануне; какие затраты берет на себя приглашающая сторона, и каким образом эти средства будут предоставлены; куда в случае необходимости следует обратиться за авиа- или железнодорожными билетами; подробная информация о размещении участников предоставляется в ходе работы семинара; и как проехать от вокзала до места проживания участников или места проведения семинара. (Эту информацию следует давать даже в том случае, если участников встречают, так как договоренность о встрече часто срывается). Билеты обычно приобретаются через бюро путешествий, если они оплачены организаторами семинара, однако лучше всего, если участники сами забронируют свои билеты через бюро путешествий.

По мере возможности следует предоставить транспорт для встречи авиарейсов, однако в любом случае участники должны заранее получить информацию о наиболее подходящих маршрутах местного транспорта. Обычно требуется подтверждение обратных рейсов, в связи с чем с самого начала работы семинара его организаторам следует собрать билеты участников для подтверждения (см. ниже День 1).

Размещение участников

Участников следует размещать либо в том же месте, где проводится семинар, либо рядом с ним и по мере необходимости обеспечивать их транспортом для поездок к месту семинара и обратно. При возможности участникам следует предоставлять одноместные номера. Как правило, сразу после прибытия участникам семинара желательно вручить программу его работы и снабдить их другой информацией, связанной с местом проживания.

Организация питания

В идеальном случае для участников семинара в середине дня следует организовать прием пищи в одном из пунктов общественного питания, расположенном недалеко от места проведения семинара. Это позволит сэкономить время и обеспечит своевременное возвращение участников на занятия после полудня. Следует помнить о том, что среди участников семинара могут быть люди, которые соблюдают особую диету, например, вегетарианцы. Ужин организовывать необязательно, за исключением той ситуации, когда участники проживают далеко от пунктов общественного питания, и тогда прием пищи необходимо обеспечить на месте. Снабжение чистой питьевой водой должно быть бесперебойным, равно как и наличие соответствующих санитарных удобств.

Перерывы обычно бывают в середине утреннего занятия и в середине послеобеденного занятия – в это время участникам подается чай, кофе или прохладительные напитки, а также легкая закуска. Лучше всего, если столы для этого накрывают рядом с залом, где проводятся занятия.

Расходы

Оплата расходов участников может осуществляться по-разному. Одни учреждения пользуются системой выплаты суточных, при которой участникам выдаются деньги для покрытия текущих затрат, тогда как другие оплачивают транспортные расходы, проживание и питание участников, а также выделяют им незначительные дополнительные средства. Важно помнить о том, что лицам, прибывающим из развивающихся стран, может заранее понадобиться твердая валюта для оплаты аэропортовых и консульских сборов и других расходов; к тому же из-за нестыковки авиарейсов участники будут вынуждены задержаться еще на один или два дня. Причитающиеся деньги должны выдаваться участникам в начале недели, чтобы последние не были стеснены в средствах в течение всего периода работы семинара. Все эти организационные моменты должны подробно разъясняться при обсуждении вопросов административного характера еще в начале работы семинара (см. ниже День 1).

Помещение и оборудование

Минимальные требования

1. Наличие расположенного в тихом месте просторного помещения, где можно расставить не менее 25-ти достаточно удобных и легко передвигаемых стульев, чтобы при необходимости поставить их полукругом (без каких-либо столов или ученических парт). Должно быть достаточно места для размещения примерно 7 групп из 3-х человек, чтобы они могли сидеть отдельно друг от друга и участвовать в ролевой игре, не мешая друг другу. Следует позаботиться о том, чтобы одна из сторон помещения могла затемняться для четкого восприятия проецируемых слайдов. В помещении следует поддерживать нормальную температуру. В условиях жаркого

климата удобно иметь систему кондиционирования воздуха, однако если она создает слишком много шума, то вместо нее можно воспользоваться электрическими вентиляторами.

2. Кодоскоп («оверхед-проектор»), экран, комплект чистых проекционных пленок и цветных маркеров. Если экрана в наличии нет, его вполне заменит белая простыня, прикрепленная к стене клейкой лентой или кнопками.

3. Фотокопировальная техника на месте проведения семинара или поблизости.

4. Несколько небольших столов для ведущих и для демонстрации рабочих материалов.

Вспомогательное оборудование:

5. Один микрофон для ведущего(их), если помещение большое, или два переносных микрофона, которые могут использоваться при проведении ролевой игры перед всей группой.

6. Один переносной магнитофон на каждую группу из трех участников с чистой кассетой для каждого из них, на которую они запишут свои интервью, проведенные перед тренингом и после него. Эти магнитофоны можно взять на прокат, так как они потребуются только в первый и последний дни работы семинара; тем не менее, эта аппаратура должна быть исправна и проста в эксплуатации.

7. Видеокамера и монитор для воспроизведения сделанных видеозаписей. Этим оборудованием уместно воспользоваться во время послеобеденного занятия, когда в составе триад будут отрабатываться навыки коммуникации. Обычно можно арендовать видеоаппаратуру на полдня, чтобы уменьшить соответствующие расходы. Крайне желательно, чтобы кто-либо из участников умел пользоваться указанной видеоаппаратурой.

8. Проектор для слайдов. Он может пригодиться не только для ведущих и участников, но и для приглашенных лиц.

9. Подставка для крепления лекционных плакатов или классная доска на всякий случай с цветными мелками или мелом.

ДЕНЬ 1

ЦЕРЕМОНИЯ ОТКРЫТИЯ СЕМИНАРА

Консультирование молодежи является темой, которая вызывает повышенный интерес в большинстве стран мира, и не в последнюю очередь – в развивающихся странах. Чтобы подчеркнуть важность события, на церемонии открытия многих семинаров перед их участниками выступают представители таких важнейших министерств, как Министерство здравоохранения или Министерство по делам молодежи, а также сотрудники неправительственных организаций (НПО) и учреждений системы ООН, которые имеют свои представительства в стране, в частности такие, как ВОЗ, ЮНФПА или ЮНИСЕФ. Приглашения этим представителям принято рассылать заблаговременно, а также направлять предварительную программу работы семинара (G1). Выступающие могут выразить свою точку зрения о ситуации с охраной здоровья подростков, об актуальных проблемах в деле организации или укрепления консультационных служб, а также о существующих для этого потенциальных возможностях. По завершении церемонии открытия желательно объявить перерыв на чай/кофе, после чего приглашенные лица уезжают.

НАЧАЛО РАБОТЫ СЕМИНАРА

Организаторы могут приступить к работе семинара, обратившись с приветственной речью к аудитории, представить себя и попросить об этом же участников. Возможен и другой вариант – попросить участников пообщаться друг с другом по парам в течение пяти минут для знакомства с человеком, которого они не знают, а потом представить этого человека группе. Это наверняка создаст благоприятную атмосферу, чтобы участники с самого начала старались выслушать друг друга, смогли познакомиться между собой и помогли каждому в том, чтобы с первых минут семинара никто не смущался выступать перед всей группой.

Затем следует обсудить организационные моменты, связанные с проездом участников, их размещением, питанием, текущими расходами и т.д. Во время общих занятий участники должны сидеть в удобных, свободно

передвигаемых и расположенных полукругом стульях, без столов или парт; такая обстановка способствует созданию неформальной атмосферы взаимодействия между участниками.

Далее аудитории следует рассказать об общих задачах, стоящих перед семинаром, которые приводятся ниже:

ЗАДАЧИ (G2)

1. Обогатить свои знания по вопросам подростковой сексуальности и охране репродуктивного здоровья подростков и хорошо владеть этой тематикой.

2. Познакомиться с принципами психодинамики консультирования, направленного на изменение поведения.

3. Получить информацию о коммуникационных навыках консультирования и отработать их на практике с особым упором на навыки слушания.

И если участники организуют тренинги самостоятельно, то:

4. Научиться пользоваться методологией семинара для обучения других тренеров в целях повышения качества консультационных услуг.

При обсуждении этих задач необходимо подчеркнуть ряд моментов:

а) Основной целью семинара скорее всего является отработка коммуникационных **навыков**, а не повышение фактического уровня знаний. Тем не менее, ежедневно во время утренних занятий, связанных с обсуждением основных тем дня, отдельно взятые их аспекты будут носить универсальный характер. Прививаемые на семинаре коммуникационные навыки также являются в целом полезными и могут быть использованы в любой ситуации. Они служат не для того, чтобы добиться пересмотра культурных ценностей, а для того, чтобы активизировать процесс общения и таким образом дать возможность охарактеризовать, уточнить и преодолеть те трудности, с которыми сталкивается молодежь в любом обществе.

б) Каждое утро перед участниками будет поставлена задача определить, какие по их мнению проблемы представляются подросткам главными в их культурной среде. Эта информация будет использована в ходе работы семинара, чтобы обсуждаемая в целях тренинга тематика была бы актуальной.

в) Участникам предлагается по мере возможности всегда учитывать точку зрения подростка на протяжении всего семинара. Эта задача не составит особого труда для молодых лидеров молодежных групп, однако может показаться более сложной для людей более старшего возраста с другой специализацией.

г) Одного этого семинара недостаточно для подготовки кадров консультантов, однако благодаря ему все же удастся определить и отработать навыки, которые найдут свое применение при консультировании или даже в межличностном общении любого рода. Речь главным образом идет об

индивидуальном консультировании, а также частично представлен материал, посвященный консультированию семей и супружеских пар. На семинаре конкретно не затрагиваются вопросы группового консультирования, хотя приобретенные навыки актуальны и для такой формы обслуживания клиентов.

д) На протяжении семинара особое внимание следует уделять отработке такого навыка, как слушание.

е) Во время ролевых игр и других групповых методик, связанных со щепетильными вопросами, участникам не будут предлагать (или разрешать) предавать огласке сугубо личную информацию. Тем не менее, ролевая игра может всколыхнуть у ее участников давно забытые чувства, и очень важно, чтобы в случае необходимости можно было обсудить эти ощущения с ведущими в приватной обстановке. Перед началом первой ролевой игры участникам следует продемонстрировать слайд «Правила ролевой игры» (G 14). Во время ролевой игры участникам всегда предлагается выбрать для себя другой возраст и другое имя и немедленно «выйти из роли» по окончании игры. Это позволяет избавиться от ощущения неловкости и дискомфорта и смягчить чувство беспокойства.

Затем членам группы предлагается обсудить задачи семинара, обратив особое внимание на то, насколько эти задачи соответствуют их представлениям о надлежащем консультировании; что они ожидают от семинара; и каким образом они надеются использовать на практике полученные знания. В заключительной части дискуссии необходимо представить и обсудить методологию семинара.

МЕТОДОЛОГИЯ СЕМИНАРА (G3)

Каждый день делится на три основные занятия, а именно: утро начинается с занятия (A), посвященного обзору проблем сексуальности и охраны репродуктивного здоровья; затем следует занятие (B), на котором рассматриваются вопросы психодинамики консультирования, направленного на изменение поведения; далее следует послеобеденное занятие (C), целью которого является обучение коммуникационным навыкам.

Таким образом, Общая программа работы (G1) семинара рассчитана на определенное количество дней, построенных по той же схеме – A, B, C. Участники получат копии всех использованных слайдов по окончании дискуссии (либо на следующий день), поэтому им не следует переписывать их содержание, а стоит лишь ограничиться отдельными записями, обратив внимание на интересующие их вопросы.

Хотя семинар обычно идет пять дней подряд, порядок его проведения можно изменить с учетом ситуации на местах. Например, его можно проводить в течение нескольких выходных дней в конце недели. Однако, очень важно обеспечить должную интенсивность занятий и хорошие условия для работы, а для этого требуется завершить проведение всех учебных мероприятий в сжатые сроки. Не менее важным представляется соблюдение предложенной выше последовательности занятий по схеме A, B, C, согласно которой после рассмотрения вопросов сексуальности и охраны репродуктивного здоровья следует анализ психодинамических принципов, а затем – отработка навыков консультирования. Однако, в первые два дня содержание каждого занятия может быть пересмотрено с учетом потребностей участников. Например, тем, кто обладает достаточным опытом в сфере оказания услуг по планированию семьи, в меньшем объеме может понадобиться информация о методах контрацепции и в большем – сведения об инфекциях, передаваемых половым путем (и наоборот). Вместе с тем, прежде чем перейти к рассмотрению другой тематики, крайне важно детальным образом обсудить со всеми участниками вопросы проявления сексуальности. Опыт также подсказывает, что обычно не стоит вносить слишком много изменений в уже намеченную программу работы. С точки зрения участников, ощущение предсказуемости представляется немаловажным в плане создания для них атмосферы «надежности», что помогает успешно справляться с важнейшими эмоциональными аспектами учебного процесса.

ТЕМЫ СЕМИНАРА (G4)

A Сексуальность и репродуктивное здоровье (A1)

В начале каждого дня работы семинара по данной теме будет *представлена* определенная информация общего плана, после чего состоится групповая *дискуссия* о том, каким образом культурные традиции стран-участниц семинара накладывают свой отпечаток на этот круг вопросов. Затем обучающиеся выберут для себя и разыграют *ролевую игру*, чтобы на конкретных примерах показать общие проблемы, с которыми сталкиваются подростки в процессе межличностного общения со взрослыми или со своими сверстниками.

Половое созревание

Сексуальное поведение

Трудности, связанные с проявлением сексуальности
- Сексуальная ориентация
- Девиантное сексуальное поведение
- Половые дисфункции
- Сексуальное насилие

Последствия незащищенного полового контакта
- Подростковая беременность
- Искусственный аборт
- Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП)
- ВИЧ/СПИД

Предупреждение нежелательной беременности

Профилактика ИППП и ВИЧ/СПИД

B Психодинамика консультирования (B1)

На этих занятиях будут *представлены* основные принципы, которые в соответствующих случаях будут *смоделированы* ведущими с целью организовать дискуссию, посвященную их адаптации к местным условиям.

Психодинамика консультирования

Первичное интервью

Трудные моменты при консультировании

На что следует обращать внимание при консультировании

Характеристика консультантов
Подготовка кадров консультантов

Консультирование подростков в присутствии членов семьи

Факультативно:

Совместное консультирование

Консультирование супружеских пар

C Микронавыки коммуникации[1] (C1)

Как сказано ниже, навыки слушания *будут представлены, рассмотрены, смоделированы* и первоначально *отработаны на практике* в группах. После обстоятельного анализа всех этих аспектов участники будут поделены на группы по трое (*на триады*) для более интенсивной отработки приобретаемых навыков. Каждому участнику предстоит поочередно выступать в роли консультанта, клиента и наблюдателя, выполняя следующее: от клиента потребуется изложить проблемы, обозначенные во время утренних занятий; консультант сосредоточит свое внимание на вопросах практического использования навыков, продемонстрированных за прошедший день; а наблюдатель будет фиксировать действия консультанта. Ежедневно участники будут работать с разными партнерами, за исключением интервьюирования до начала и после окончания тренинга, когда они будут общаться между собой в тех же триадах.

Общая модель навыков межличностной коммуникации при консультировании

Навыки ведения беседы

Искусство использовать поощрения

Отражение фактов

Отражение ощущений

Искусство задавать вопросы

Навыки обобщения

---

[1] Значительная часть повествования в Разделе C основана на работах Allen Ivey; однако в известном смысле взятый материал претерпел существенные изменения и, таким образом, не всегда полностью отражает точку зрения Ivey. Для этого см. Ivey, A.E. *International interviewing and counselling: Facilitating client development* (2nd ed.) *(Международное интервьюирование и консультирование: создание благоприятной обстановки для клиента)* (2-е изд.) Pacific Grove, CA: Brooks/Cole, 1988, а также Hedlund, D.E. and Freedman, L.B. *Interactive skills program: Helping through listening and influencing. (Программа развития интерактивных навыков: помощь через умение выслушать и повлиять).* Cooperative Extension, The New York State College of Human Ecology and the New York State College of Agriculture and Life Sciences, Ithaca, N.Y., USA, 1981.

После подробного обсуждения общей методологии семинара один из ведущих приступает к изложению следующей темы:

ПОДХОД ВОЗ К ОХРАНЕ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Презентация и дискуссия

Общий подход ВОЗ к укреплению сексуального и репродуктивного здоровья строится на концепциях, показанных на слайдах G6-G13, которые вкратце представлены ниже. Этот комплект из восьми слайдов следует отобразить на экране путем наложения одного на другой (в порядке их очередности), пока не появятся все 8 слайдов одновременно. Участникам следует предложить обсудить актуальность этих концепций применительно к своей производственной деятельности.

РАЗВИТИЕ ОТНОШЕНИЙ (G6)

Подростковый возраст – это период стремительных перемен, когда разница между мальчиками и девочками становится более очевидной, особенно в отношении их половых характеристик и способности к воспроизводству. В любом обществе принята та или иная форма ухаживания, в процессе которой среди молодых людей могут сформироваться прочные взаимоотношения, зачастую переходящие в стадию заключения брака и создания семьи.

ПОТРЕБНОСТИ (G7)

У молодых людей могут быть разные потребности на ранней, средней и поздней фазе подросткового периода. Например, сначала им необходимо понять природу происходящих в них изменений, а также осознать новые ожидания и требования, предъявляемые к ним, и, возможно, таким образом уяснить, что является причиной для беспокойства. По мере их взросления, а также с развитием новых форм отношений со сверстниками и взрослыми обоих полов молодые люди ощущают потребность в ответственных, приносящих удовлетворение взаимоотношениях со своими потенциальными половыми партнерами, и им необходимо владеть ситуацией и знать, как следует избегать нежелательной беременности и ИППП при вступлении в половую жизнь. И, наконец, став взрослыми, они смогут воспользоваться потенциалом формирования прочных взаимоотношений и приобрести навыки ответственных родителей.

УДОВЛЕТВОРЕНИЕ ПОТРЕБНОСТЕЙ (G8)

Чтобы удовлетворить потребности, естественным образом возникающие у всех молодых людей, соответствующие мероприятия должны быть направлены на укрепление здоровья или профилактику заболеваемости. В раннем подростковом возрасте под этим подразумевается санитарное просвещение и массовые обследования состояния здоровья; в среднем возрасте это может включать проведение разъяснительных бесед и оказание услуг по контрацепции; и на завершающем этапе юношеского периода или в стадии окончательного взросления проводимая работа может заключаться в подготовке к брачной жизни (например, консультирование до вступления в брак) и в подготовке к материнству/отцовству, а также в организации надлежащего дородового наблюдения и консультативной помощи в вопросах воспитания ребенка.

РЕАЛИЗАЦИЯ НАМЕЧЕННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ (G9)

Люди, которые по роду своей деятельности работают с молодежью, скорее всего близки ее среде, причем это те люди, которым молодежь доверяет; специалисты такого профиля должны иметь соответствующий уровень подготовки по оказанию помощи молодежи независимо от того, было ли полученное ими образование систематическим или нет. В раннем подростковом возрасте важными фигурами для молодого человека являются родители, другие члены семьи и преподаватели; в более позднем периоде отрочества больший вес могут приобретать молодежные лидеры, взрослые за пределами семьи, например, работодатели и популярные личности; в период вступления в брак определенная роль нередко принадлежит религиозным деятелям и членам семьи, а порой и работникам здравоохранения, с которыми они могут сталкиваться в процессе медицинских обследований. Беременность и деторождение предполагают прямое участие медработников. Созданию благоприятной среды для обучения по вопросам охраны здоровья и развития подростков должны содействовать те, кто определяет политику в таких ключевых секторах, как здравоохранение, образование, религиозное воспитание, работа с молодежью и социальное обеспечение.

ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ (G10)

Оставленные без внимания естественным образом возникающие потребности молодежи, о которых говорилось выше, могут привести к определенным проблемам. В раннем подростковом возрасте к таковым можно отнести обостренное чувство беспокойства, психопатологические состояния, отклонение темпов роста и развития от нормы. В среднем подростковом возрасте это может быть нежелательная беременность, искусственные аборты, инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), и инфекция, вызванная вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ), обусловливающая развитие синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИД). Если молодые люди не готовы к браку и к рождению ребенка, то их можно отнести к группе повышенного риска по таким показателям, как неудачный брак, слишком ранняя беременность и роды с высокой вероятностью патологии, травмы и

летальный исход у матери и ребенка, недостаточно высокий уровень развития у родителя-подростка и отсутствие должных навыков по воспитанию ребенка.

РЕАКЦИЯ НА ПРОБЛЕМЫ (G11)

Если все же проблемы возникли, то необходимо принятие в большей степени радикальных, а не корректирующих или профилактических мер. Наличие проблем неудовлетворительного развития в раннем подростковом возрасте может служить основанием для оказания медицинской или психиатрической помощи; для проведения курса лечения и ликвидации последствий нарушений здоровья вследствие незащищенных половых контактов (или слишком раннего вступления в брак), в результате которых могут иметь место ранняя беременность и роды или небезопасные для здоровья искусственные аборты, а также лечение и наблюдение по поводу ИППП и последствий ВИЧ-инфекции. Отсутствие подготовки к семейной жизни и рождению ребенка может обусловить необходимость оказания психиатрической помощи, обращения в суд, привлечения служб социального обеспечения и использования других возможностей для поддержки пострадавших или жертв насилия.

ОКАЗАНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ (G12)

Для решения возникших проблем нередко требуется участие конкретных специалистов, которых не там много, они обычно проживают в городах, и их услуги часто оказываются дорогостоящими. К специалистам такого профиля можно отнести психиатров, эндокринологов, специалистов по заболеваниям мочеполовой системы, акушеров-гинекологов, юристов, специалистов по опеке или усыновлению/удочерению (при наличии таковых) и т.п.

ПРОГРАММНЫЙ ПОДХОД ВОЗ К ВОПРОСАМ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ (G13)

Принимая во внимание все вышеизложенные соображения, сотрудники Программы ВОЗ по здоровью подростков (ADH) уделяют первостепенное внимание корректирующим и профилактическим мерам как наиболее гуманным и экономически эффективным с точки зрения охраны репродуктивного здоровья подростков. Для выполнения этой задачи по линии Программы ADH и при условии самого активного участия непосредственно молодежи особая роль отводится важности научных исследований, создаются благоприятные условия для научного поиска, подготовки специалистов и реализации практических мероприятий, а также для проведения оценки и актуализации этого направления работы во всех соответствующих секторах и областях специализации.

После обсуждения серии слайдов, представленных выше, следует перейти к рассмотрению первого сообщения из Раздела В, посвященного Психодинамике консультирования, направленного на изменение поведения (B2-B4).

В ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ, НАПРАВЛЕННОГО НА ИЗМЕНЕНИЕ ПОВЕДЕНИЯ (В2– В4)

Презентация и дискуссия

В представлении многих людей практика консультирования понимается по-разному, поэтому важно, чтобы участники обсудили свои взгляды на этот счет. Все участники, скорее всего, придут к общему мнению, что под этим подразумевается форма помощи посредством межличностного общения, однако идеи о том, каким образом, кем и ради кого должно осуществляться консультирование, могут сильно отличаться. Ведущим следует сделать обзор этой концепции применительно к семинару, обратив внимание на то, что предлагаемый тренинг отвечает интересам многочисленных групп молодежи, которые могут испытывать трудности в некоторых жизненных ситуациях, особенно в связи с проявлением сексуальности или охраной репродуктивного здоровья. Особый акцент ставится на совершенствование коммуникационных навыков консультантов. Консультирование такого рода не рассчитано ни на обслуживание клиентов с серьезными психопатологическими проблемами, ни на оказание длительной психотерапевтической помощи, задача которой состоит в более углубленном анализе психологических процессов. В то же время для проведения консультирования требуется специальная подготовка, и оно отличается от непрофессиональных рекомендаций или советов, исходящих от друзей или коллег. Консультирование также предполагает подход, лишенный какой-либо назидательности (т.е. когда сами клиенты-подростки предпринимают немало усилий ради того, чтобы добиться большей степени зрелости) и исключающий принятие консультантом на себя какой-либо ответственности за выработку решений вместо подростка. Некоторые слагаемые процесса консультирования представляют собой следующее: достижение взаимопонимания при уточнении потребностей клиента; согласование целей консультирования с конкретным клиентом; оказание помощи клиенту в достижении этих целей; и в конечном итоге – выработка взаимоприемлемого решения об окончании консультирования.

Важно, чтобы консультант, особенно во время первичного интервью, смог исключить тех клиентов, которые не подходят для данного вида обслуживания. Это означает, что консультант должен уметь определить степень психопатологических отклонений у подростка, по поводу которых последнему, возможно, следует обратиться к специалисту иного профиля. Хотя владение такими знаниями и является неотъемлемой составной частью профессиональной подготовки консультантов, на нашем учебном семинаре мы не имеем возможности обучить этому важнейшему навыку. Если же консультанты без такой профессиональной подготовки в силу необходимости будут вынуждены консультировать клиента с названными отклонениями, им

придется полагаться на собственное мнение и быть заранее готовыми к тому, чтобы направить его к кому-то из своих коллег специалистов, с которыми у них сложились хорошие отношения, и кто бы мог помочь данному клиенту. Принимая во внимание эти соображения, ведущие могут перейти к презентации пунктов, перечисленных ниже.

После представленных ниже положений из 21-го пункта должна быть организована дискуссия, во время которой участникам будет предложено выбрать те положения, с которыми они не согласны или считают, что какие-либо аспекты несовместимы с их культурными традициями, или же они могут расширить имеющийся список, включив в него те или иные важнейшие вопросы. Этот перечень можно поочередно продемонстрировать на экране с помощью кодоскопа, прикрывая листком бумаги те пункты, которые ведущий еще не назвал. Обсуждение может проходить во время презентации, однако в первую очередь желательно полностью завершить презентацию, а лишь затем перейти к обстоятельной дискуссии.

1. Подростковый возраст – это переходный период между детством и стадией взросления, когда подростки начинают сами контролировать свою жизнь и принимать самостоятельные решения.

2. Задача консультанта на этапе таких перемен состоит в том, чтобы помочь подросткам сделать информированный выбор.

3. Отношения между клиентом и консультантом на этапе формирования клиента как взрослого человека являются исключительно важными.

4. Эти отношения должны основываться на уважении к клиенту как к личности.

5. Уважение к клиенту предполагает, что консультант верит в то, что он может помочь клиенту с тем, чтобы последний помог самому себе.

6. Консультант должен владеть навыками, необходимыми для того, чтобы наглядно продемонстрировать свое уважение к клиенту и готовность его выслушать.

7. Консультант должен суметь убедить клиентов в том, что они в определенной мере контролируют свою жизнь, что они способны принимать самостоятельные решения, поступать в соответствии с ними и анализировать их последствия.

8. Консультант должен уметь создать благоприятную атмосферу для клиентов, чтобы последние могли бы откровенно рассказать о себе.

9. Консультант должен помочь клиентам разобраться в переживаниях, возникших у них в связи с определенными событиями.

10. Консультант должен понимать, что человеческие эмоции возникают непроизвольно, что человек не выбирает свои чувства и поэтому не должен нести ответственность или винить себя за то, что он чувствует.

11. В равной степени консультант должен понимать, что поведение носит сознательный характер; что обычно люди свободны в выборе манеры своего поведения, и таким образом несут ответственность за свои поступки; клиенты могут приступить к оценке своего поведения и должны быть готовы к тому, что их поведение будет оценено другими.

12. Тем не менее, люди не становятся автоматически «плохими» только лишь из-за того, что совершают какие-либо поступки, которые представляются им неблаговидными.

13. Важно, чтобы консультант воспринимал клиента как личность, даже если поведение последнего представляется неприемлемым.

14. У клиента может возникнуть глубокое чувство удовлетворения по поводу того, что ему удалось осознанно пересмотреть свое поведение после того, как с ним подробно обсудили возможные варианты действий с его стороны, а также их последствия.

15. Клиенты приобретают все большую уверенность в себе, если они принимают информированные решения в отношении самих себя.

16. Консультант может помочь клиентам глубже осознать то, что они контролируют свою жизнь, являются преуспевающими и уверенными в своих силах. На начальном этапе все это будет происходить с теми клиентами, которым удастся добиться незначительных изменений в своем поведении.

17. В отличие от наказания, чувство глубокого удовлетворения от ощущения уверенности в своих силах обладает гораздо большим воздействием на здоровое развитие и на изменение поведения подростков.

18. Чувство внутреннего удовлетворения носит более устойчивый характер, чем то чувство, которое возникает от внешней награды.

19. Оказание помощи подростку в том, чтобы он испытал чувство внутреннего удовлетворения, создаст предпосылки для мотивации подростков помочь самим себе.

20. Чувство внутреннего удовлетворения поможет подростку и впредь стремиться к более основательным изменениям в своей жизни и быть более терпеливым в ожидании заслуженной награды.

21. Умение внутренне контролировать свое поведение, понимать самого себя и планировать на перспективу является характерной особенностью состояния зрелости, стремление к которой представляет собой одну из задач консультирования подростков.

С ОБЗОР КОММУНИКАЦИОННЫХ МИКРОНАВЫКОВ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ (С2)

На этом занятии будет сделан обзор модели коммуникационных микронавыков консультирования наряду с кратким описанием каждого из навыков. По желанию участников дискуссия может проходить либо во время, либо в конце презентации, однако в любом случае участникам следует хотя бы вкратце остановиться на каждом пункте.

Презентация и дискуссия

Как говорится в этом пособии, цель консультирования заключается в том, чтобы оказать помощь клиенту в выполнении трех задач, связанных с самопознанием, самопониманием и принятием решений с последующим действием. Чтобы помочь клиенту в достижении этих целей, консультант использует как свое умение внимательно выслушать клиента, так и навыки изъяснения. При неназидательном подходе к консультированию наиболее важными (и, как правило, наименее воспринимаемыми в процессе обучения) являются навыки слушания, которым в процессе тренинга уделяется большое внимание в Разделе С. Выразительные навыки требуют ясности и простоты не только при подаче информации, но и при разъяснении альтернативных курсов действий, к тому же предполагается, что лица, прошедшие курс подготовки по консультированию, уже обладают такими базовыми навыками.

Эффективное слушание по своей сути не является пассивным. Чтобы помочь клиенту разговориться, применяется ряд методов, позволяющих проанализировать его ощущения и конкретные факты и обстоятельства. Когда все внимание обращено на клиента, то он убеждается, что консультант его пристально слушает, относится к нему с уважением, проявляет заинтересованность к его проблемам и может войти в его положение, причем у клиента возникает уверенность в том, что консультанта можно поправить, если тот допускает неточности в своих высказываниях. Такое участие консультанта не является назойливым, и инициатива в выборе темы для беседы сохраняется за клиентом, а любая его попытка перейти на другую тему разговора не пресекается. Ниже приводятся некоторые приемы слушания, так называемые “микронавыки”, из которых складываются отдельные навыки, и которые в процессе тренинга на последующих занятиях будут отрабатываться более тщательно. Несмотря на то, что в действительности в нашем сознании, как правило, не отслеживается процесс использования этих навыков, на этом семинаре мы все же обратим на них серьезное внимание и будем заниматься отработкой каждого навыка в отдельности. Вначале это может показаться до некоторой степени неестественным, однако такой прием представляется вполне уместным, чтобы в конечном итоге все эти умения пополнили арсенал навыков консультанта.

В распоряжении консультанта имеется широкий выбор навыков, начиная от наиболее ненавязчивых и поэтому наиболее предпочтительных (к примеру, язык телодвижений) и заканчивая наиболее навязчивыми и поэтому наименее желательными (к примеру, постановка вопросов). Язык телодвижений включает в себя множество таких компонентов, как поза, мимика и звуковая окраска голоса; поощрение может выражаться простым кивком или звуками, которые стимулируют клиента к продолжению разговора; отражение фактов/ощущений – это прием, предусматривающий переформулирование высказываний клиента в его/ее присутствии, что, как правило, сводится к уточнению сказанного; вопросы, если они правильно поставлены, нацеливают клиента на более подробные высказывания по выбранной теме (чтобы он не отклонялся от нее); и наконец, суть обобщения сводится к тому, чтобы подытожить основные высказывания клиента. Последний из вышеперечисленных навыков играет важную роль на завершающем этапе ведения беседы с клиентом или во время естественно возникшего перерыва в дискуссии, чтобы можно было перейти к другой теме.

По мере того, как клиенты рассказывают о себе, они начинают яснее представлять свои мысли и чувства, а также те варианты выбора, которые могут быть в жизни каждого. В такой ситуации консультант может оказать им реальную помощь в анализе логических альтернатив выбора. Когда клиенты молодого возраста начинают предпринимать конкретные действия, они ощущают большую уверенность в себе, осознают, что в известной степени контролируют свое поведение и лучше разбираются в выборе наиболее предпочтительных вариантов, что является важной составляющей процесса их взросления.

Эти навыки коммуникации полностью соответствуют принципам консультирования, направленного на изменение поведения, о чем в общих чертах говорится выше в Разделе В, и его целью является оказание помощи клиенту в расширении возможностей для самосовершенствования. Возмужание подростка происходит путем преодоления трудностей через самопознание, самопонимание и в конечном итоге через конкретные действия, которые вытекают из принятых им решений.

ИНТЕРВЬЮ ПЕРЕД ТРЕНИНГОМ

Чтобы помочь участникам оценить свои успехи вначале и в конце учебного семинара, рекомендуется записать на магнитофоне их интервью с клиентом до и после тренинга. С этой целью лучше всего использовать кассетный магнитофон, причем каждому участнику выдается кассета для записи первичного и итогового интервью на сторонах кассеты «а» и «в» соответственно. Если нет магнитофона, то в качестве возможного варианта допускается присутствие одного и того же наблюдателя во время интервью до начала и после окончания тренинга.

G ПРАВИЛА РОЛЕВОЙ ИГРЫ (G14)

Перед началом проведения занятия с участниками обсуждаются правила ролевой игры. Для участия в ролевой игре им предлагается выбрать другое имя и возраст, а в конце игры выйти из роли, сказав: «Я не «Х», я на сам деле «У» (назвать свое имя). Это немаловажный защитный прием, поскольку ролевая игра может быть связана с серьезными эмоциональными переживаниями, а личные откровения могут быть причиной большого стресса и смущения. Участников просят заранее не обсуждать проблему, о которой они будут рассказывать, выступая в роли клиентов. На этом этапе в присутствии всей группы представляется полезным продемонстрировать короткую ролевую игру до того, как начнется *отработка навыков в триадах*.

Отработка навыков в триадах **(C9)**

Для проведения интервью перед началом тренинга участников просят разделиться на группы из трех человек (на триады), в которых все по очереди должны выступить в роли клиента, консультанта и наблюдателя. Иными словами, они проведут три интервью продолжительностью не более пяти минут каждое. Клиенту будет предложено выбрать для интервью проблему по репродуктивному здоровью или проявлению сексуальности у подростков применительно к их собственной культурной среде, в связи с которой у них возникли трудности в общении, тогда как консультанта попросят по мере возможности просто помогать клиенту. Наблюдателю будет поручено отмечать наиболее важные аспекты в поведении консультанта и делать необходимые записи; это особенно важно в случае отсутствия магнитофонов, так как сделанные записи будут использованы в конце учебного семинара для анализа любых изменений в приемах и навыках консультанта. Участников просят разделиться на группы по трое и сесть как можно дальше друг от друга, чтобы по истечении примерно получаса вновь занять свои места на стульях, расставленных полукругом. Ведущие курсируют по аудитории и наблюдают за ролевыми играми. Если некоторые участники никогда до этого не участвовали в ролевой игре или в проведении интервью, то двум ведущим вполне уместно быстро продемонстрировать, что представляет собой ролевая игра.

Итоговое занятие в составе всей группы

Когда возобновляются занятия в составе всей группы, то участников спрашивают о том, какие у них возникли ощущения. Что давалось легко, а что оказалось трудным в каждой из трех сыгранных ролей? Что было самым трудным? Кто больше говорил – клиент или консультант? Дал ли консультант какой-либо совет? В первую очередь обратите особое внимание на навыки, которые использовали консультанты (а не на суть проблем, о которых рассказывали «клиенты»), сообщив им, что завтрашнее утреннее занятие будет посвящено обсуждению этих вопросов.

До окончания занятия предложите участникам высказаться о ходе работы в целом в течение дня или поднять любые другие вопросы, которые им

хотелось бы затронуть. Поблагодарите их за предпринятые усилия, коротко расскажите о программе на следующий день и напомните о времени начала занятия.

ДЕНЬ 2

После приветственных слов к аудитории вниманию участников предлагается программа занятий на текущий день наряду с кратким изложением методов работы. Темы под тремя основными рубриками включают следующее: А Половое созревание и сексуальное поведение; В Первичное интервью; и С Навыки ведения беседы.

А ПОЛОВОЕ СОЗРЕВАНИЕ И СЕКСУАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Основной целью текущего занятия будет определение изменений, которые обычно наблюдаются в подростковом возрасте, а также связанных с ними трудностей, характер которых может варьироваться в зависимости от определенного социального контекста и культурологических особенностей. В рамках презентации могут быть отдельно рассмотрены изменения, происходящие в физическом развитии, эмоциональной и половой сфере. По каждому из этих аспектов заготовлен слайд, однако лучше начать с того, чтобы участники сами назвали эти изменения, а один из ведущих будет записывать их на проекционной пленке. Если не удалось выделить какое-нибудь важное изменение, то ведущий может сам предложить его для обсуждения.

Презентация и дискуссия

Физические изменения (А2). При рассмотрении изменений в физическом развитии в первую очередь следует акцентировать внимание на те, которые подросток, вероятней всего, осознает. Необходимо также учитывать переживания взрослых из-за появления потенциала беременности, которая становится возможной вследствие формирования репродуктивной системы, а также из-за риска заражения ИППП, что обусловлено изменениями в стереотипах поведения. Как сами физические изменения, так и отношение к ним будут в известном смысле иметь свои особенности не только у мальчиков и девочек, но и весьма существенным образом отличаться у лиц того же пола. У мальчиков и девочек период пубертантного развития проходит ряд последовательных этапов, однако у разных людей продолжительность каждого из них варьируется в широких пределах. Наиболее очевидными физическими изменениями у мальчиков являются следующие: появление волосяного покрова на лице, лобковом возвышении и подмышками, мутация голоса, скачкообразное развитие организма, увеличение пениса и непроизвольная эрекция и семяизвержение; у девочек – это появление менструации, увеличение молочных желез, появление волосяного покрова на лобке и

подмышками, укрупнение органов тела, расширение бедер, ускоренный рост и увеличение половых органов. Все эти изменения могут служить причиной дискомфорта, а девушки/мальчики-подростки, которым приходится адаптироваться к новому телу, могут смущаться и вести себя неуклюже или же быть немного застенчивыми. Как возникновение таких изменений, так и/или отсутствие таковых, в сравнении с изменениями у других молодых людей, может являться причиной беспокойства и обусловливать напряженные отношения, проявляющиеся в общении с членами семьи, другими взрослыми и со своими сверстниками.

Изменения в эмоциональной сфере (А3). На фоне физических изменений подростки могут также испытывать мощные приливы эмоций. Некоторые из таких эмоций связаны с волнениями у подростков по поводу того, что с ними происходит, и являются ли эти изменения «нормой», особенно если сравнивать их с изменениями у друзей/подруг того же возраста. Подростки становятся стеснительными, нередко снижается самооценка, происходят некоторые изменения в чувствах к членам своей семьи, сверстникам своего и противоположного пола, на которые иногда наслаиваются элементы сексуального возбуждения. Эмоции подростков часто бывают непостоянны и граничат с невоздержанностью. С их стороны нередко проявляется интерес к противоположному полу, в том числе и на предмет половой близости. Однако, несмотря на складывающееся впечатление важнейшие проявления сексуальности со стороны девушек и молодых людей в эмоциональной сфере возможны в форме таких взаимоотношений, как нежность, эмоции или интимность. За свою жизнь большинству подростков приходится переживать разрыв любовной связи и чувство отчаяния или даже вынашивать суицидальную идею по этому поводу. Конечно же, многие чувства в подростковом возрасте несут в себе позитивный заряд, преисполнены радостью и восторгом; данный аспект может сыграть полезную роль при консультировании. Тем не менее, чтобы участники более осознанно подошли к решению этой проблемы, во время дискуссии особое внимание следует уделить тем трудностям, которые, как правило, испытывают подростки.

Изменения, связанные со становлением сексуальности (А4). Наблюдается заметный рост полового возбуждения и повышается вероятность вступления в половую связь в той или иной форме. Это может проявляться в виде мастурбации, а порой и приобретать черты сексуального экспериментирования – сначала с лицами того же пола и в дальнейшем с лицами противоположного пола. В этот период меняется не только отношение подростков к сексуальности, но также и отношение других людей к ним. То, что могло быть вполне приемлемым в детстве, уже недопустимо в подростковом возрасте. Нередким явлением оказываются сексуальные игры с друзьями, особенно с лицами своего пола. Подросток начинает изучать свое тело и таким образом может открыть для себя мастурбацию, испытывая в большей или меньшей степени чувство вины. Все эти изменения оказывают свое воздействие на поведение и отношения с друзьями, сверстниками и родителями. Вначале на фоне проявившейся сексуальной реакции у

подростков может возникнуть чувство смущения. Возникшее новое чувство является неотъемлемой частью развития подростка на пути его превращения в самостоятельную личность. При общении с подростком, который может испытывать чувство вины и неловкости, и обсуждении с ним/ней подобных вопросов консультанту следует заявить, что многие люди его/ее возраста переживают и ведут себя аналогичным образом. Наше поведение во многом носит произвольный характер – и естественной составляющей процесса развития подростка является стремление к более жесткому контролю своего поведения. Однако, сексуальное желание в подростковом возрасте может быть чрезвычайно сильным. Поведение подростка под воздействием такого сильного чувства, которое с большим трудом поддается контролю, может определенным образом меняться. Обсуждение этой проблемы прежде всего должно быть направлено на те трудности, с которыми участники сталкиваются в своих странах.

Сексуальность (А5). На этом этапе полезно обсудить вопросы сексуальности в общих чертах и обратить внимание участников на то, что сексуальность проявляется на протяжении всей жизни человека, т.е. с самого начала и до конца, и что система сексуальной возбудимости отличается от репродуктивной системы, функционирование которой имеет временные ограничения. Способность к деторождению возникает после наступления пубертантного возраста и завершается с менопаузой у женщин и постепенно угасает в пожилом возрасте у мужчин. Некоторые полагают, что у молодых людей половое возбуждение наступает быстрее, чем у девушек, которые более чутко реагируют на эмоциональные факторы, к тому же чувство возбуждения у женщин может нарастать не так быстро, но продолжаться дольше. Сексуальные взаимоотношения в основном носят интерактивный характер, и чтобы выразить свои чувства и реагировать друг на друга как вербально, так и физически, оба партнера должны общаться между собой. Например, прежде чем начать половое сношение или решить вопрос о средствах контрацепции, партнеры должны договориться между собой. Такое общение может приобретать форму интерактивного взаимодействия, позволяющего прийти обоим партнерам к взаимоприемлемому решению, однако если один принимает решение за двоих или если другая сторона не может выразить свое мнение, то необходимости в таком разговоре не возникает. Аналогичная ситуация может возникать в связи с проявлением сексуальности, а также с жестами, сексуальным удовлетворением или наслаждением. У мужчины и женщины потребности и ожидания в плане сексуальных отношений не совсем одинаковые, и подростку необходимо научиться строить правильные взаимоотношения со своим партнером/партнершей и уметь выражать свои желания, а также получать и доставлять сексуальное удовлетворение. Вместе с тем, в каждом конкретном случае эти отношения складываются по-разному, и поэтому догматических обобщений на этот счет делать не стоит, – лучше предложить такие вопросы для общей дискуссии.

Гендерный фактор и пол (А6). Уместно также разграничивать следующие понятия: гендерная идентичность – анатомический пол, с которым ассоциирует себя человек; гендерная роль – социальные ожидания,

вытекающие из традиционной роли мужчин и женщин; сексуальная ориентация или предпочтение – пол, к которому испытывают влечение; и сексуальное поведение – степень реакции человека на импульсы, обусловленные проявлением сексуальности. Обзор всех этих аспектов может быть полезен при подготовке к дискуссии на тему «нормальности» и позволит создать предпосылки для запланированной на утро следующего дня дискуссии, которая посвящена рассмотрению трудностей, связанных с проявлением сексуальности.

Нормальность (A7). В связи с дискуссией в День 2 у некоторых участников могут возникнуть возражения и чувство беспокойства относительно того, как трактуется сексуальность в подростковом периоде и что считается «нормой». Чтобы проанализировать этот вопрос, целесообразно рассмотреть концепцию нормальности. Участников спрашивают о том, что они подразумевают под этим понятием, которое, как правило, подразделяется на четыре (частично совпадающие) категории со следующими характерными признаками: а) статистически более распространено, б) приемлемо с точки зрения морали, в) естественно и г) полезно или невредно для здоровья. Из-за видимой неопределенности содержания, которое вкладывается в понятие «норма», и сильного страха, возникающего у подростков в связи с «ненормальностью», участников просят высказываться более конкретно и вообще стараться не употреблять этого слова.

При обсуждении темы «Половое созревание» уместно иногда напоминать участникам, что целью этого занятия является конкретизация проблем, а обсуждение вопросов, волнующих аудиторию, не всегда означает, что выступающий высказывается одобрительно. В то же время рекомендуется частично повторить пройденный на предыдущем занятии материал о принципах, лежащих в основе Психодинамики консультирования (Т), которая проводит четкую границу между непроизвольными чувствами и произвольным поведением; и подчеркнуть важность восприятия личности и уважения к человеку независимо от того, является ли его или ее поведение приемлемым.

Ролевая игра

Ролевая игра представляет собой важнейший элемент утреннего занятия, так как при этом рассматриваются основные волнующие участников вопросы, а высказанные ранее в процессе дискуссии мнения могут быть ими пересмотрены. Перед началом игры участникам следует напомнить Правила ролевой игры (G14), о которых говорилось в предыдущий день, а также убедиться в том, что участники выбрали для себя другое имя и возраст и по окончании обсуждения итогов ролевой игры они вышли из роли. Участникам также можно напомнить, что ролевая игра является добровольной, но такая форма занятия представляет собой важнейший элемент тренинга. На этом этапе участники демонстрируют два типичных примера, касающиеся трудностей коммуникации или общения, с которыми сталкиваются подростки по только что рассмотренным темам. Участникам можно предложить остановить свой выбор на представителях различной культурной среды.

Например, если во ходе дискуссии мастурбация была выделена в отдельную проблему, которая часто служит причиной беспокойства и гнева, то соответствующую ролевую игру можно представить в виде диалога между отцом и сыном после того, как мать попросила отца поговорить с сыном, узнав, что их ребенок занимается мастурбацией. Мастурбацией занимаются не только подростки, но также дети и взрослые, и все же первый оргазм от акта мастурбации нередко бывает в подростковом возрасте. Участникам следует напомнить о том, что необходимо разыграть «типичную», а не идеализированную сценку, и что целью в данном случае является не решение проблемы, а ее иллюстрация. Героиней другой ролевой игры может стать не подготовленная к первой менструации девочка, напуганная этим обстоятельством; она разговаривает либо со своей подругой, которой также мало что известно об этом, либо с мамой или учительницей, которые стесняются говорить на эту тему с девушкой-подростком, желающей прояснить для себя данную ситуацию.

При анализе ролевых игр участники зачастую обсуждают фактическое содержание или суть сказанного, а не лежащие в основе эмоции. Для развития навыков участников психологически войти в положение другого человека в качестве удачного приема можно использовать заготовку проекционной пленки, на которую со слов обучающихся кратко записывают отдельные эмоции, пережитые многими персонажами сценок. Этим не следует заниматься во время ролевых игр – лучше всего это сделать после их окончания, когда исполнители выйдут из роли. В частности, анализируя ролевую игру о мальчике, который получил нагоняй за мастурбацию (даже несмотря на то, что в этой сценке задействованы лишь два персонажа), во время дискуссии участникам можно предложить заполнить таблицу, которая будет выглядеть примерно так:

ЧУВСТВА, КОТОРЫЕ МОЖЕТ ИСПЫТЫВАТЬ:

МАЛЬЧИК	МАТЬ	ОТЕЦ	ДРУГ МАЛЬЧИКА
вина	жалость	гнев	любопытство
стыд	тревога	тревога	зависть
страх	гнев	смятение	возбуждение
удовлетворение	смятение	гордость	смятение
смущение	счастье		
	стыд		
	ощущение потери		
	враждебность		
	вина		

Аналогичное упражнение можно выполнить в любое время в ходе работы семинара, чтобы помочь обучающимся определиться со своими собственными чувствами и усилить их потенциальные возможности по сопереживанию другим людям. Это особенно важно при итоговом разборе ведущим сыгранных ролей (как «подростков», так и «консультантов»), чтобы и те, и другие смогли осмыслить свои чувства.

В ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

В ПЕРВИЧНОЕ ИНТЕРВЬЮ (В5, В6)

На занятии в первую половину дня после перерыва на кофе будет обсуждаться такой важный вопрос, как первая встреча с клиентом-подростком. В связи с этим есть целый ряд предложений о том, что основу предваряющей беседы составляют определенные принципы, которые нуждаются в адаптации к местным условиям. Чтобы упростить выполнение этой задачи, можно использовать проекционную пленку и прокомментировать ее содержание пункт за пунктом, причем обсуждение следует провести по окончании презентации. Однако, для выяснения отдельных аспектов по ходу презентации участники вправе прерывать выступление ведущего.

Презентация

Первая встреча с клиентом является очень важной по целому ряду причин. Подросток весьма чутко реагирует на манеру поведения консультанта, обращая внимание на то, настроен ли последний дружелюбно и не ведет ли он себя предосудительно по отношению к клиенту. Первая встреча также задает определенный стиль и тон всему предстоящему общению. Несмотря на то, что будут затронуты вопросы личного характера, и у клиента, и у консультанта неизбежно возникнут какие-то эмоции, важно, чтобы оба они осознавали, что вступают в профессиональные отношения, которые отличаются от светского общения. Кроме того, важно наглядно продемонстрировать принцип уважения к клиенту независимо от того, нравится ли консультанту его поведение или нет. Одна из основных целей консультирования состоит в оказании помощи индивидууму, чтобы лучше разобраться в себе через самопознание, а создаваемая при этом атмосфера должна быть такой, при которой молодой человек мог бы свободно говорить о наиболее щекотливых вопросах и даже о тех, о которых он до этого просто не думал. Пути преодоления трудностей в достижении этих целей также рассматриваются в разделах под рубрикой «Трудные моменты при консультировании 1 и 2» (В8, В9).

Время является ключевым аспектом, если речь идет о создании «безопасной» для молодого человека обстановки. При этом важная роль отводится согласованности действий, что включает в себя соблюдение установленного предела времени. Когда на прием приходят молодые люди, или их направляют куда-либо за помощью, им, как правило, мало известно о том, что с ними будет происходить. Их часто заставляют ждать неопределенное время, они не знают, сколько их здесь продержат или когда закончится визит. Консультант, по мере возможности, должен строить свою работу иначе. Лучше всего, если для приема клиента можно назначить определенное время. Если же такой возможности нет, то можно установить хотя бы ориентировочное время. Предпочтительнее сообщить клиенту, что вы

можете встретиться с ним между 9 и 10 часами утра, а не просто в неопределенное время до обеда. Вынужденное ожидание вызывает у подростка волнение, а иногда и злость. Некоторые из них не могут этого вынести и уходят, так и не встретившись с консультантами. Если же они обязательно должны дождаться своей очереди, то будет весьма кстати, если кто-нибудь сориентирует их относительно времени приема. Большинство клиентов-подростков не знают, сколько времени они у вас проведут, хотя и могут догадываться. Если, к примеру, есть только десять минут, клиенту надо об этом сообщить и желательно объяснить, почему это так. Если же консультант может уделить клиенту 45 минут или целый час, опять-таки об этом ему следует сказать с самого начала. Завершение консультации «вовремя» также имеет большое значение. Для подростков весьма характерно дождаться завершающей стадии встречи с консультантом, чтобы поведать ему что-то очень важное. Это представляется им «безопасным», так как они знают, что в таком случае им не придется обсуждать данный вопрос. Лучше всего закончить консультацию вовремя, отметив, что сделанное молодым человеком признание было очень важным, и договориться о следующей встрече. Соблюдение установленного регламента беседы способствует формированию профессиональных отношений с подростком и служит целям его/ее взросления.

Атмосфера комфорта. Скорее всего, подросток волнуется накануне первой встречи и, по-видимому, предполагает, что интервью будет аналогично посещению медицинского учреждения, где принято, чтобы между статусом врача и пациента существовала заметная разница, когда в основном врач задает вопросы и принимает решения. Так как в консультировании важно, чтобы подросток научился принимать ответственные решения, обстановка должна быть совсем иной. Хотя манера такого отношения к клиенту может быть обусловлена культурологическими особенностями, в любом случае с самого начала беседы следует подчеркнуто относиться к нему с уважением и сердечностью. Следовательно, когда подросток входит в кабинет, консультант должен встать, представиться, спросить фамилию клиента (или уточнить, как бы он хотел, чтобы его называли), предложить сесть на стул и поблагодарить клиента за то, что тот пришел. Последнее может показаться непривычным, но на самом деле своим приходом подросток демонстрирует доверие к (скорее всего) незнакомому человеку, что заслуживает благодарности. Целесообразно также сказать о том, сколько времени вы проведете вместе, и гарантировать полную конфиденциальность, если это потребуется (см. ниже по тексту раздел «На что следует обращать внимание при консультировании (Т))». Очень хорошо, если клиент и консультант сидят на однотипных стульях, и их не разделяет рабочий стол или бюро, поскольку таким образом нивелируется разница в их статусе. Важно, чтобы в кабинете больше никого не было, а если же это невозможно из-за отсутствия отдельного помещения, то должна быть штора или какая-нибудь перегородка, которая бы создавала ощущение приватности.

Начало консультации. Лучше всего начать с выяснения причины прихода клиента, поставив перед ним следующий вопрос: «Может быть, вы

сможете сказать мне, что привело вас ко мне?». На этот предварительный вопрос бывает легко ответить, к тому же у подростка появляется возможность сказать, что он не знает, или что его/ее сюда просто направили. Довольно редко клиент помимо своей воли является не по адресу, рассчитывая, к примеру, на визит к врачу по поводу лечения от ИППП, и в таком случае ему следует объяснить, чем вы как специалист занимаетесь, и с согласия клиента направить его в специализированное учреждение. С другой стороны, может случиться и так, что клиент, обратившись к консультанту, чувствует себя более комфортно, и таким образом оказывается в нужном месте, даже если он уже направлен к специалисту для постановки диагноза и лечения. Было бы не совсем верно сказать – «Расскажите мне о вашей проблеме». Цель консультирования прежде всего сводится к проявлению заботы о человеке, а не только лишь к выяснению проблемы, особенно если решением вышеназванной «проблемы» можно эффективно заниматься не напрямую, тем самым оказывая более ощутимое влияние на причину ее возникновения.

Манера поведения клиента. На протяжении всего периода консультаций одна из важнейших задач состоит в наблюдении за манерой поведения и эмоциями клиента, а также за теми признаками, которые обусловливают происходящие в нем перемены. Это особенно важно в начале первой консультации, когда устанавливаются доверительные отношения. Подростки могут приходить на прием, будучи немного взволнованными, сердитыми, грустными или «ёрничающими», или же могут выглядеть довольно апатичными. В задачу консультанта входит купирование степени выраженности чувств, препятствующих самовыражению. Для этого можно воспользоваться одним из наиболее эффективных приемов, в частности осторожно обратить внимание клиента на его настроение и выяснить, в этом ли заключается проблема. Если клиент взволнован, ему можно сказать: «Многие молодые люди, которые приходят ко мне, немного волнуются вначале. Интересно, Джон, вы тоже волнуетесь?». Если подросток явно агрессивен, вполне нормально сразу же прокомментировать это. Если же причина ясна, – например, подростка прислали к консультанту против его воли, – то консультант может сказать: «Вы немного раздражены, потому что пришли сюда, в то время как смысла в этом вы не видите, ведь так?». Раздраженность клиента должна восприниматься консультантом как нечто естественное, на что первый имеет полное право. Клиент, который нарочито выглядит грустным, также нуждается в «разрешении» консультанта быть таким, и, по-видимому, консультанту следует обратиться к нему со словами ободрения, отметив, что при таких обстоятельствах чувство грусти вполне естественно. Между комментариями об ощущениях подростков и помощью в том, чтобы они осознали такие ощущения, пролегает огромная дистанция на пути к снижению уровня напряженности, открытому признанию вами приемлемости эмоционального состояния подростков и к оказанию им поддержки в осознании собственных чувств.

Молчание. Эффективное консультирование предполагает более активное участие клиента, чем это обычно случается на приеме у врача. Однако для клиента такое взаимодействие с консультантом может

происходить впервые. Каким образом вам как консультанту убедить клиента в том, что вы верите в его внутренний потенциал, который позволит ему справиться с возникшими трудностями и действительно повзрослеть? Как помочь клиенту перестать волноваться? Немаловажным аспектом в этой связи представляется задача сократить прямые вопросы до минимума и набраться терпения, чтобы клиент в течение какого-то времени мог выговориться. Непривычная тишина может быть тягостной и для клиента, и для консультанта, но во время первой консультации использование такого приема, как молчание, в ограниченных пределах может быть весьма полезным. Слишком затянувшееся молчание представляется неуместным, так как клиент не сможет уловить его смысл, однако лишь немногим больше, чем обычно, затянувшаяся пауза может оказаться уместной для демонстрации того, что от клиента ожидают определенной инициативы. Клиент может прервать молчание и спросить о том, что интересует консультанта, – в этом случае следует ответить, что эта встреча должна помочь клиенту немного рассказать о себе. Если же консультант нарушает молчание, то аналогичная реплика с его стороны делается ради того, чтобы после нее снова наступил какой-то период ожидания. Со временем все это будет казаться клиенту более естественным, и он будет все больше и больше раскрываться, помогая консультанту выяснить причину и характер возникших трудностей. Иногда во время первой консультации клиент не хочет или не может разговориться. Это еще не значит, что консультация прошла неудачно. Есть много причин, по которым клиенты не хотят вступать в разговор; они могут быть напуганы, или им требуется время, чтобы довериться консультанту. Поблагодарите клиента за визит и скажите, что он сделал первый важный шаг. Предложите и назначьте следующую встречу. Даже если клиент говорит, что не хочет приходить снова, не отменяйте встречу, – попросите его подумать об этом и скажите, что надеетесь снова увидеться с ним.

Уместность вопросов и ответов. Иногда клиент задает неуместный вопрос, например, личного плана, или же консультант не может ответить на поставленный вопрос, потому что не владеет необходимой информацией (см. ниже раздел «Трудные моменты при консультировании», где представлен обзор таких вопросов). В первом случае важно объяснить, почему вопрос неуместен, и не пытаться его игнорировать; во втором – лучше всего сказать о том, что консультант в данный момент не располагает этой информацией, но постарается либо ее найти, либо направить автора вопроса к кому-нибудь, кто может дать такую информацию. Клиенты нередко желают, чтобы их успокоили относительно той проблемы, которая их волнует. Как бы вы ни стремились заверить клиентов в том, что каким-то образом сможете им помочь и не в последнюю очередь готовы потратить свое время на них, было бы опрометчиво вводить клиентов в заблуждение ложными обещаниями. К примеру, если молодой человек обеспокоен своими гомосексуальными наклонностями, ему не стоит говорить: «Не волнуйтесь, это со временем пройдет», потому что этого может и не произойти. В любом случае вы, безусловно, сможете им помочь каким-то иным образом. Принцип честных отношений с клиентом превыше всего и является кратчайшим путем к проявлению уважения и установлению атмосферы доверия.

Окончание консультации. Важно завершить консультацию в пределах того времени, какое было вами выделено для клиента. Полезно коротко подвести итоги встречи (см. ниже раздел С «Навыки обобщения»), обращая особое внимание на положительные сдвиги, которые произошли с клиентом, а также на то, как вы высоко цените его/ее стремление преодолеть возникшие трудности. Затем поинтересуйтесь самочувствием клиента. Назначьте еще одну встречу или обсудите с клиентом, как в дальнейшем будет отслеживаться сложившаяся ситуация. Если потребуется лишь одна консультация, скажите клиенту, что он/она является желанным гостем в любое удобное для него/нее время, и что вы будете рады видеть его/ее. Если же клиент собирается уходить в состоянии гнева или отчаяния до окончания консультации, попросите его ненадолго задержаться, чтобы обсудить эти чувства, или хотя бы посоветуйте ему, что несмотря на его уход в расстроенных чувствах двери вашего кабинета всегда открыты для него, и вы надеетесь снова увидеться. Такое «жизненное правило» имеет большое значение, так как поведение подростков может быть весьма провокационным, и их обычная реакция – это реакция отторжения. В такой ситуации консультант будет реагировать иначе, что позволит подростку вновь прийти на прием. Как сказано выше по тексту под рубрикой «Время», не выходите за пределы установленного времени лишь потому, что в конце консультации клиент сообщил что-то очень важное. Такая постановка вопроса ставит точку над «i», тем самым давая понять клиенту, что в этот день обсуждение затронутой проблемы продолжено не будет. Данный принцип распространяется и на такие настораживающие темы в ходе беседы, как намерение покончить жизнь самоубийством – см. ниже Трудные моменты (Т), где приводится обзор по этому вопросу.

Дискуссия

Для многих участников из разных стран, а также для тех, кто работает в учреждениях с авторитарным стилем руководства, такая неназидательная манера консультирования является необычной и, по-видимому, служит поводом для того, чтобы обратить внимание на культурологическую совместимость. Однако многолетний опыт показал, что эти принципы сохраняют свою актуальность в отношении любого контекста, хотя и проявляются они по-разному. Более того, практические занятия во время недельного семинара нередко способствуют достижению такой основной цели, как наглядная демонстрация (даже на примере ролевых игр) актуальности этих принципов для любого культурологического контекста. Дискуссия, запланированная после презентации, позволит охватить все эти вопросы, а для участников будут созданы благоприятные условия для откровенных высказываний.

Моделирование

Вполне допустимо, что во время дискуссии ведущий пожелает смоделировать некоторые из вышерассмотренных ситуаций, например, приветствие и начало первой консультации с клиентом-подростком. На это не должно уйти много времени, однако в любом случае лучше всего придерживаться правил ролевой игры. Так, доброволец из числа участников

выбирает для себя имя, пол и возраст юного клиента, который впервые приходит на прием к консультанту (его роль исполняет ведущий под другим именем). Практический опыт подсказывает, что ведущий должен работать в соответствии с принципами, общепринятыми в его или ее культурной среде, демонстрируя при этом представленные здесь положения.

С МИКРОНАВЫКИ КОММУНИКАЦИИ

С ПООЩРЕНИЯ И ДРУГИЕ НАВЫКИ ВЕДЕНИЯ БЕСЕДЫ (С3)

Это занятие будет в основном посвящено рассмотрению основных групп навыков слушания, так называемых «навыков ведения беседы», которыми должны владеть консультанты. Все эти стереотипы поведения проявляются у любого человека во время обычной беседы, но, как правило, неосознанно. Выделение таких поведенческих приемов в отдельные компоненты коммуникации («микронавыки» – термин Аллена Айви, который стоял у истоков этой системы в США) и последующая их отработка на практике эффективно развивают навык слушания, значение которого для консультирования трудно переоценить. В то же время участники тренинга научатся глубже понимать такие стереотипы поведения клиента, которые нередко являются важнейшим показателем его эмоционального состояния. Отработка компонентов навыка в отдельности может показаться довольно неестественной, тем более что в повседневной жизни мы это делаем абсолютно неосознанно. Но только так можно наилучшим образом усилить эти навыки и в конечном итоге естественно интегрировать их в процесс активного слушания.

Презентация

В начале занятия прежде всего полезно показать Слайд «Модель V» (С2) и указать, какое место отводится навыкам ведения беседы (невербальным навыкам слушания), как наименее навязчивым из всех навыков слушания. Опять же, основной задачей является помощь клиенту, а не консультанту, чтобы первый стал более разговорчивым. Затем можно пункт за пунктом показать Слайд «Навыки ведения беседы» с использованием ведущим принципов *Моделирования*, а участниками – *Работы в группах*.

Зрительный контакт. Хорошая межличностная коммуникация требует соответствующего зрительного контакта, который может быть легко смоделирован ведущим в ролевой игре, хотя в таких случаях не исключены некоторые культурологические особенности. Где-то между немигающим (пристальным) взглядом и полным отводом взгляда находится комфортная степень зрительного контакта. Взволнованный, раздраженный, смущенный или подавленный подросток может избегать зрительного контакта, но лицо консультанта должно быть повернуто к клиенту, так как это важный способ демонстрации его заинтересованности. Часто на первом приеме отправной точкой является установление зрительного контакта.

Язык телодвижений. Одной из существенных форм коммуникации являются *телодвижения*. Если просматривать видеозапись ролевой игры, например с отключенным звуком, большинство участников, следя лишь за

языком телодвижений, смогут описать почти все, что происходит между консультантом и клиентом. Такую манеру поведения можно эффективно использовать, привлекая внимание к его отдельным слагаемым. Чтобы проиллюстрировать важность языка телодвижений, можно (без огласки) попросить одного добровольца «замереть» во время разговора, начатого с другим участником ролевой игры. Очень скоро другой участник беседы тоже остановится, что указывает на чрезвычайную важность языка телодвижений для коммуникации. Это также говорит о том, что язык телодвижений имеет свои особенности в зависимости от сложившихся традиций культуры, и коммуникация связана с языком телодвижений, присущим культуре той или иной страны. Другой важный аспект языка телодвижений – это *дистанция*, которая сохраняется в общении между двумя участниками беседы. Такую ситуацию ведущий может легко смоделировать, предложив двум добровольцам провести обычную беседу стоя. Затем он просит одного из них (чтобы никто другой этого не слышал) непрерывно приближаться к своему собеседнику. Во время ролевой игры второй человек неизбежно будет отступать назад в тот момент, когда первый игрок будет делать шаг вперед, демонстрируя тем самым, какая дистанция между людьми является удобной.

Другой аспект языка телодвижений – это *синхронность* в движениях между двумя людьми. Если отношения развиваются успешно, то один человек наклоняется вперед, и другой будет делать то же самое. Если человек отклоняется от кого-то, то это часто рассматривается как неприятие. Люди, как правило, копируют язык телодвижений своих собеседников. Если один скрестил руки на груди, то другой, скорее всего, сделает то же самое и т.п. Такую ситуацию также можно проиллюстрировать на примере коротких ролевых игр.

Характеристики голоса также имеют большое значение при коммуникации. Повышение громкости голоса или разговор на повышенных тонах часто ассоциируются с гневом, быстрая речь – с волнением, понижение громкости и скорости речи может означать печаль и т.д. Для устной речи очень важно, чтобы голос варьировал, а не звучал монотонно. Ведущий может смоделировать соответствующую ситуацию, предложив добровольцам сесть на довольно значительном расстоянии от остальной группы, чтобы их разговор был едва различим, и попросить участников определить характер выражаемых эмоций. В тот же вечер, после окончания занятий, участников просят продолжить свои наблюдения за языком телодвижений.

С ПООЩРЕНИЯ (С4)

Второе место в группе навыков слушания, о которых идет речь в Модели V (С2), занимают поощрения. Они являются простой, но сильной формой активного слушания, тесно связанной с языком телодвижений, благодаря которой клиенту подаются полувербальные сигналы, побуждающие его к разговору или к продолжению беседы. Такие сигналы могут передаваться кивком головы или – в варианте английского языка – таким звуком, как «мм-хм», или словами «да», «понятно», «продолжайте». Эти малозаметные, но

ненавязчивые сигналы чрезвычайно важны и показывают клиенту, что вы его слушаете, вам интересно, и вы довольны тем, что он или она стали свободно излагать то, что их волнует. Этот навык легко проиллюстрировать, выслушивая кого-либо в условиях ролевой игры, когда сигналы преднамеренно опускаются, а затем – наблюдая, какой эффект производят поощрения после их введения в такую же ролевую игру.

Поощрения существуют в каждом языке, и участникам следует предложить продемонстрировать достоверность этого утверждения на языке, на котором они обычно работают (если это не английский), посредством коротких ролевых игр в присутствии всей группы.

Можно использовать ***упражнение «Розы и ромашки».*** В этом случае ведущий просит участников рассчитаться на «первый – второй», используя вместо порядкового номера слова «роза» и «ромашка». Количество «роз» и «ромашек» должно быть равным, так как они будут работать в паре. Затем один из ведущих выходит с «розами» из аудитории и объясняет их задачу: упражнение посвящено умению слушать; «ромашка» будет говорить на определенную тему, а задача «розы» вообще ничего не говорить и вести себя так, словно она не слушает до тех пор, пока ведущий не хлопнет в ладоши. После этого «роза» должна внимательно слушать свою «ромашку». В это время другой ведущий в аудитории объясняет «ромашкам», что, работая в паре с «розой», они должны рассказать ей о самом замечательном дне своей жизни. «Роза» не будет участвовать в разговоре или задавать вопросы, а будет только слушать. «Ромашка» должна продолжать свой рассказ до тех пор, пока данный ведущий не скажет, что время истекло. После окончания упражнения важно обсудить, как чувствовали себя участники из обеих групп при выполнении задания.

Когда ведущий поймет, что все участники усвоили микронавыки, о которых шла речь на этом занятии, он, используя форму презентации и наблюдая за тем, как участники руководствуются принципами моделирования, а также прибегая к работе в группах, выбирает подходящий момент для перехода к следующему занятию – *Отработке навыков в триадах.* Перед этим целесообразно сделать перерыв на кофе.

Отработка навыков в триадах

Теперь участников просят разбиться на группы по трое (на триады), чтобы они работали с теми, с кем им не довелось работать в предыдущий день. Участников просят сгруппировать свои стулья по три и сесть как можно дальше от остальных групп. Ведущий время от времени подходит к каждой из групп. По мере возможности ведущий должен наблюдать за ролевой игрой триады от начала и до конца перед тем, как перейти к другой. Каждый из участников должен попеременно выступить в роли «клиента», «консультанта» и «наблюдателя». Любая ролевая игра не должна длиться более пяти минут. Участникам, выступающим в роли клиентов, предлагают выбрать ситуацию, аналогичную той, которая обсуждалась или разыгрывалась на утреннем

занятии по теме «Половое созревание». Участники не должны обсуждать заранее выбранную ситуацию, а обязаны вести себя так, как если бы они были подростками. И, как это обычно бывает в ролевой игре, они должны выбрать имя и возраст подростка в духе традиций своей культурной среды. «Консультанта» просят воспользоваться всем, что он узнал из раздела **В** за текущий и предыдущий день – «Принципы психодинамики консультирования» (В2, В3, В4) и «Первичное интервью» (В5, В6), и он должен сосредоточиться на использовании навыков ведения беседы, включая зрительный контакт, язык телодвижений и поощрения. На таких практических занятиях участников просят не давать «клиентам» никаких советов и постараться не задавать много вопросов. Основная задача «консультанта» – помочь «клиенту» высказаться, дать понять ему, что все, что он говорит, важно и ценно, и, используя навыки поощрения, установить контакт. «Наблюдатель» будет отмечать, когда и как были использованы навыки ведения беседы, а также реакцию «клиента». Участникам следует напомнить, что задача стать хорошим «наблюдателем» – не менее важная часть тренинга.

По завершении каждой ролевой игры в ходе практических занятий по триадам наблюдатель должен сначала прокомментировать использование навыков консультанта, а затем перейти, соответственно, к клиенту и консультанту. Важно, чтобы наблюдатель не просто критиковал, а отмечал позитивные моменты в действиях консультанта. Однако, акцент следует ставить на умении консультанта пользоваться навыками, а не на «проблеме», представленной клиентом. Далее они меняются ролями и повторяют упражнение таким образом, чтобы каждый имел возможность выступить во всех ролях. На каждую ролевую игру и обсуждение уйдет около 15 минут, поэтому на весь процесс потребуется от 45 минут до 1 часа. По окончании ролевой игры участники опять ставят стулья полукругом, возвращаясь на свои места для общего завершающего занятия.

Во время практических занятий в триадах хорошо иметь видеокамеру для того, чтобы записать на пленку фрагменты некоторых ролевых игр и показать их на общем занятии. Между тем, для получения качественной звуковой записи, возможно, понадобиться снабдить двух участников ролевой игры переносными микрофонами. Не стоит слишком полагаться на видеотехнику и на воспроизведение полученной записи, хотя если этим правильно воспользоваться, то последняя окажется существенным дополнением.

Итоговое занятие в составе всей группы

Прежде всего перед всей группой ставится общий вопрос о том, как им понравилась работа в триадах, и с какими трудностями они встретились. Не забудьте сфокусировать свое внимание на обсуждении продемонстрированных навыков, а **не** на сути проблем, стоящих перед клиентом. Участников сначала спрашивают об их роли «наблюдателей». Затем уточняют, какими методами им удалось или не удалось воспользоваться, чтобы продемонстрировать навыки «консультантов», и каковы были их ощущения в роли «клиентов». Что

помогало «клиенту» раскрыться, а что мешало установлению контакта ? В порядке иллюстрации рассмотренных принципов и навыков ведущие также могут поделиться своими впечатлениями, ссылаясь на конкретные примеры, которые они наблюдали во время *практических занятий в триадах*. Если качество видеозаписи оказалось приемлемым, то ее воспроизведение с этой целью окажется весьма кстати.

Последние несколько минут в конце дня рекомендуется посвятить тому, чтобы поинтересоваться отзывами участников о состоявшихся в течении дня мероприятиях. Вопросы о том, что было наиболее полезным, а что не получилось, стимулируют откровенную беседу. Перед завершением занятия поблагодарите участников за их усилия и вкратце изложите программу работы на следующий день.

ДЕНЬ 3

Представьте в общих чертах программу занятий на день наряду с кратким обзором используемых методов работы. Предложите аудитории поделиться своими впечатлениями от вчерашнего дня. Если ранее запланированная программ осталась без изменений, то основными темами на этот день будут следующие: A Трудности, связанные с проявлением сексуальности; B На что следует обращать внимание при консультировании; и C Отражение фактов/ощущений, обобщение и вербальное следование.

СЕКСУАЛЬНОСТЬ И РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

ТРУДНОСТИ, СВЯЗАННЫЕ С ПРОЯВЛЕНИЕМ СЕКСУАЛЬНОСТИ

Если в предыдущие дни были рассмотрены проблемы, обычно причиняющие беспокойство большинству подростков, то сегодня речь пойдет о проблемах, которые может испытывать их меньшинство, и на которые, скорее всего, обязательно обратят свое внимание консультанты. Трудности, связанные с проявлением сексуальности, могут быть причиной страданий и по-настоящему серьезных психосоматических расстройств у подростка. Такие нарушения могут негативно воздействовать на его/ее сексуальные отношения и эмоциональные аспекты взаимоотношений с его/ее партнером. Сексуальная ориентация и акты насилия на сексуальной почве ассоциируются не только с личными проблемами, но и непосредственно влияют на семейные отношения и социальную среду, и предание их огласке может иметь определенные последствия для различного окружения, в котором может находится подросток. Все эти аспекты будут рассмотрены под тремя рубриками: Сексуальная ориентация, Половые дисфункции и Сексуальное насилие. В очередной раз особое внимание будет уделено восприятию образа подростка в свете традиций культуры, носителями которой являются сами участники семинара. Участникам предстоит воспроизвести некоторые из таких ситуаций в ролевых играх с целью наглядно показать актуальные проблемы взаимодействия и коммуникации.

Презентация и дискуссия

Сексуальная ориентация

Формирование и осознание сексуальной ориентации играет важную роль при становлении личности как взрослого человека. Под понятием

сексуальной ориентации подразумевается устойчивая модель физического или эмоционального влечения к людям того же биологического пола (гомосексуальное влечение), противоположного пола (гетеросексуальное влечение) или обоих полов (бисексуальное влечение). Параметрами сексуальной ориентации являются такие категории, как сексуальные фантазии, эмоциональная привязанность, сексуальное поведение и отождествление себя с кем-либо.

Чтобы успешно помогать подростку разбираться в его или ее чувствах, следует проводить четкую грань различия между влечением, фантазией и привязанностью. Для некоторой части подростков процесс осознания своей сексуальной ориентации может затянуться. Порой проходят многие годы прежде, чем взрослый человек дает понять своей семье и друзьям, какие сексуальные привязанности его волнуют, открыто демонстрируя это своим «выходом в свет». Наличие необходимой информации, поддержки и возможный контакт с сообществом гомосексуалистов могут помочь таким подросткам примириться со своими чувствами и понять, какой выбор для них является наиболее оптимальным. Специалисты располагают всеми возможностями, чтобы прийти на помощь подростку и внести ясность в его или ее чувства, а также в осознание смысла сексуальных отношений и предшествующих поступков. Есть два важнейших вопроса, суть которых следует напомнить участникам, а именно: сексуальные предпочтения не являются предметом выбора, и если ставится задача их изменить (если это вообще возможно), то ее выполнение сопряжено с колоссальными трудностями; и многие люди, чей внешний облик со всей очевидностью подчеркивает такие наклонности, в действительности не всегда являются сторонниками гомосексуальных связей. Может наблюдаться и совершенно противоположная ситуация, когда молодые люди, проживающие только с представителями своего пола, могут поддерживать гомосексуальные отношения, не имея при этом гомосексуальной ориентации. Представляется неоспоримым и тот факт, что не все стереотипы гомосексуального или бисексуального поведения явно приносят вред, – не исключено, что слушатели пожелают обсудить именно этот момент.

Поскольку фактически во всех обществах такие наклонности принято рассматривать в негативном свете, это неизбежно означает, что подросток с гомосексуальной ориентацией будет сталкиваться с трудностями, а иногда у него даже могут возникать мысли о самоубийстве, и на самом деле он может решиться на такой шаг. Признавая наличие этих проблем, а также то, что между проявлением гомосексуализма – гетеросексуальности может пролегать весьма условная граница, многие из тех, кто имеет явные гомосексуальные наклонности, будут подавлять эту составляющую своей природы и в основном стремиться к гетеросексуальным контактам. Они могут жениться/выходить замуж, не теряя при этом гомосексуальных чувств, и вести бисексуальную жизнь либо в своих фантазиях, либо наяву. (Подросток с выраженной гомосексуальной ориентацией может одновременно с такой же определенностью поддерживать чисто гетеросексуальные отношения. Такая ситуация может служить источником неимоверных страданий, так как человек

не в силах преднамеренно изменить собственную сексуальную ориентацию, хотя такие попытки с его стороны могут продолжаться какое-то время). Другая категория людей с гомосексуальной ориентацией может быть вполне довольна таким положением вещей, но одновременно может отдавать себе отчет в том, что ей придется испытывать на себе проявления антагонизма со стороны определенного круга лиц, возможно даже и от членов своей семьи. Важная задача консультантов состоит в том, чтобы оказать помощь молодым людям в преодолении этих трудностей.

Половые дисфункции (А8)

Первый опыт в сексуальных отношениях может даваться нелегко, и молодые люди нуждаются в поддержке, чтобы поверить в собственные силы и добиться углубления своих познаний, приобрести необходимые для этого навыки. Многие молодые люди остаются недовольны собой после первого в своей жизни полового акта, однако лишь у немногих хватает отваги рассказать об этом другим, поскольку в этом деле действительно требуется умение, особенно от юношей. Формирование женской сексуальности предполагает иной путь развития, когда наряду с ощущением интимности налицо и такая важная составляющая, как эмоциональное возбуждение и страсть на фоне полового удовлетворения. Сексуальное поведение также представляет собой интерактивный процесс, при котором каждому человеку приходится решать для себя вопросы взаимоотношений, лежащие в плоскости «умение добиться согласия – применение силы». Вопросы такого плана лучше всего обсуждать в рамках индивидуального консультирования.

Термин «половая дисфункция» обычно используется для обозначения некоторых нарушений функциональной способности в достижении сексуального удовлетворения при половом акте. Таким образом, это состояние рассматривается как отдельная проблема только тогда, когда ее существование признают один или оба партнера. Одни дисфункции, в отличие от других, более распространены среди подростков. На этом занятии, как правило, следует рассказать о том, как вы пользуетесь этим термином, и дать краткий обзор рабочих определений терминов, описание которых приводится ниже. Слова из лексикона подростков обычно отличаются от технически «правильной» терминологии. В данном случае уместно провести небольшую дискуссию по общепринятым среди подростков словам. Если такой разговор может вызвать чувство неловкости у некоторых участников, то им следует напомнить, что во время консультаций они еще не раз услышат эти слова. Если лексические средства, которыми пользуются некоторые участники в своих странах, отличаются от таковых на семинаре, попросите этих слушателей записать технически правильные термины и слова, которыми, скорее всего, пользуются подростки в своей культурной среде.

Импотенция (или эректильная дисфункция) – неспособность полового члена быть в состоянии эрекции или сохранить ее. Первичная импотенция характеризуется как состояние, при котором эрекция никогда не наступает. Она встречается редко и обычно является результатом органических поражений. Вторичная импотенция – значительно более

распространенное явление и, как правило, является следствием волнения по поводу возникшей ситуации или самой эрекции. Она может носить временный характер, если речь идет о волнении. Вторичная импотенция может наблюдаться у молодого человека, который нервничает по поводу полового акта или его последствий. Если молодой человек не знает о причинах распространенности такого явления, то эта проблема может вызвать долговременное нарушение половой функции и неизбежную потерю чувства собственного достоинства.

Преждевременная эякуляция – неспособность контролировать эякуляцию, которая наступает вскоре после возбуждения, и раньше, чем того захочет либо сам подросток, либо его партнерша. Из-за быстрой сексуальной возбудимости мальчиков-подростков эта проблема, очевидно, является достаточно распространенной.

Задержка эякуляции – обратная сторона этого явления, т.е. эякуляция наступает позже желаемого момента.

Вагинизм – спазм вагинальных мышц, препятствующий проникновению во влагалище.

Диспареуния – болезненные ощущения, возникающие при проникновении во влагалище и обусловленные множеством причин. В таком случае важно пройти медицинское обследование на наличие инфекции или анатомической проблемы прежде, чем относить это состояние в основном за счет психосоматических расстройств. Диспареуния может быть причиной тяжелого психологического стресса, а также отрицательно сказаться на долговременных взаимоотношениях.

Отсутствие полового влечения – ощущение, возникающее у молодых людей относительно того, что у них не наступает сексуальное возбуждение в подходящий с их точки зрения момент и, по-видимому, более всего со своим половым партнером.

Чрезмерное половое влечение – ощущение того, что сексуальное возбуждение возникает слишком часто и бывает сильнее, чем того хотелось бы. Такие жалобы обычно свойственны мальчикам-подросткам, которые считают, что им трудно сосредоточиться на других вещах из-за постоянных помыслов о сексе и сексуальных устремлений.

Аноргазмия – неспособность испытывать оргазм при стремлении к нему. Учитывая более высокую вероятность быстрой сексуальной возбудимости у юношей и несколько замедленную (но более длительную) возбудимость у девушек, может возникнуть чувство беспокойства (как у него, так и у нее) относительно того, что девушка не испытала оргазма. Однако многие люди получают удовольствие от секса, не испытывая оргазма, причем его наступление в одно и то же время скорее не правило, а исключение. Молодые люди могут об этом не знать.

В ходе дискуссии следует обратить особое внимание на наиболее типичные по мнению слушателей проблемы в жизни молодых людей, а также на те трудности, с которыми они сталкиваются при попытке общения с другими по всем этим вопросам. Участникам следует предложить хотя бы одну из таких ситуаций в качестве темы для ролевой игры.

Девиантное сексуальное поведение (А9)

Девиантное сексуальное поведение чаще называют сексуальными отклонениями, потому что при рассмотрении этого понятия в более узком смысле оно предполагает достижение оргазма **исключительно** с помощью стимуляции, варианты которой приведены ниже. Если одни отклонения причиняют вред здоровью индивидуума или его полового партнера, то в случае других отклонений этого не происходит (также см. ниже Сексуальное насилие). Участникам следует предложить, чтобы они обсудили свое отношение к данному вопросу. Однако время, которое необходимо уделить этой тематике, будет зависеть от ее актуальности для подростковой части населения, обслуживаемой участниками. Сталкиваясь с любыми проблемами такого рода, консультанту следует быть внимательным и сочувствующим слушателем ввиду того, что именно наиболее необычные из них будут держаться в тайне, и подростку в этом плане может понадобиться самая серьезная помощь.

Садомазохизм – достижение оргазма лишь через боль, которую человек причиняет половому партнеру (садизм) или испытывает ее от партнера (мазохизм).

Трансвестизм – переодевание в одежду противоположного пола в качестве единственного средства для достижения оргазма. Такое явление, как правило, не связано с сексуальной ориентацией, хотя многие участники могут предположить, что это проявление гомосексуальных наклонностей.

Вуайеризм – созерцание полового акта между людьми или наблюдение за лицами, которые могут подавать скрытые намеки сексуального характера, как единственное средство для достижения оргазма.

Эксгибиционизм – достижение оргазма исключительно посредством обнажения половых органов, как правило, в присутствии незнакомцев в общественных местах.

Фетишизм – возникновение полового возбуждения лишь при наличии объекта или какого-либо материала, например туфли или резины, как исключительное средство для достижения оргазма.

Транссексуализм – ощущение принадлежности своего тела к противоположному полу; относительно редко встречающийся, но сильный феномен, который обычно проявляется с ранних лет. Не имеет ничего общего с гомосексуализмом, но в последнее время данное явление стало

рассматриваться как состояние, которое в некоторых случаях подлежит лечению хирургическим путем.

Педофилия – возникновение полового возбуждения посредством сексуальных действий в отношении детей (также см. ниже Сексуальное насилие).

Сексуальное насилие (А10)

Цель этой дискуссии заключается в оказании помощи участникам в распознавании ситуаций, которые являются опасными для подростков или могут причинить им страдания и которые возникают по причине определенного поведения других людей по отношению к подросткам либо против воли последних, либо без соответствующего согласия с их стороны ввиду незрелости по возрасту. Виктимизация на сексуальной почве допускает ситуацию в двух вариантах, а именно: сексуальное насилие или сексуальную агрессию со стороны более старшего по возрасту человека в период детства, отрочества или юности; и акты насилия, связанные с сексуальными отношениями в подростковом возрасте. Это явление нередко трактуется как насильственное свидание или акты насилия при сексуальных отношениях, т.е. как еще одно проявление сексуальной агрессии, когда сам подросток может оказаться лицом, совершающим противоправные действия. Сексуальное насилие или сексуальные домогательства могут проявляться в различных формах и иметь свои особенности в зависимости от сложившихся культурных традиций. Ведущему будет уместно объяснить участникам порядок применения данного термина и предложить аудитории привести конкретные примеры ситуаций, которые по их мнению можно классифицировать как сексуальное насилие. Поскольку сексуальное поведение может проявляться в самых разных формах и не ограничиваться только лишь половым актом, под категорию сексуального насилия подпадает широкий диапазон стереотипов поведения. К примеру, злоупотребления такого рода могут быть скорее чисто вербальными или аудиовизуальными, чем физическими; тематика, о которой идет речь в данном случае, может частично совпадать с вышерассмотренной проблематикой, как, например, тема педофилии. Сексуальное насилие может иметь кратко- и долгосрочные последствия, особенно ярко выраженные в подростковом периоде ввиду формирования личности и типичной для взрослых половой жизни. Многие насильники сами были жертвами сексуального насилия в анамнезе, однако это обстоятельство еще не означает, что подростки – жертвы актов сексуального насилия – со временем сами станут насильниками. После дискуссии можно показать заготовленный слайд, хотя было бы полезнее остановиться на стереотипах поведения, о которых говорили участники, и зафиксировать эти варианты на проекционной пленке во время обсуждения. Некоторые наиболее часто встречающиеся разновидности такой формы злоупотреблений перечислены ниже.

Инцест. Рабочее определение данного понятия подразумевает половые связи между двумя членами одной семьи, например между отцом и дочерью, матерью и сыном или братом и сестрой, однако к ситуации, вызывающей не меньшую тревогу, могут быть причастны не только кровные родственники, к

примеру отчим и падчерица. Как и в предыдущем случае, в рамках дискуссии по сексуальному насилию инцест может проявляться в сексуальной активности, исключая половой акт. Такое явление, как инцест, практически повсеместно подлежит осуждению, а соответствующая статистика оказывается неполной. Для некоторых участников эта тема может показаться шокирующей, к тому же они могут заявить, что в традициях культуры их стран это встречается крайне редко. Однако такое мнение может несколько измениться во время групповой дискуссии. Подросткам чрезвычайно трудно обсуждать тему ицеста по следующим причинам: стыд; смущение; зачастую чувство вины из-за того, что они сами в какой-то степени согласились на это или поощряли такие действия; страх перед матерью, если, например, это произошло между девочкой и ее отцом или отчимом; боязнь таких последствий в отношении себя, как быть отлученной от семьи, или возможный развал семьи; боязнь последствий разоблачения, включая юридическую ответственность, и т.п. Система семейных отношений связана с историей возникновения инцеста, и единственная возможность оказать реальную помощь подростку заключается в том, чтобы самым активным образом заниматься всеми членами семьи, проводя согласованные мероприятия по линии всевозможных служб или отдельных специалистов. Для наглядной демонстрации некоторых из этих проблем будет полезно провести ролевую игру, в которой один из персонажей в роли девочки пытается рассказать своей матери о ситуации, связанной с кровосмешением.

Изнасилование – принудительное половое сношение с лицом мужского или женского пола без его/ее согласия. Изнасилование может быть особенно травмирующим в отношении подростка, который до этого не вступал в половую связь, и более того – может сопровождаться физическим (а также психологическим) насилием. В этом случае по поводу синдрома посттравматического стресса рекомендуется оказание экстренной поддержки в форме собеседования и особой психосоматической помощи. Во многих странах половое сношение с несовершеннолетним (независимо от того, какое на этот счет принято определение) расценивается как акт изнасилования по статутному праву даже тогда, когда на то есть согласие несовершеннолетнего, поскольку считается, что лицо юного возраста не является достаточно зрелым, чтобы выражать информированное суждение.

Проституция – вовлечение подростков в сферу сексуальных услуг в обмен на деньги или другие блага – нередко расценивается как сексуальное насилие, поскольку некоторых подростков принуждают этим заниматься, причем одни идут на это от отчаяния, а другие еще слишком молоды, чтобы сделать для себя осознанный добровольный выбор. Различные условия, которые приводят к проституции, связаны с социальными, юридическими, экономическими и психологическими факторами, которые нередко препятствуют оказанию помощи молодежи, если при этом осуществлять только индивидуальный подход. Жизненно важную роль в этом деле может сыграть наличие многодисциплинарной сети учреждений и специалистов. Во многих развивающихся странах проституция распространена главным образом в туристических зонах. В некоторых странах взрослые стремятся вступить в

половую связь с юными особами, полагая, что последние, скорее всего, не поражены ВИЧ/СПИДом .

Педофилия. Как и в случае вышеперечисленных категорий, это такая ситуация, когда ребенка или подростка принуждают или уговаривают вступить в половую связь с человеком более старшего возраста, чтобы удовлетворить плотские вожделения последнего, что является одной из форм сексуального насилия ввиду незрелого возраста ребенка (также см. выше Девиантное сексуальное поведение).

Сексуальные домогательства могут проявляться в различной форме, включая повторяющиеся попытки приставать или привести в смущение, зачастую (но не всегда) по инициативе юношей или мужчин в отношении девушек. Участникам следует обсудить, как это происходит в духе культурных традиций их стран.

Акты насилия во время свиданий – виктимизация на сексуальной почве может иметь место между подростками, находящимися в интимных отношениях друг с другом, когда один партнер (чаще всего юноша) принуждает другого партнера совершать действия сексуального характера против его/ее воли, либо заставляет его/ее вступать в половую связь. Важная задача консультантов заключается в оказании помощи молодым людям – жертвам насильственных действий и насильнику – откровенно рассказать об этих проблемах, чтобы своевременно отреагировать и предотвратить проявление насилия в их нынешних и дальнейших сексуальных отношениях.

Ролевая игра

В связи с тематикой, рассмотренной под обширной рубрикой «Трудности, связанные с проявлением сексуальности», в частности с такими аспектами, как сексуальная ориентация, половые дисфункции, девиантное сексуальное поведение и сексуальное насилие, возникает немало проблемных ситуаций, когда юноша или девушка могут стремиться к общению с другим человеком или каким-то образом высказывать свои тревоги, скрывая при этом отдельные детали. Такие ситуации заслуживают того, чтобы воспроизвести их в ролевой игре, и на третий день работы семинара слушателям следует предложить взяться за рассмотрение некоторых из наиболее сложных и щекотливых вопросов, например инцест и сексуальная ориентация. Целью данного занятия является наглядная иллюстрация обозначенных проблем и оказание помощи всей группе обучающихся в понимании переживаний, особенно у подростка, когда тот сталкивается с проблемами такого рода. Это поможет участникам научиться вести беседу на эти темы без излишнего смущения или замешательства, чтобы реакция со стороны консультантов не противоречила собственным утверждениям. Предложенная позиция позволит им глубже прочувствовать влияние социально-культурной среды на формы проявления сексуального насилия и традиционное распределение ролей по гендерному признаку и в тактичной форме оказать помощь молодым людям открыто говорить о таких вещах, если последние служат причиной их беспокойства. Более того, у них будет возможность рассказать об отношении к

этому других специалистов, работающих в соответствующих службах в своих странах, а также обменяться мнениями об опыте преодоления препятствий и трудностей. Откровенные проявления сексуального поведения **не** следует воспроизводить в ролевых играх, однако такие сценки, когда девушка пытается рассказать своей матери об акте кровосмешения или когда юноша старается выразить свое беспокойство по поводу гомосексуальной связи, – можно продемонстрировать с большой пользой для дела. Как и прежде, персонажами ролевых игр должны быть добровольцы, однако слушателям, которые еще не участвовали в таких сценках, следует предложить сделать это, не обращаясь к аудитории поименно. В данном случае остаются в силе общепринятые правила ролевой игры, причем они особенно важны на этом занятии, когда со всей откровенностью обсуждаются весьма щекотливые и нередко, в известном смысле, вытесненные в подсознание темы.

Примечание: Тема трудностей, связанных с проявлением сексуальности в подростковом возрасте, довольно обширна, и, по-видимому, не представляется возможным должным образом ее проработать в первой половине утреннего занятия. Вместе с тем, ведущий должен позаботиться о том, чтобы не слишком много времени уделялось темам, далеким от проблем подросткового возраста. Если потребуется больше времени для рассмотрения данной проблематики, то ее обсуждение можно продолжить на следующий день утром на Занятии А. Эти вопросы могут возникнуть вновь в связи с Трудными моментами при консультировании (День 4 и 5), их также можно будет использовать в ролевых играх на послеобеденных практических занятиях в триадах по отработке навыков консультирования.

В ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

В ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ СЛУЖБЫ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Основной целью этого занятия является выработка оптимальных подходов к консультированию применительно к культурологическим особенностям стран, о чем говорилось на Занятиях В в первый день под рубрикой «Принципы психодинамики консультирования» (В2, В3, В4) и что отражено на конкретных примерах по теме «Первичное интервью» (В5, В6) в процессе работы в День 2. На текущем занятии речь идет главным образом об обеспечении конфиденциальности и приватности, а также о границах, за пределы которых роль консультанта выходить не должна. Как и на предшествующих занятиях, чрезвычайно важно, чтобы участники выразили свою точку зрения по каждому из ключевых вопросов в свете того, что им представляется приемлемым, а также рассказали о наиболее адекватных методах обеспечения конфиденциальности в учреждениях по месту их работы. Вполне уместно перечислить только лишь наименования названных тем и предложить участникам помочь определить их содержание. Приведенные ниже комментарии помогут ведущим правильно организовать дискуссию.

Презентация и дискуссия

На что следует обращать внимание при консультировании (В7)

Ответственность консультанта. Если навыки консультирования актуальны в самых различных ситуациях, то роль консультанта в конкретных условиях работы может иметь свои особенности. Главной задачей на данном семинаре скорее является отработка необходимых навыков, а не обучение консультантов в зависимости от их базовой подготовки. Следовательно, специалисты, работающие в качестве консультантов, могут быть представителями различных профессий – врачами, преподавателями, медсестрами, социальными работниками, психологами, религиозными деятелями, специалистами по работе с молодежью и уголовному судопроизводству и т.п. Вместе с тем, работая консультантами, им крайне важно дистанцироваться от своей привычной роли. Например, принципы, в соответствии с которыми врач (должным образом) выясняет данные анамнеза у пациента, резко отличаются от того, как консультант помогает клиенту познавать самого себя. Если врач оказывает пациенту консультативные услуги, лучше всего, по-видимому, этим заниматься в другой раз и, по мере возможности, в другом месте, где проходит консультирование по вопросам здоровья с тем, чтобы четко разграничить роли врача/пациента и консультанта/клиента. Аналогичным образом, консультант, который не работает в КВД и не имеет соответствующей аппаратуры для диагностики или лечения венерических заболеваний, может вполне успешно проконсультировать клиента, страдающего от ИППП. В таком случае следует

позаботиться о том, чтобы адекватная постановка диагноза и лечение были проведены в другом месте, и обязанность консультанта, кем бы он/она ни были, будет состоять в том, чтобы направить клиента в другое учреждение и, по мере возможности, к конкретному работающему там специалисту, а не просто сказать клиенту, чтобы он туда обратился. Когда в качестве консультанта выступает лицо, наделенное моральной ответственностью, например в случае приобщения священнослужителей к службе консультирования, точно так же сохраняет свою силу правило о разграничении ролей. Таким образом, выступая в роли консультанта, исключительно важно не переходить на нравоучительный тон по отношению к клиенту и стараться помочь ему определиться со своим моральным выбором.

Соответствие предлагаемых услуг потребностям клиента. Как уже отмечалось в разделе «Первичное интервью» (B5, B6), в начале первой беседы с клиентом очень важно помочь ему/ей рассказать о причине своего визита, а также выяснить его/ее запросы и потребности. Клиент может обратиться по поводу оказания ему финансовой или юридической помощи – в таком случае его следует направить в соответствующие службы. Однако, консультанту не стоит ограничиваться лишь одним направлением клиента – ему следует попытаться помочь клиенту, чтобы тот рассказал о своих потребностях. Подросток может сомневаться в том, стоит ли сообщать консультанту о своих проблемах на первом собеседовании, к тому же нередко он оказывается в замешательстве, особенно при обсуждении такого деликатного вопроса, как сексуальные отношения. В то же время подростка может смутить то обстоятельство, что слишком много людей стремятся ему помочь. Поэтому следует как можно раньше определиться относительно целей консультирования (выяснить потребности, помочь в преодолении множества затруднений, содействовать в направлении в другие службы и т.д.), чтобы решить, стоит ли заниматься ведением этого клиента или нет. Подросток, который обращается за помощью, нередко хочет уточнить через консультанта, который его направляет к конкретному специалисту, не только специализацию последнего, но и будет ли это мужчина или женщина, какое общественное положение он занимает или каковы психологические черты его характера. Важно с должным уважением относиться к праву клиента не только выбирать специалиста, у которого он/она хочет проконсультироваться, но и получать услуги высокого качества.

Принцип конфиденциальности/информирование других лиц. Это один из важнейших и одновременно один из наиболее сложных во многих отношениях аспектов, которым должна заниматься служба консультирования. Подростки нередко чрезвычайно осторожны в огласке своих чувств, мыслей и поступков, которые они до этого держали в тайне. Они могут испытывать чувство стыда и вины, оказаться в замешательстве или просто в растерянности. Опытный консультант может реально помочь подростку, чтобы тот разговорился о таких вещах, но если же подросток не уверен, что все сказанное им будет сохранено в тайне, или сомневается в соблюдении конфиденциальности, то консультант может столкнуться с непреодолимыми трудностями. Если учесть, что одним из принципов консультирования

является помощь подростку научиться принимать самостоятельные решения о том, как себя вести, необходимость в нарушении принципа конфиденциальности может возникать лишь в исключительно редких случаях. Вместе с тем, с самого начала консультирования следует обязательно довести до сведения клиента допустимый предел соблюдения принципа конфиденциальности. В любом случае надо обратить внимание подростка на то, чтобы он не оставался один на один со своими проблемами, настоятельно рекомендовав ему/ей поговорить со своими родителями или другим человеком, которому он/она доверяет.

В этом разделе необходимо рассмотреть три отдельных вопроса. 1. Что мы подразумеваем под конфиденциальностью? 2. Как подросток может быть уверен, что конфиденциальность будет соблюдена? и 3. Каким образом лучше всего нарушить принцип конфиденциальности, если консультант считает, что это крайне необходимо?

1. Что мы подразумеваем под конфиденциальностью? Абсолютная конфиденциальность означает, что никто, кроме консультанта и клиента, не должен знать ни о личности клиента, ни о содержании беседы, состоявшейся во время консультации. Во многих консультациях существует определенная форма отчетности, в соответствии с которой фамилия клиента регистрируется и становится известной другим сотрудникам, работающим на базе консультации, а иногда и за ее пределами. Это вполне приемлемо, если такими людьми являются другие специалисты, которые обязаны использовать такую информацию исключительно в служебных целях. Но даже если информация о личности клиента может стать известной, то содержание бесед во время консультирования не должно предаваться огласке. Вместе с тем, рабочая документация нередко просматривается такими сотрудниками, как канцелярские работники, секретари и т.п., которые не прошли курс обучения по вопросам конфиденциальности. Крайне важно, чтобы в рамках профессиональной подготовки персонала сотрудники консультации данной категории также прошли обучение на соответствующих курсах. Если же необходимо предоставить статистическую или служебную информацию, то для защиты данных о личности клиентов возможно использование системы кодирования.

2. Как подросток может быть уверен, что конфиденциальность будет соблюдена? Большинство клиентов-подростков не уверены в степени конфиденциальности информации, которую они сообщили консультанту, но не решаются спросить об этом напрямую. Одним из вариантов решения этого вопроса является наличие на видном месте официального извещения, содержащего правила соблюдения конфиденциальности. Другим вариантом может быть информирование клиента на начальном этапе консультирования о гарантиях соблюдения конфиденциальности. Третий, наименее эффективный способ заключается в предоставлении такой информации лишь при поступлении соответствующей просьбы, но этот вариант связан с существенным риском упустить тех, кто слишком стесняется спрашивать об этом.

3. Каким образом лучше всего нарушить принцип конфиденциальности, если консультант считает это крайне необходимым? Существует ряд обстоятельств, когда, по мнению некоторых (но не обязательно всех) участников, следует либо информировать других людей, либо идти на нарушение конфиденциальности из политических или юридических соображений. Некоторые слушатели станут приводить в пример конкретные ситуации, в частности: девушка-подросток беременна и может пойти на аборт; подросток с диагнозом ИППП отказывается пройти соответствующий курс лечения; подросток, оказавшийся жертвой инцеста, не желает, чтобы об этом стало известно, так как боится последствий; подросток, который каким-либо образом нарушает закон. В процессе обсуждения всей группой каждого из этих примеров по существу и с учетом специфики местных условий, уместно напомнить участникам, что очень трудно заставить человека что-то сделать под принуждением. Например, если попытаться заставить беременную девушку-подростка сохранить беременность, то она может решиться на аборт, небезопасный для здоровья; при нарушении конфиденциальности юноша, заболевший ИППП, может просто убежать; если об инцесте становится известно другим людям, это может усугубить и без того тяжелую ситуацию или привести к насилию над подростком и т.д.

Важнейшей задачей консультанта является забота о благополучии клиента, и нарушение принципа конфиденциальности редко способствует решению проблемы. Но если же консультант считает, что в интересах клиента о его проблеме должны быть информированы другие люди, то он должен сначала объяснить клиенту причину этого и попытаться согласовать с ним свое решение. Если такая попытка не удалась, а консультант по-прежнему считает, что эту информацию крайне необходимо придать огласке, то клиент обязан знать о том, кому, каким образом и когда это станет известно. Вместе с тем, нарушение конфиденциальности может не только бесповоротно испортить отношения клиента с консультантом, но и подтолкнет других подростков к тому, что они перестанут обращаться за помощью, как только распространиться слух о нарушении консультантом принципов конфиденциальности.

Ведение рабочих записей. Участники иногда задают вопрос о том, уместно ли вести рабочие записи во время приема. Обычно это нежелательно по двум причинам. Во-первых, это занятие отвлекает внимание от клиента. К примеру, в такой ситуации зрительный контакт становится невозможен, а язык телодвижений сфокусирован на записях в блокноте, а не на клиенте (см. Навыки ведения беседы (С3)). Во-вторых, у клиента сразу же возникает подозрение, что все сказанное им не будет сохранено в тайне, даже если клиент специально попросит об этом. Принимая во внимание характер консультирования, консультанту не следует делать подробных записей и каких-либо пометок с напоминаниями (чтобы хранить их в надежном месте), – все записи лучше сделать сразу же после окончания приема.

Общение вне консультации. Иногда происходит невольное нарушение конфиденциальности, например из-за писем, адресованных

подростку, но попавших сначала в чужие руки, или звонков по домашнему телефону клиента. Если возникает необходимость в общении с клиентом вне консультации, уместно обсудить с ним, как это лучше всего сделать.

Приватность/Где встречаться? Между проблемами приватности и конфиденциальности существует теснейшая связь. В идеальной ситуации у клиента должна быть возможность приходить на консультацию без обязательного уведомления посторонних о том, что он или она находятся там именно с этой целью. Предположим, что если такое обслуживание организовано на базе поликлиники или молодежного центра, то сам факт входа человека в главный корпус вовсе не раскрывает конкретной цели его визита. Однако, такой вариант может оказаться не совсем удобным. Например, в этом плане наружная вывеска с надписью «Молодежная служба» может быть более удачной по сравнению с той, на которой написано «Служба консультирования молодежи», если только это обстоятельство не привносит какой-либо путаницы.

Важность приватности в ходе консультации трудно переоценить, и создать в какой-то степени такую обстановку можно всегда. В идеальном случае консультирование должно проходить в кабинете, где присутствуют только консультант и клиент(ы). Если это в принципе невозможно, то основные требования сводятся к тому, чтобы клиент(ы) находились за перегородкой на достаточном расстоянии от посторонних, чтобы никто не смог подслушать их разговор. Очень важно, чтобы никто не прерывал процесс консультирования, а также позаботиться о том, чтобы консультанта не отвлекали телефонными звонками. Если это невозможно, то позвонившему следует сразу же сообщить о том, что вы не можете в данный момент подойти к телефону, и попросить его позвонить в другое время.

Консультирование можно организовать в помещении, которое используется в других целях, например, в амбулатории, школе, больнице, молодежном центре или в каких-либо других общественных местах. Однако консультация должна быть удобно расположена, чтобы можно было добраться до нее пешком или на городском транспорте; сеансы консультирования следует проводить в удобное для молодежи время; а само помещение должно быть оформлено надлежащим образом, включая холл для ожидания, пребывание в котором на виду у других людей не должно, насколько это возможно, явно указывать на цель визита клиента.

Продолжительность и периодичность консультаций. Наиболее оптимальная продолжительность одного сеанса консультации составляет около 30-45 минут. Слишком короткий период консультирования неизбежно осложняет установление доверительных отношений; излишнее затягивание беседы слишком утомительно для клиента и требует от него большого напряжения. Однако так много времени не всегда можно уделить клиенту, хотя и за 5 минут можно сделать немало, в чем участники семинара могут сами убедиться во время ролевой игры при *отработке навыков в триадах*, а также в процессе *моделирования* под руководством ведущих. Тем не менее, это зависит не только от навыка консультанта, но и от информированности

клиента о продолжительности консультирования (см. Первичное интервью (B5, B6)). Неожиданное завершение консультации может весьма болезненно отразиться на клиенте, которому покажется, что им пренебрегают или что он/она сказал(а) что-то не так. Затягивание времени консультации также может стать поводом для беспокойства, поскольку такая ситуации нарушает установленный лимит времени или взаимосогласованные правила, а это может послужить поводом для клиента считать, что консультант запаниковал из-за вопроса, неожиданно возникшего в последний момент беседы.

Периодичность консультаций будет зависеть от позиции консультанта и целесообразности их проведения, однако клиенту, как правило, требуется по меньшей мере несколько дней для осмысления того, что он узнал на консультации и, возможно, для принятия мер в соответствии со своим решением. Если предстоит целая серия консультаций, то желательно заранее назначить время для приема клиента, чтобы он/она ощутил(а), что установленное время «принадлежит» только ему/ей, а также чтобы у него/нее возникла уверенность в надежности слаженно функционирующей системы, что так важно для молодежи.

Завершение консультирования. Умение правильно сориентироваться в ситуации, когда необходимость в дальнейшем консультировании отпадает, – важная составляющая такой формы обслуживания (см. Оценка консультирования (G15)). В идеальном случае этот вопрос должен решаться по обоюдному согласию между консультантом и клиентом. Если по мнению клиента консультации уже больше не нужны, а консультант считает, что время для этого еще не наступило, то этот вопрос необходимо обсудить и оставить за клиентом право снова обратиться за помощью, если это потребуется. Не стоит оказывать излишнее давление на подростка и настаивать на продолжении консультирования против его воли, но консультанту необходимо уяснить для себя все причины такого решения клиента и предоставить ему возможность извлечь максимальную пользу из ситуации ввиду (хотя и) досрочного прекращения консультаций. Вместе с тем, подростки вполне могут без всякого предупреждения больше не появляться на прием или пропустить одну консультацию, явившись на очередную. Для подростков очень важны правила и четко функционирующая система, и поэтому представляется уместным рассылать им письма (не нарушая при этом принципа конфиденциальности), в которых можно заявить о своем сожалении по поводу того, что они не смогли явиться на прием и попросить их связаться с вами. Нерегулярная явка на прием пагубно влияет на сам процесс и иногда может приобретать форму подсознательных попыток манипулирования консультантом. Сложившуюся ситуацию необходимо обсудить и в дальнейшем не допускать таких недоразумений.

Если консультант считает, что цель консультирования достигнута, но клиент с этим не согласен, то это означает, что в каком-то смысле консультирование не увенчалось успехом. Может случиться и так, что клиент вместо обретения большей зрелости стал чрезмерно зависим от консультанта. Консультант, почувствовав, что его/ее возможности по оказанию помощи

клиенту исчерпаны, может принять решение о прекращении консультирования. Несмотря на всю обоснованность причины отказа в дальнейшем консультировании, чрезвычайно важно помочь юноше или девушке понять, почему это происходит, позаботиться, если в этом есть необходимость, об оказании альтернативных услуг, и обратить особое внимание на те положительные результаты, которые были достигнуты. У клиента не должно складываться впечатления, что прекращение консультаций произошло исключительно по его вине, скорее наоборот, – ему следует оказать помощь в осознании того, что на фоне определенных положительных сдвигов нет смысла проводить дальнейшие консультации. В любом случае крайне важно предупредить об этом заранее, чтобы иметь возможность провести еще хотя бы одну или две консультации и таким образом довести весь процесс до логического завершения. Иногда на последних сеансах консультации удается добиться значительного продвижения вперед.

Все, о чем сказано выше, служит ориентирами для ведущих и не должно быть использовано в форме лекции. Будет полезнее, если участники придут к аналогичным выводам в ходе дискуссии в группе. Тем не менее, ведущим следует остановиться на тех вопросах, которые остались вне поля зрения участников, и в подходящий момент изложить предложенные выше рекомендации.

Ролевая игра и моделирование

Участникам было бы полезно, к примеру, продемонстрировать в ролевой игре одну из ситуаций, связанную с вопросами конфиденциальности. Перед завершением этого занятия будет вполне уместно, если ведущий смоделирует адекватную манеру поведения, которая имеет прямое отношение к вышеперечисленным моментам, предложив участникам добровольно выступить в роли «клиентов». Конкретными вопросами для моделирования могут быть следующие: как консультант решает вопрос о том, чтобы оказаться в согласии с клиентом, если назревает кризис доверия; или как завершить консультирование, если клиент этого не желает. Все это можно отнести к Трудным моментам (Т) в работе консультанта, и об этом, наряду с другими вопросами, пойдет речь на Занятии В (День 4).

С МИКРОНАВЫКИ КОММУНИКАЦИИ

С ОТРАЖЕНИЕ ФАКТОВ/ОЩУЩЕНИЙ, ОБОБЩЕНИЕ и ВЕРБАЛЬНОЕ СЛЕДОВАНИЕ (С5)

В начале занятия продемонстрируйте Модель V (С2) и обратите внимание на то, что, в отличие от навыков ведения беседы и поощрений, такой прием, как отражение фактов/ощущений, носит более навязчивый характер. Психоаналитическое переформулирование эмоционального смысла высказывания клиента, связано ли это с фактами из жизни или ощущениями, является весьма удачным приемом для стимулирования клиента к продолжению беседы. Порой такая форма приобщения клиента к разговору оказывается более результативной, чем прямо поставленный вопрос, к тому же таким образом усиливается установка на то, что прежде всего сам клиент должен заниматься самопознанием, а не всецело зависеть от инициативы консультанта. Обобщение аналогично отражению фактов/ощущений с единственной разницей в том, что реакция на сказанное клиентом более всеобъемлюща. Участникам можно напомнить, что при всех достоинствах этого навыка его применение в отрыве от других приемов может до некоторой степени показаться неестественным. Тем не менее, отработка навыка на практике позволит хорошо овладеть им, чтобы более эффективно использовать его в процессе консультирования в целом. На этом занятии можно будет весьма результативно использовать такие методы, как *моделирование* под руководством ведущего и *работу в группах*.

Презентация и дискуссия

Отражение фактов (С5). Как и в случае использования эффективных навыков ведения беседы и принципов поощрения, отражение представляет собой еще один способ наглядно продемонстрировать клиенту вашу заинтересованность и пристальное внимание, которое вы на сей раз подчеркиваете путем «зеркального отражения» смысла его высказываний, используя для этого однако несколько иные лингвистические средства. Этот прием неравнозначен интерпретации, посредством которой консультант может расширить смысл сказанного. Отражение предполагает лишь точное переформулирование высказываний клиента. Кажущаяся простота навыка отражения весьма обманчива. По сути дела, овладение таким навыком сопряжено с немалыми трудностями и требует серьезной отработки на практике.

На этом этапе полезно привести ряд примеров. Участникам предлагается высказать свое мнение по любой теме в той форме, в какой это было бы выражено подростком. «Вчера в школе меня попросили сделать

дополнительную домашнюю работу». В ответ на это реплика ведущего может быть такой: «Итак, вчера вас попросили выполнить дополнительное школьное задание дома». Пользуясь методом отражения, ведущий преобразовывает еще несколько конкретных высказываний, после чего такая возможность по каждой из озвученных фраз предоставляется участникам, причем они должны предложить по возможности несколько вариантов по каждому высказыванию. Участника, который по собственной инициативе произнес первое высказывание, спрашивают, правильно ли было переформулировано то, что он сказал. Затем следует продолжить отработку навыков переформулирования высказываний, которые могут прозвучать из уст подростков по темам «Сексуальность» и «Репродуктивное здоровье». По всей вероятности, такие высказывания будут нести в себе повышенный эмоциональный заряд, однако поставленная задача остается неизменной – переформулировать факты, изложенные клиентом.

Возьмем, к примеру, такую фразу: «Вчера вечером мой парень пытался заставить меня делать то, что мне не хотелось, но я сказала ему, что не стану, и он перестал настаивать». Данное высказывание можно достаточно точно переформулировать следующим образом: «Итак, когда вчера вы были со своим молодым человеком, вам удалось убедить его не добиваться от вас того, что вы не хотели делать». Неточным отражением этого высказывания является следующее: «Когда вчера вечером ваш приятель попытался добиться от вас половой близости, вы убедили его не делать этого». Можно отметить искажение фактов по двум пунктам, а именно: девушка не упоминала о «попытках добиться половой близости», она лишь сказала о том, что он пытался заставить ее делать то, что ей не хотелось; она утверждала, что ему это не удалось и что он в конечном итоге прекратил свои попытки. Лучше, если участники сами разберутся в этих неточностях, а если же им это сделать не удастся, то ведущие разъяснят эти неточности. После закрепления данного навыка, когда каждый член группы имел возможность в той или иной мере отработать его на практике, ведущий может перейти к рассмотрению следующей категории.

Отражение ощущений (С5). В этом случае отражению подлежит скорее не фактическая, а эмоциональная составляющая высказывания клиента. Предположим, что в связи с вышеприведенным примером очередное высказывание девушки было бы следующим: «Сначала я испугалась, но потом, когда он прекратил свои попытки, я опять почувствовала себя нормально». Точное отражение ощущений можно выразить в следующей фразе: «Я понимаю, что вначале вы немного испугались, когда ваш парень пытался добиться от вас того, что вы не хотели делать, но когда он прекратил свои попытки, такое ощущение прошло». Неточное отражение ощущений могло бы выглядеть так: «Итак, вчера вечером вы были недовольны вашим парнем из-за чего-то, что он пытался заставить вас сделать, но когда он прекратил, вы опять почувствовали себя нормально». Клиентка не имела в виду, что была недовольна, а говорила лишь о том, что была напугана. Как и прежде, в течение какого-то времени группе следует продолжить отработку данного навыка, пока каждый участник не освоит его как следует.

Причины переформулирования высказываний клиента (С6). После ясного изложения сути и того, и другого навыка ведущему следует перейти к обзору целесообразности использования на практике такого приема, как отражение. Отражения фактов/ощущений представляют собой весьма ценные активные навыки слушания, поскольку благодаря им удается:

1. Показать, что консультант слушал клиента.
2. Обязать консультанта внимательно слушать.
3. Создавать возможность для клиента поправлять консультанта, если тот понял его неправильно.
4. Стимулировать клиента к продолжению разговора, потому что как только консультант переформулирует высказывание клиента, становится очевидным, что предложенная им формулировка приемлема.
5. Оставить право выбора темы за клиентом, тем самым помогая ему осознать свою роль в консультировании и добиться большей глубины самопознания.

Все эти выводы станут более очевидными при *отработке навыков в триадах,* а также по ходу проведения семинара.

Обобщение (С5). Обобщение аналогично отражению фактов/ощущений за исключением того, что реакция на сказанное клиентом бывает более полной, причем обобщение представляет собой весьма полезный навык по тем же причинам, что и отражение. Однако, этот прием вполне уместен при закрытии какой-либо темы или при переходе наименее болезненным образом на другую тематику. Обобщение включает в себя отражение как фактов, так и ощущений. По определению при обобщении исключены какие-либо повторы, а изложенные в виде обобщения сведения являются более точными, чем высказывания клиента. Тем не менее, в нем должны найти свое отражение важные моменты из высказываний клиента, особенно те, на которые клиент акцентировал свое внимание. Следовательно, благодаря данному приему можно более четко выразить переживания клиента, не переходя границы, за которыми следует их интерпретация.

Работа в группах

Для закрепления навыка обобщения следует вновь обратиться к работе в группах. Сделанная на семинаре видеозапись ролевой игры, во время которой «клиент» рассказывает «консультанту» о своих переживаниях, может послужить исходным материалом для получения обобщений. Как вариант, на экране с помощью проекционной пленки можно отобразить записанные в ходе консультации комментарии клиента. Такие комментарии обычно изложены коротко и являются наиболее результативными, если взяты из какой-нибудь ролевой игры, за которой наблюдали все участники группы. Поэтому такую пленку следует подготовить еще до начала занятия. Описание одной из конкретных «историй» есть на слайде (С7). После отображения слайда на экране одного из участников просят зачитать эти высказывания всей остальной группе, сделав это в типичной для подростка манере, как будто выступающий(ая) перевоплотился(лась) в образ клиента соответствующего возраста, как это обычно бывает в ролевой игре. Затем ведущий обобщает суть того, что было сказано клиенту, стараясь охватить все особенности. Иногда для получения более наглядного обучающего эффекта делается обобщение, которое в сущности является достаточно точным, но не совсем верно отражает истинный смысл высказывания, провоцируя тем самым замечания со стороны участников.

Таким образом, если по содержанию текста на слайде (см. (С7)) сделать **неточное** обобщение, то получится следующее высказывание: «Итак, после танцев вы пошли домой к вашему приятелю, хотя и не знали, будете ли там одни или нет, и вам было известно, что вашей маме это не понравится. Вы позволили ему добиваться половой близости с вами, и лишь только после ухода вы начали беспокоиться по поводу последствий. Потом, через какое-то время, вы рассказали обо всем маме». Если сделать такое обобщение в присутствии «клиентки», которая только что зачитала высказывание перед всей группой, она, скорее всего, возмутится и станет утверждать, что это не то, что она говорила. И хотя изложенные факты в принципе соответствуют действительности, сам тон и скрытый смысл сказанного носят уничижительный характер и совершенно не отражают двойственных чувств и смятения девушки. Более **точное** обобщение может звучать так: «Я полагаю, что вам было приятно, когда после танцев ваш друг пригласил вас к себе домой, потому что он вам очень нравится. Вы подумали, что все будет нормально, что дома будет кто-нибудь еще. Когда стало ясно, что вы одни, между вами начались сексуальные заигрывания; сначала вы пытались его остановить, но потом позволили продолжать в том же духе какое-то время. Однако, после ухода вы вдруг испугались и даже начали думать, что можете забеременеть. После нескольких дней переживаний вы решили рассказать о случившемся своей маме». Такое обобщение, вероятнее всего, вызовет у клиентки непроизвольную положительную реакцию, а участники согласятся с тем, что второй вариант обобщения более точно соответствует как фактам, так и эмоциональному состоянию клиентки. На данном этапе участникам предлагается самим попытаться составить полное обобщение этой истории и

убедиться в том, какова будет реакция клиентки, пожелавшей выступить в этой роли.

Вербальное следование (С5). До этого момента основное внимание уделялось тому, чтобы сохранить за клиентом инициативу в выборе темы для беседы в качестве наиболее оптимального метода самопознания и самопонимания. Иногда такой прием принято называть «вербальным следованием», и его отработке придается большое значение. Этот навык особенно важен для того, чтобы консультант не ставил прямых вопросов, которые почти всегда меняют тему разговора, инициированную клиентом. Однако бывают конкретные случаи, когда целесообразно сменить тему разговора, в частности если клиент стал многократно повторяться, а у консультанта возникло такое ощущение, что он или она испытывает чувство неловкости для продолжения разговора, то изменение темы беседы может оказаться кстати, хотя такой переход не следует осуществлять слишком резко, и ему должно предшествовать краткое обобщение. Так, если клиент говорил о своей матери, упомянув и сестер, и братьев, но не обмолвился об отце, будет уместно сказать следующее: «Давид, вы довольно откровенно рассказали о некоторых разногласиях в своей семье между вами и матерью, о том, насколько вы вольны в выработке собственных решений; вы сообщили, что, в отличие от вас, к вашему старшему брату и сестре относятся по-другому, но ни слова не сказали о своем отце. А теперь хотелось бы знать, собираетесь ли вы хоть немного рассказать и о нем?». Переход на другую тему разговора посредством обобщения прежде всего позволяет клиенту внести необходимые поправки, если что-то было истолковано неправильно, а также является положительным моментом, поскольку предполагается, что клиент поступил совершенно правильно, ограничив свой рассказ вышесказанным. Обратите также внимание на постановку предварительного «открытого» вопроса (см. Искусство задавать вопросы (С8), День 4). Этот вопрос является открытым, потому что консультант не знает, если в настоящее время у Давида отец, и почему о нем до сих пор ничего не было сказано. Не исключено, что подросток испытывает скрытое волнение по поводу роли отца в семейных отношениях, но еще не успел затронуть этот вопрос. Постановка открытого вопроса об отце, по-видимому, имеет прямое отношение к этой теме и не выходит за рамки основной тематики, вокруг которой подросток только что вел разговор. Например, неуместным представляется переход на другую тему, чтобы спросить подростка о его успеваемости в школе или о его планах на будущее и т.д.

Предоставьте участникам возможность отработать навык на изменение темы разговора с использованием обобщений. Спросите, есть ли желающие передать высказывания, в которых излагаются некоторые моменты из сказанного клиентом во время предыдущей ролевой игры. Затем остальным участникам предстоит сделать краткие обобщения и продемонстрировать, как осуществляется переход на другую тему разговора. Ведущему необходимо следить за тем, чтобы выступающие не отклонялись от темы, о которой шла речь.

Отработка навыков в триадах

На этом этапе участников просят потренироваться в целях отработки навыков по отражению и обобщению, особенно когда они будут заниматься этим *в триадах.* Как и во второй день, им предлагается разделиться на группы из трех человек, которые до этого еще не работали вместе (если таковые найдутся). Каждый из них по очереди выступает в роли клиента, консультанта и наблюдателя. Без предварительного обсуждения ролевой игры с консультантом или наблюдателем им как клиентам предлагается выбрать для себя какую-нибудь проблему по тематике, которая была рассмотрена на утренних занятиях, включая такие вопросы, как половое созревание, сексуальное поведение и трудности, связанные с проявлением сексуальности. В ходе дискуссии консультантов просят сосредоточиться на навыках по отражению фактов и ощущений, навыках обобщения и навыке перехода на другую тему после обобщения. Наблюдатели будут фиксировать и классифицировать высказывания консультанта, а также следить за воздействием его реплик на клиента. Ведущим необходимо понаблюдать за полным ходом ролевой игры, стремясь обойти как можно большее число групп участников. Можно использовать видеокамеру, чтобы отснять работу в нескольких триадах, и воспользоваться в ходе дискуссии этими материалами в качестве конкретных примеров (при условии нормального функционирования системы звукозаписи). На *отработку навыков в триадах* отводится примерно один час, после чего участников просят вернуться на свои места, усевшись полукругом, для *подведения итогов*.

Итоговое занятие в составе всей группы

Вначале предложите участникам выслушать мнение наблюдателей об использовании навыков по отражению и обобщению. Если навык по отражению фактов использовался чаще, чем навык по отражению ощущений, обсудите с группой важность лексики, выражающей эмоции. Задайте «клиентам» вопросы об их реакции на переформулированные высказывания и обобщения. Спросите «консультантов» о том, удалось ли им эффективным образом воспользоваться навыком обобщения. Кое-кто может пожаловаться на некоторую неестественность такого упражнения, особенно если считает, что клиенты в первую очередь хотят получить совет и могут испытывать трудности при восприятии своих же переформулированных высказываний. Тем не менее, более способным консультантам, которые отрабатывали свои *навыки в триадах*, по всей вероятности, удалось почувствовать сильное воздействие на степень общительности клиента, которое могут оказывать отражения фактов/ощущений. Полученные видеозаписи можно использовать для демонстрации конкретных примеров. Часть дискуссии должна быть посвящена умению консультантов переходить на другую тему после сделанных обобщений, а также влиянию этих методов на клиента. В очередной раз на этом занятии обратите особое внимание на использование навыков, а не на суть проблем, о которых рассказывали «подростки» в ролевых играх. Перед окончанием предложите участникам высказать общее

мнение о работе в течение дня, вкратце изложите программу работы на следующий день и поблагодарите участников за их усилия.

ДЕНЬ 4

Начните с изложения программы занятий на день и методах работы, которые будут использоваться. К 4-му дню проведения семинара возможны изменения в программе работы. Например, может понадобиться дополнительное время для изучения тем, которые не были полностью охвачены, или для включения в программу альтернативной тематики. Описание «Типовой программы» (G 1) на День 4 приводится ниже. Темы предстоящих занятий следующие: А Последствия незащищенного полового контакта; В Трудные моменты при консультировании (1) и Консультирование подростков в присутствии членов семьи; и С Искусство задавать вопросы, фокус и время. Следует отметить, что последствиями незащищенного полового акта являются как нежелательная беременность, так и ИППП, ВИЧ/СПИД. В связи с этим в День 4 будут обсуждаться вопросы, связанные с нежелательной беременностью и ее предупреждением, а проблемы ИППП, ВИЧ/СПИД будут подробно рассмотрены в День 5.

А СЕКСУАЛЬНОСТЬ И РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

А ПОСЛЕДСТВИЯ НЕЗАЩИЩЕННОГО ПОЛОВОГО КОНТАКТА (А11, А12)

На утреннем занятии основное внимание должно быть обращено на некоторые неблагоприятные последствия, которые могут произойти, если подросток имеет половые отношения, не предохраняясь от нежелательной беременности и ИППП/ВИЧ-инфекции. Поскольку половой акт у подростков часто бывает незапланированным, а информация и методы, необходимые для предупреждения беременности и ИППП, часто недоступны, подростки подвергаются повышенному психосоциальному риску и риску для здоровья. Основное внимание на этом занятии должно быть уделено тому, какая перспектива открывается перед подростками, в частности на то, как она может повлиять на их поведение и как они воспринимаются окружающими. Участникам будет предложено воспользоваться ролевой игрой, чтобы выяснить некоторые проблемы взаимодействия, с которыми сталкиваются подростки в связи с этими аспектами.

Презентация и дискуссия

Некоторые неблагоприятные последствия незащищенного полового контакта (А11). Лучше всего приступить к изложению этой темы с опроса участников о том, что они думают относительно последствий незащищенных

половых контактов в подростковом возрасте. Здесь можно обсудить с участниками различия между защищенным и незащищенным половым актом, затрагивая вопросы взаимоотношений в паре, в том числе чувства любви, уважения, заботы друг о друге. Лучше всего раскрыть эту тему на контрасте: как чувствуют себя участники пары при благоприятном стечении обстоятельств (испытывая наслаждение, радость, счастье), и наоборот, – какие сложности связаны с необдуманными поступками, случайностями (чувство разочарования, болезнь, конфликты). Полезно разделить участников на 2 группы и дать следующее задание продолжительностью 2-3 минуты: 1-я группа приводит положительные характеристики полового контакта, а 2-я группа – отрицательные (при условии, что это незащищенный половой акт). Далее ведущий просит сделать краткие презентации этих характеристик, обращая внимание на то, что половые отношения должны нести в себе положительные эмоции, и переходит к рассмотрению ключевых моментов, показывая слайд (А11). На нем перечислены потенциальные последствия незащищенного полового контакта. К таковым относится следующее: слишком ранняя и нежелательная беременность, аборт, вынужденное вступление в брак и ущерб, причиненный матери и ребенку, как физический, так и психосоциальный. Кроме того, ИППП могут приводить к бесплодию, а ВИЧ-инфекция – к СПИДу и смерти.

Нежелательная беременность (А13, А14). Медицинские факторы риски, связанные с беременностью у девушек-подростков моложе 17 лет, весьма значительны. Чем моложе подросток, тем выше такой риск. К упомянутым факторам риска относится осложнения при беременности и родах, повышенный риск самопроизвольного аборта, мертворождение, преждевременные роды и рождение ребенка с низкой массой тела. В зависимости от культурологических особенностей разных стран последствия психологического характера будут зависеть от того, произошло ли зачатие в браке, планировалась ли беременность или, по меньшей мере, была ли она желанной. Хотя участники, скорее всего, имеют представление обо всех этих понятиях, они вряд ли когда-либо серьезно задумывались о конкретных волнениях, переживаемых девушкой-подростком, которая думает, что может быть беременна, а также о тех мыслях, ощущениях и событиях, которые с этим связаны. Уместно акцентировать внимание участников на всю цепочку событий такого рода.

Для начала можно предложить участникам попытаться передать первые ощущения и мысли девушки-подростка, когда она начинает подозревать, что беременна. Можно использовать проекционную пленку для составления перечня тех чувств, которые будут названы участниками, усилив тем самым осознание всей группой эмоциональных реакций. Перечислите их в одной колонке, озаглавленной «девушка» или «подросток»; затем в дополнительных колонках можно перечислить чувства других заинтересованных сторон. Эмоциями, которые свойственны девушке, часто бывают стыд, вина, смущение, удовольствие, любопытство и страх.

Как с течением времени реагирует девушка-подросток на беременность? Меняется ли ее отношение к беременности и тем изменениям, которые

происходят в ее организме? Какие эмоции она испытывает? Чувствует ли она себя счастливой или опечаленной, пытается ли она отрицать возможность того, что беременна?

Затем следует поставить перед группой второй немаловажный вопрос: «Что, по всей вероятности, произойдет дальше?» Важно, чтобы группа подробно рассмотрела этот вопрос. Если девушка скажет, что пройдет тест на беременность или решит для себя вопрос о дородовом наблюдении, то такой ответ на вопрос **не** будет адекватным. Скорее всего, следующим шагом может быть то, что девушка доверится своей лучшей подруге или, возможно, своему парню. Если она так поступит, то как на это отреагирует ее подруга словом или делом? Какова будет реакция ее молодого человека? Станет ли он отрицать эту возможность, обвинив ее в том, что она имела половые связи с кем-то еще? Что произойдет потом? и т.п. Каждый шаг на этом пути предоставляет девушке-подростку какую-то возможность, хотя это обычно осложняет возникшую проблему. Кроме того, это может послужить материалом для последующих ролевых игр.

На каком-то этапе наиболее вероятной последовательности в развитии событий девушка либо расскажет обо всем матери, либо мать станет расспрашивать дочь, когда заподозрит что-то неладное. После этого мать, может быть, скажет об этом отцу, и не исключено, что в конце концов мать и дочь обратятся за помощью к врачу или к кому-то еще в целях наблюдения или, возможно, аборта. Можно также составить перечень чувств этих людей, используя для этого проекционную пленку. Связанные с этим взаимодействия разных людей могут послужить удачным материалом для ролевой игры, которая усилит восприятие группой всех переживаний такого рода. Проекционные пленки, о которых говорилось выше, можно использовать в том случае, если какие-то вопросы остались не раскрытыми, однако в принципе крайне желательно, чтобы инициатива при рассмотрении ключевых аспектов сохранялась за аудиторией.

Самопроизвольный аборт (выкидыш). Следует напомнить группе, что исходом беременности у девушки-подростка (чаще, чем у взрослой женщины) может быть самопроизвольный аборт; это обычно происходит в первые двенадцать недель. Для подростка, если это произойдет на довольно раннем этапе, такое событие не будет иметь большого значения, однако если этому предшествует кровотечение и сильные судорожные боли, то данное состояние может вызвать тревогу, особенно если девушка не подозревает, что беременна. В такой ситуации ей может понадобиться консультация.

Искусственный аборт (прерывание беременности) (A15) является очень важной темой в связи с охраной репродуктивного здоровья подростков, так как в отличие от взрослых вероятность браков среди подростков ниже, а шансы решиться на аборт – выше. В то же время подростки менее информированы о соответствующих службах, процедурах и законодательстве, а также о последствиях аборта для здоровья, менее опытны в общении с медработниками и ограничены в средствах. Подростки нередко заранее

предвидят негативную реакцию со стороны медиков и взрослых, которые по своему статусу обладают определенной властью, как, например, учителя или члены семьи, в которой растет подросток. Именно по этим причинам они, как правило, займут выжидательную позицию прежде, чем принять какие-то меры, и скорее всего пойдут на самоаборт или будут искать возможность сделать криминальный аборт, что может поставить под угрозу их здоровье и даже жизнь.

Для участников следует наглядно воспроизвести все ощущения и последовательность событий, которые предположительно последуют, если девушка-подросток решится пойти на аборт. Что она чувствует? О чем она думает? К кому она обращается за помощью? Что, судя по всему, произойдет, если она это сделает? Конечно же, складывающаяся ситуация будет зависеть от конкретных социальных условий, поэтому содержание дискуссии в значительной степени будет определяться теми обстоятельствами, с которыми сталкиваются участники в своих странах. Можно использовать заготовленный слайд, но лучше всего, если в процессе обсуждения участники сами его сделают.

Рождение/воспитание ребенка. Сам процесс рождения ребенка, особенно в подростковом возрасте, может оказаться весьма травматичным. Девушка-подросток может быть очень напугана, пройдя через такие испытания. Если ребенок родился раньше срока или даже в срок, но оказался маловесным, ему необходим особый уход, который девушка-подросток обеспечить не в состоянии. Матери требуется терпение и время, чтобы приобрести уверенность в своих силах, и для достижения этой цели, а также ради здоровья матери и безопасности ребенка чрезвычайно важно оказывать ей необходимую поддержку. Некоторым подросткам удается довольно успешно ухаживать за ребенком, особенно если они состоят в браке и живут в социальной среде, где принято опираться на помощь расширенной семьи. Однако возможности для развития их личности могут быть ограничены. Не исключено, к примеру, что им придется обойтись без образования, практического опыта и профессиональной подготовки, которые в противном случае помогли бы им как женщинам нормально развиваться и вести более полноценную и творческую жизнь. Иногда это обстоятельство вызывает чувство неприязни по отношению к ребенку. Дети, рожденные от девушек-подростков, часто оказываются подкидышами, или молодая мать умерщвляет своего ребенка, если ей удается скрыть беременность от семьи. Если ребенок остается с одним из родителей или с родителями, которые сами еще не вышли из подросткового возраста, он может вырасти без необходимой психологической и социальной поддержки, в которой он или она нуждается в первые годы своей жизни. Из-за стесненности в средствах родителям, возможно, не удастся обеспечить нормальное питание всей семьи или пользоваться необходимым медицинским обслуживанием. Но в любом случае не следует забывать о том, что рождение ребенка это радостное событие в жизни каждой семьи. И поэтому, если беременная девушка-подросток (а может быть, и вся семья) принимает решение «оставить» ребенка, то независимо от возможных трудностей основную роль должны играть

положительные эмоции, связанные с предстоящим событием. Это поможет снизить риск нежелательных последствий для будущей юной мамы и ребенка.

Усыновление/удочерение. Иногда одним из возможных вариантов бывает передача ребенка после его рождения кому-то на воспитание, возможно, семье, проживающей в другом месте, или усыновление ребенка на более официальной основе. Такой шаг может быть чрезвычайно травмирующим для матери, в связи с чем важно обсудить вопросы о том, кто и каким образом принимает такие решения.

Ролевая игра

После дискуссии уместно поручить группе воспроизвести в ролевых играх две или три ситуации, с которыми сталкиваются подростки, особенно в связи с беременностью и ее прерыванием. Для выполнения этой задачи одним из наиболее эффективных методов представляется ролевая игра, во время которой воссоздается последовательность событий на примере небольших сценок с участием тех же персонажей (хотя в каждой ролевой игре могут быть задействованы разные участники). Предположим, одним из персонажей в первой ролевой игре может быть девушка, мать которой конфликтует с ней, подозревая, что что-то не так, возможно на том основании, что ее дочь (которая думает, что беременна) по утрам тошнит, или выглядит она особенно встревоженной. После окончания этой игры перед группой ставится вопрос о том, что каждый из них думает о развитии дальнейших событий, и согласятся ли участники, допустим, с тем, что мать расскажет обо всем отцу. Затем можно разыграть эту сценку. В ней следует показать, что мать сердита на дочь (наряду с выражением других чувств), тогда как в сценке с участием отца она в какой-то мере может встать на сторону дочери. Благодаря этому будет подготовлена почва для проведения третьей ролевой игры, когда мать и дочь (возможно, и отец) идут к врачу или к кому-то еще. Как и во время каждого занятия по разделам А, целью ролевой игры является выяснение возникших проблем, а не их решение. Следовательно, если в ролевой игре участвует врач (или кто-то еще из специалистов), который ведет прием беременной незамужней девушки-подростка с подозрением на беременность, то исполнитель данной роли должен постараться изобразить наиболее вероятную **непосредственную** реакцию этого человека, причем такая реакция должна быть типичной для той культурной среды, представителем которой он является. Не исключено, что несмотря на большое желание медработника помочь девушке, его или ее непосредственной реакцией может быть шок, неодобрение или замешательство. Важно, чтобы такие эмоции были каким-то образом зафиксированы, так как они очень пригодятся, когда участники будут выступать в качестве консультантов в ролевых играх, запланированных на конец дня.

A ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ НЕЖЕЛАТЕЛЬНОЙ БЕРЕМЕННОСТИ

Основной упор на этом занятии ставится на решение вопросов профилактики, и особое внимание следует уделить проблемам, связанным с методами профилактики. Поэтому, предстоит рассмотреть вопросы контрацепции с точки зрения предупреждения слишком ранней и нежелательной беременности, однако центральное место будет отведено препятствиям, которые затрудняют доступность методов контрацепции и их использование подростками (а также проблемам, касающимся пропаганды идеи воздержания).

Презентация и дискуссия

Приступайте к занятию с демонстрации рисунка, где приводятся Возможные последствия незащищенной половой жизни (A11), и предложите участникам сосредоточиться в первую очередь на вопросах предупреждения беременности, включая описание различных методов, с помощью которых можно выполнить эту задачу. Если вопрос о половом воздержании не упоминается, его следует включить. Таким же образом, участникам, возможно, следует напомнить о том, что в сравнении с половым актом содержание понятия половой активности гораздо шире, и что воздержание необязательно означает отсутствие контактов с лицами противоположного пола. По мере перечисления участниками методов контрацепции их можно записать на проекционной пленке для обозрения всей группой. Среди названных методов могут быть и такие, которые просто неприемлемы для подростковой части населения, равно как и Методы предупреждения нежелательной беременности (A16). Очередным шагом в обсуждении может быть опрос группы о том, какое содержание они вкладывают в Требования, предъявляемые к эффективной контрацепции (A17). Соответствующий перечень вопросов должен включать следующие моменты: доступность и наличие достоверной информации, услуг, изделий и консультирования.

Далее группа может приступить к анализу каждого названного метода, чтобы убедиться, в какой мере он отвечает требованиям эффективности в тех учреждениях, где работают участники. Ниже приведены некоторые итоги обсуждения основных методов, которыми, в случае необходимости, может воспользоваться ведущий для активизации дискуссии. Как обычно, хотелось бы, чтобы ведущий сумел настроить группу задуматься над этими вопросами, а не просто изложил им готовую информацию или идеи, т.е. смог поставить перед аудиторией такую задачу, которая имеет много общего со спецификой работы консультантов. Ниже приводится краткий обзор некоторых преимуществ и недостатков различных методов контрацепции, однако как и в случае с ИППП, обсуждение должно строиться вокруг позиции подростков и тех трудностей, с которыми они, вероятно, встретятся при использовании любого метода.

ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ЭФФЕКТИВНЫМ УСЛУГАМ И МЕТОДАМ КОНТРАЦЕПЦИИ (А17)

Услуги:

Наличие – необходимое, но недостаточное условие, при котором метод, изделие или услуга имеется в наличии в подростковой среде.

Доступность. Для того, чтобы подросток стал пользоваться какими-либо услугами или изделиями, последние должны быть не только в наличии, но и нужными для молодежи. Услуги должны рекламироваться таким образом, чтобы молодежь о них знала, была бы информирована о том, как ими пользоваться, и была бы уверена в том, что в сфере услуг молодые люди будут желанными клиентами. Место оказания услуг должно быть расположено так, чтобы до него можно было добраться пешком или на общественном транспорте; любые финансовые затраты должны быть весьма незначительны; часы работы персонала должны быть такими, чтобы подростку не приходилось затрачивать основную часть дня, уходя из школы или с работы; порядок записи на прием к соответствующим специалистам или процедура приобретения изделий должны быть достаточно простыми, чтобы свести к минимуму возможные разочарования, замешательство и отсрочки; и для подростков должны быть созданы такие условия, чтобы они могли пользоваться этими услугами без всякого направления от лечащего врача или консультанта.

Конфиденциальность –одно из важнейших условий, в соответствии с которым не только предоставляемая услуга в обязательном порядке является конфиденциальной, но и ее конфиденциальность не ставится под сомнение самими подростками. Как отмечалось выше (На что следует обращать внимание при консультировании) (В7), это вопросы иного свойства. Подросток не обладает какими-либо возможностями заранее знать о том, станет ли известно другим людям от персонала учреждения, предоставляющего услуги, о его проблеме, просьбе или посещении, если он об этом не узнает сам непосредственно от предоставителя услуг, из таблички в кабинете или рекламного объявления за пределами учреждения. Многие специалисты считают, что предоставляемые ими услуги носят конфиденциальный характер, тем не менее сообщают фамилии своих клиентов и характер их проблем другим сотрудникам учреждения, где они работают.

Методы:

Удобство при использовании. При использовании некоторых методов контрацепции необходимо заранее планировать половой акт, что связано с неудобствами для подростков, которые обычно имеют незапланированные и случайные половые сношения. Например, противозачаточные таблетки следует принимать на регулярной основе несмотря на то, что половые сношения могут быть нерегулярными; диафрагма должна быть введена до начала полового акта; презерватив необходимо приобрести заблаговременно и иметь при себе в момент сношения.

Минимум смущения и наличие навыка. Использование таких методов контрацепции, как диафрагма и презерватив, предполагает прикосновение подростка к гениталиям, что приводит некоторых людей в смущение. Отдельные методы также требуют определенного умения, в частности при введении диафрагмы, определении точного момента вывода полового члена и т.д. Все эти факторы негативно сказываются на эффективном использовании методов контрацепции.

Коммуникация между партнерами. В идеальной ситуации применение любого метода контрацепции должно обсуждаться между половыми партнерами, а решение приниматься совместно. На практике это сделать не так легко. Подросткам (как и многим взрослым) очень трудно говорить о сексе. Если девушка заранее затронула вопрос о половом сношении, то может показаться, что она запланировала это, и во многих сообществах данная тема в известной степени продолжает оставаться закрытой. Некоторые методы контрацепции могут использоваться без ведома партнера, в частности прием оральных контрацептивов, введение ВМС (хотя и не рекомендуется для не рожавших женщин), вазэктомия и трубная окклюзия (опять же, ни тот, ни другой метод для подростков непригоден). Однако, хотя эти методы могут предохранить от беременности, они не защищают от ИППП, включая ВИЧ-инфекцию. Для защиты от таких инфекций необходимо пользоваться презервативом, практиковать воздержание или сексуальные отношения без полового акта. В силу этих причин важна коммуникация между партнерами, но у подростков проблема общения служит типичным препятствием на пути предохранения от инфекций.

Безопасность для здоровья и минимальные побочные эффекты. Метод контрацепции должен не только не иметь каких-либо вредных воздействий на здоровье пользователей, но и не обладать нежелательными вторичными эффектами в отношении массы тела, менструальных кровотечений, цвета лица, состояния тревожности на сексуальной почве, – всеми этими свойствами, которые будут препятствовать возможному распространению какого-либо метода. Боязнь побочных действий или страх ввиду возникновения таких долгосрочных побочных эффектов, как рак (несмотря на отсутствие точных данных на этот счет), будут также стоять на пути применения этих методов, – поэтому важно выяснять, какие «мифы» на эту тему популярны среди подростков.

Положительные индивидуальные характеристики. Наличие чувства собственного достоинства, четких устремлений на будущее, способность планировать и противостоять психологическому давлению означают, что подросток, скорее всего, будет пользоваться эффективными методами контрацепции и защитит себя от ИППП, тогда как отсутствие таких качеств мешает формированию надлежащих навыков использования таких методов. При этом наиболее важным фактором является способность принимать самостоятельные решения, что предопределяет устойчивую линию поведения в плане применения выбранного метода контрацепции.

Методы предупреждения нежелательной беременности / методы контрацепции (A16)

Перечень, приведенный ниже, не является исчерпывающим, и все же включает в себя большинство наиболее распространенных методов.

Воздержание – отсутствие половых сношений до тех пор, пока подросток не прочувствует всю полноту ответственности за такие отношения, пока последние не станут эмоционально наполненными, и пока подросток не перестанет довольствоваться исключительно достижением оргазма; это важный принцип, руководствуясь которым молодой человек сумеет отсрочить начало вступления в половую жизнь, но не обязательно все другие формы физического контакта.. Кроме того, молодые люди должны понимать, какие могут быть последствия полового акта с точки зрения медико-биологических проблем, включая беременность и ИППП, а также и то, каким образом половой акт может сказаться на взаимоотношениях подростков и повлиять на их будущее. Более того, и девушкам, и юношам, желающим начать половую жизнь, необходимо иметь представление о защитных методах, причем эти методы должны быть им доступны.

Что мешает подросткам прибегать к воздержанию? Какие рычаги давления воздействуют на представителей обоих полов, чтобы они вступали в половые отношения? Какие рычаги противодействуют этому? Каким образом в настоящее время можно преодолеть такую конфликтную ситуацию? Каким, с точки зрения молодежи, должно быть сексуальное поведение, и каковы ее взгляды на моральную сторону такого поведения? Что, по мнению молодежи, хотят взрослые, и каковы их взгляды? Ответы на эти вопросы, которые группа должна обсудить, будут варьироваться в широких пределах в зависимости от принадлежности к той или иной культуре, мужскому или женскому полу и к разным возрастным группам.

Естественные методы. – Эти методы контрацепции основываются на знаниях о том, каким образом функционирует женский организм, чтобы можно было доподлинно знать, когда именно происходит овуляция, а когда она невозможна. Иногда такие методы называют так: **составление графиков менструального цикла, периодическое воздержание и метод определения фертильности**. Пользоваться такими методами очень легко, если у девушки-подростка наблюдается стабильный и регулярный менструальный цикл, что не всегда бывает, особенно в раннем подростковом возрасте. Допустимо использование и таких более сложных методик, как ведение учета базальной температуры тела (**метод БТТ**) и наблюдение за состоянием цервикальной слизи (**метод Биллингса**), но для большинства девочек-подростков такие методы вряд ли приемлемы. Но даже когда подросток владеет такими знаниями и, возможно, методиками определения «безопасного» периода, для реализации этого метода требуется тесное взаимодействие с партнером, что предполагает не только умение договориться, но и хорошее отношение друг к другу. Так как

половой акт в подростковом возрасте часто не запланирован и носит случайный характер, а при наилучшем стечении обстоятельств естественные методы не являются абсолютно надежными, маловероятно, что последние окажутся пригодными для основной массы подростков даже несмотря на то, что они не требуют ни каких-либо финансовых затрат, ни противозачаточных средств.

Выведение полового члена из влагалища или прерванный половой акт. Этот метод заключается в том, что во время полового сношения мужчина полностью выводит половой член из влагалища до того, как у него произойдет эякуляция. Однако, иногда до эякуляции происходит частичная утечка спермы. Если правильно пользоваться этим методом, то его эффективность составляет 75-85%, но это требует строгого самоконтроля (а также знаний) и взаимного согласия обоих партнеров. Так как юноши зачастую возбуждаются очень быстро, то им особенно трудно использовать такой метод эффективным образом. Однако положительным моментом является то, что метод не требует никаких затрат, всегда доступен и совершенно безопасен, хотя иногда и вызывает обеспокоенность в сексуальных отношениях.

Диафрагма или колпачок – это мягкая резиновая чашечка с плотным, но гнущимся кольцом по ободку, которая при правильном введении во влагалище закрывает входное отверстие матки и в сочетании со спермицидным кремом блокирует проникновение спермы. Диафрагма должна использоваться вместе со **спермицидом (контрацептивной пеной, желе или кремом**), который помогает нейтрализовать сперму, если ей удается пройти мимо диафрагмы. Данный метод также обеспечивает защиту от некоторых ИППП, и при правильном применении его эффективность по предупреждению беременности достигает 80-90%. Однако для подростков, особенно из развивающихся стран, этот метод имеет ряд недостатков. Впервые диафрагма должна быть поставлена медицинским работником, а это значит, что девушка-подросток будет вынуждена признаться кому-то в том, что она вступила (или планирует вступить) в половую связь. Не исключено, что ей также нужно будет сказать об этом своему половому партнеру, в связи с чем ей придется испытывать беспокойство по поводу того, какое у него сложится мнение о ней. Колпачок следует вводить до полового акта и оставлять его на месте после сношения в течение примерно шести часов. Так как нередко половые сношения бывают незапланированными, это является серьезным недостатком. Подростки также могут считать применение этого метода хлопотным и создающим неудобства. Колпачок надо хранить в надежном месте и содержать его в чистоте, а это может быть особенно трудно для девочки-подростка, которая хочет пользоваться им в тайне от остальных членов семьи. Его стоимость не очень высока, но для эффективного использования и регулярного контроля за правильностью установки диафрагмы, необходимо обращаться в службу здравоохранения.

Внутриматочная спираль или внутриматочные противозачаточные средства (ВМС или ВМПС). Это маленькое пластмассовое или металлическое устройство, вводимое в полость матки квалифицированным медицинским работником. Как и в предыдущих случаях, использование девушкой-

подростком этого метода может быть связано с трудностями, так как она должна владеть соответствующей информацией или быть достаточно уверенной в себе, чтобы обратиться к медработнику и пойти на риск вызвать негативную реакцию по поводу откровений о своей сексуальной активности. После введения внутриматочной спирали последняя надежно предохраняет от незапланированной беременности, но ее не рекомендуют вводить никогда не рожавшим женщинам, каковыми в большинстве своем и оказываются девочки-подростки, особенно более юного возраста. У некоторых девушек также могут наблюдаться неприятные побочные эффекты. Кроме того, существует риск развития воспалительных заболеваний органов малого таза (ВЗОТ) с серьезными потенциальными последствиями, которые могут повлиять на ее фертильность в будущем.

Оральный контрацептив («ОК» или «Таблетка»). Это один из наиболее распространенных методов контрацепции, высокая эффективность которого для предупреждения нежелательной беременности обеспечивается при условии регулярного приема таблеток, что обычно следует делать 21 день подряд в течение месяца. Такой метод требует дисциплинированности со стороны девушки при приеме ОК и слежения за календарем. В отдельных случаях от также предполагает, чтобы у девушек было подходящее место для хранения таблеток. Во многих странах для этого потребуется рецепт от врача, которого, естественно, надо будет поставить в известность о своей сексуальной активности, к тому же оплата этой услуги обычно обходится в какую-то сумму. Оральные контрацептивы нередко способствуют регуляции менструального цикла и обеспечивают какую-то защиту от ВЗОТ. Без сочетания с другими методами ОК не обеспечивают надежной защиты от ИППП, но часто бывает так, что на фоне эффективного предохранения от беременности необходимость соблюдения мер профилактики ИППП просто игнорируется. Поэтому, необходимо уделить особое внимание так называемому двойному голландскому методу (double Dutch method), в соответствии с которым непременной второй по счету защитой является презерватив.

Неотложная контрацепция. В случае неожиданного полового контакта без применения противозачаточных средств («незащищенного» полового акта), изнасилования, неудачного использования того или иного метода контрацепции можно прибегнуть к неотложной контрацепции, позволяющей снизить риск развития нежелательной беременности. С этой целью не позже, чем через 72 часа после полового акта, применяют специальные гормональные таблетки и только при условии обязательного обращения к врачу. Особенно важно то, что этот метод абсолютно неприемлем для регулярного использования.

Кроме того, возможно использование ВМС, но не позднее 5 дней после «незащищенного» полового контакта, однако применение такого метода девочками-подростками должно соответствовать тем же правилам, которые касаются использования ВМС в обычной ситуации.

Презерватив (мужской и женский) – чехол, изготовленный из тонкой резины (латекса), который надевают на половой член в состоянии эрекции до начала полового акта. В момент эякуляции сперма изливается внутрь

презерватива, который препятствует ее проникновению во влагалище. После полового акта, еще при эрекции, презерватив необходимо аккуратно снять, чтобы не допустить вытекания спермы. При **постоянном и правильном использовании** презерватива такой метод является самым эффективным, дешевым и надежным для предупреждения беременности и в то же время единственным методом защиты от ИППП, включая ВИЧ/СПИД, и поэтому может считаться **оптимальным** для подростков. Тем не менее, использование презерватива требует определенных знаний, некоторого навыка, каких-то расходов, возможностей для его приобретения в условиях, исключающих элементы смущения или осуждения, а также некой предусмотрительности до того, как произойдет половой акт. Презерватив не имеет никаких побочных эффектов, но некоторые люди считают, что его использование немного снижает остроту сексуальных ощущений. Если этот аргумент превосходит все остальные, то рекомендуется применять методы убеждения, обращая внимание на то, что, скорее наоборот, использование презерватива имеет ряд преимуществ. Например, можно указать на тот факт, что капля смазки внутри презерватива у головки пениса повышает чувствительность, а сам презерватив продлевает половой акт. В отличие от своего партнера, девушка подвержена повышенному риску и может в большей степени беспокоиться по поводу последствий незащищенного полового акта, так как может забеременеть, а также заразиться ИППП (включая ВИЧ/СПИД). Было бы гораздо лучше, если бы девушки считали приемлемым для себя приобретение презервативов, хотя в большинстве сообществ приобретение ими презерватива для мужчин связано с особыми трудностями. По этой причине использование женского презерватива, который разрабатывается в настоящее время, в конце концов может сыграть существенную роль.

Презерватив может использоваться в сочетании с любыми противозачаточными средствами. Презервативами можно пользоваться с лубрикантами (смазками) на водной основе. Необходимо следить за тем, чтобы на презервативы не попадало масло, жир или жирные лубриканты, поскольку эти вещества могут нарушить его целостность. Если используются какие-либо лекарственные средства, которые предназначены для внутривлагалищного применения или наносятся на пенис, необходимо обязательно посоветоваться с врачом или с фармацевтом. Презервативы не должны храниться бесконечно долго, поэтому следует обязательно обращать внимание на упаковку, где указан срок их хранения. Презервативы следует хранить в сухом прохладном месте, защищенном от попадания прямых солнечных лучей. Все презервативы предназначены только для одноразового использования.

Инструкция по использованию презерватива:

1. Надевать презерватив следует только на эрегированный член.
2. Презерватив должен быть надет до начала полового акта, так как сперма может выделяться еще до эякуляции (семяизвержения).
3. Аккуратно вскройте упаковку по линии отрыва и извлеките содержимое. *Избегайте повреждений презерватива острыми предметами, например ногтями, зубами, кольцами, украшениям и т.п., в момент вскрытия*

упаковки, надевания или во время использования, поскольку поврежденный презерватив не сможет защитить вас должным образом.

4. Прежде чем надеть презерватив, убедитесь, что крайняя плоть отведена назад. При надевании презерватива во избежание попадания воздуха внутрь сожмите кончик презерватива пальцами. *Убедитесь, что выступ на кончике презерватива остался пустым (он предназначен для спермы).*
5. Придерживая одной рукой кончик презерватива, разверните его по всей длине тела полового члена до самого основания. Презерватив следует не натягивать, а, постепенно раскатывая, надевать на эрегированный пенис.
6. Сразу после полового акта медленно извлеките пенис из влагалища и снимите презерватив. Придерживайте презерватив так, чтобы не пролить сперму.
7. Не выбрасывайте использованные презервативы в унитаз, так как это может вызвать засорение канализационной системы. Презервативы следует удалять таким образом, чтобы никто не подвергался опасности заражения инфекцией.

Спермициды – химические вещества, разрушающие сперматозоиды до их попадания в полость матки. Выпускаются в виде кремов, свечей, таблеток, пенных аэрозолей. Спермициды вводятся во влагалище до начала полового акта. Принцип действия спермицидов довольно прост, однако по сравнению с другими современными противозачаточными средствами их эффективность невысока (50-70%), поэтому многие предпочитают использовать их в сочетании с барьерными методами (например, с презервативом). Спермициды, в состав которых входит ноноксинол 9, снижают риск заражения ИППП. Одна доза спермицида действует примерно в течение часа. Если этот час истек, а половой близости не было, необходимо ввести еще одну дозу спермицида. Новая доза спермицида необходима перед каждым половым актом.

Инъекционные контрацептивы и имплантаты. В настоящее время проводятся разработки и испытания целого ряда новых методов, преимущества которых заключаются в том, что в течение нескольких месяцев или даже лет подросток не предпринимает каких-либо дальнейших действий в отношении контрацепции, однако введение названных средств предполагает привлечение квалифицированного медработника, в связи с чем девушка-подросток вынуждена предать огласке свою сексуальную активность. Однако период времени, необходимый для восстановления фертильности, может быть различным, и это обстоятельство может навредить подросткам, вступающим в брак, к тому же некоторые препараты обладают значительными побочными эффектами. В большинстве своем эти методы еще не прошли клинических испытаний в полном объеме на подростковой части населения.

Вазэктомия (мужская стерилизация) и трубная окклюзия (женская стерилизация). Вазэктомия является перманентным методом контрацепции, благодаря которому блокируется продвижение спермы из яичек в половой член, поэтому сперматозоиды не попадают в семенную жидкость в виде эякулята. По аналогии с этим, в результате трубной окклюзии, которая в некоторых случаях

может быть обратимым методом контрацепции, блокируется продвижение яйцеклетки по фаллопиевым трубам для слияния со сперматозоидами в том месте, где в противном случае могло бы наступить оплодотворение яйцеклетки. Ни один из этих методов неприемлем для подростков, поскольку они еще недостаточно зрелы, чтобы принимать решение, которое может иметь необратимые последствия, а также потому, что с течением времени их мнение может измениться, и они не смогут что-либо сделать, чтобы поправить ситуацию.

Ролевая игра

После обсуждения методов предупреждения беременности и конкретных трудностей, которые в реальной ситуации возникают перед многими молодыми людьми, предложите участникам выбрать одну или две ситуации, которые помогут наглядно представить трудности такого рода в тех сообществах, представителями которых они являются. К примеру, посредством ролевой игры слушатели пожелают воспроизвести следующие ситуации: подросток, который впервые в жизни покупает презерватив; девушка, которая пытается узнать у своего парня, предусмотрел ли он какой-нибудь метод предохранения, чтобы она не забеременела; девушка, которая хочет узнать у своей матери, или юноша, который спрашивает у своего отца, что ей/ему следует предпринять, если она или он будут иметь с кем-либо половой контакт; или подросток, который хочет получить информацию на эту тему через преподавателя. Как и прежде, следует обратить особое внимание на освещение наиболее типичных проблем коммуникации и взаимоотношений.

В ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

В ТРУДНЫЕ МОМЕНТЫ ПРИ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ (1) (В8)

Основная цель данного занятия – помочь участникам успешно справляться с особо трудными моментами в работе консультантов с подростками путем демонстрации приемов, которые помогают преодолевать трудности и соответствуют как принципам, представленным в разделе «Психодинамика консультирования» (В2, В3, В4) в День 1, так и практическим навыкам, рассмотренным в рамках Обзора микронавыков коммуникации (С1) также в День 1. Ниже в помощь ведущему приведен обзор целого ряда всевозможных Трудных моментов. Тем не менее, в течение одного занятия не планируется наглядно показать более двух или трех моментов. *Моделирование* Трудных моментов можно также равномерно распределить на все рабочие дни недели, когда удается выкроить 10 или 15 минут, особенно если такая форма обучения имеет прямое отношение к обсуждаемой теме.

Презентация и дискуссия

Как уже отмечалось в прошедшие дни недели, участникам было предложено назвать важные моменты при консультировании, которые в первую очередь особенно проблематичны для консультанта, а не для клиента. На этом занятии (а также на аналогичном занятии, запланированном на следующий день) ведущий(ие) постарается(ются) *смоделировать* оптимальные подходы к поиску решений, связанных с такими моментами, руководствуясь принципами и практическими приемами, которые рекомендованы на семинаре. Несмотря на наличие заранее заготовленного слайда (В8), крайне желательно составить перечень предложений, озвученных участниками в течение недели, который можно будет пополнить в начале текущего занятия.

Далее следуют некоторые типичные «Трудные моменты», о которых говорили участники.

Молчание. Клиент в течение какого-то времени не хочет или не может говорить. Это типичное явление среди подростков, которые очень взволнованы или раздражены, как правило, потому, что их направили на консультацию против их воли. Если это происходит в самом начале беседы, консультанту, выждав какой-то момент, лучше всего осторожно обратить на это внимание и произнести примерно следующее: «Я понимаю, что вам трудно начать разговор. Так бывает очень часто, когда кто-либо впервые приходит ко мне на консультацию. Интересно, вы что – взволнованы?» Или же напротив, если молчание носит оттенок сердитости (например, взгляд подростка направлен в сторону от вас), вы можете сказать: «Ты знаешь, ко мне иногда приходят люди, которым на самом деле не хотелось бы здесь находиться, и они полны решимости хранить молчание. Интересно, ты тоже так настроен?». За этими

фразами должен последовать еще один период молчания, причем взгляд консультанта останавливается на подростке, и всем своим видом он демонстрирует сочувствие.

Иногда молчание приходится на середину встречи. В данной ситуации очень важен контекст разговора, и консультанту придется догадываться, почему это произошло. Такое может случиться потому, что подростку бывает очень трудно рассказать о своей тайне, или ему или ей не понравилось, как консультант только что отреагировал на какую-то фразу. Обычно лучше всего выждать какое-то время, так как крайне важно дать возможность молодым людям сделать над собой усилие, чтобы выразить свои чувства или мысли, даже если вначале для консультанта это может показаться обременительным. Бывают такие моменты, когда молчание является результатом обычной задумчивости подростка. Нет нужды нарушать такое молчание или каким-то образом показывать, что оно неприемлемо.

Клиент плачет. Из-за того, что клиент начинает плакать или всхлипывать, консультант может почувствовать себя неловко. Естественной реакцией бывает желание остановить плач и по возможности успокоить клиента, но это, как правило, не самый лучший вариант во время консультации. Плач бывает по разным причинам. Некоторым это помогает облегчить свое душевное состояние, и адекватной реакцией должна быть выжидательная позиция консультанта, а если плач не прекращается, то следует сказать, что это нормально, что это естественная реакция человека, когда ему грустно. Такое отношение консультанта позволяет клиенту выразить свои чувства. Через некоторое время плач обычно прекращается. Но иногда человек плачет по другой причине. Плач может быть использован как повод, чтобы вызвать сочувствие или прекратить дальнейшие расспросы. Такое поведение клиента может быть направлено на то, чтобы попытаться манипулировать консультантом во многом по аналогии с тем, как он или она будет это делать в кругу семьи или с другими взрослыми. Опять-таки, лучше позволить клиенту выплакаться, заметив, что хоть вам и жаль, что он в расстроенных чувствах, это все же не так уж плохо – ведь он таким образом выражает свои чувства. Если же он не прекращает свои попытки манипулировать, то необходимо положить этому конец и преподать клиенту урок, подчеркнув, что консультантом нельзя манипулировать таким же образом, как это удавалось проделывать с другими взрослыми.

У некоторых консультантов в зависимости от их принадлежности к той или иной культурной среде может появиться желание успокоить клиента, дотронувшись до него или до нее рукой. Хотя все это, возможно, и верно, однако, прикасаясь к клиенту, нужно вести себя довольно осмотрительно, особенно в случае с противоположным полом. Это связано с несколькими причинами. Зачастую трудности, испытываемые подростком, возникли на сексуальной почве, и если вы дотрагиваетесь до руки или плеча клиента, стараясь делать это относительно нейтральным образом, то подросток может истолковать это неправильно и испугаться. Конкретное решение должно быть продиктовано сложившимися культурологическими особенностями, а также

будет зависеть от пола и возраста консультанта и клиента, но в любом случае важно, чтобы между ними установились не общественные, а профессиональные отношения.

Консультант считает, что «проблема» неразрешима. Обеспокоенность по поводу такой ситуацией часто выражают консультанты, когда сами оказываются в тупике, т.е. не знают, что же делать дальше. Важно не забывать о том, что при консультировании в центре внимания находится человек, а не проблема. Даже самые непреодолимые препятствия, будь то осознание подростком своей гомосексуальной ориентации, которую он не приемлет; или желание девушки сделать аборт, когда нет такой возможности; или даже состояние человека перед лицом безвременной смерти, который знает, что он/она стал(а) ВИЧ-инфицированным(ной), – ни в коем случае не означают, что консультант не в силах помочь клиенту. Один из самых приемлемых подходов к ведению клиента, который настаивает на поиске решения проблемы в том виде, как это ему/ей представляется, состоит в том, чтобы сказать, что хотя и не в вашей власти изменить некоторые вещи, ваш личный опыт подсказывает, что по мере того, как лучше узнаешь человека, обычно меняется восприятие многих вещей. На практических занятиях можно часто наблюдать, как участник в роли консультанта поспешно делает какие-то необоснованные предположения. Девушка встревожена тем, что ее парень переменился. Консультант делает скоропалительный вывод, что она беременна. Подросток намекает на свои чувства к родственнице по крови; консультант предполагает, что имел место половой акт и т.д. Чем больше у клиента будет возможностей разобраться в себе, тем легче будет представить, как найти выход из создавшегося сложного положения и обозначить его первопричины.

Клиент угрожает самоубийством. По-видимому, такая ситуация вызывает у консультанта самую серьезную тревогу. Большинство молодых людей, угрожающих покончить с собой, не решаются на суицид, но, будучи в состоянии отчаяния, именно таким образом хотят привлечь к себе внимание. Есть несколько вещей, о которых надо помнить. Остановить кого-то, кто задумал совершить самоубийство, фактически невозможно. Паническая реакция со стороны консультанта может сильнее напугать подростка, чем более сдержанная его позиция. Вполне уместно будет сказать, что никто не может помешать человеку лишить себя собственной жизни, но лично вы были бы страшно расстроены, если это произойдет. Вы только сейчас начинаете ближе узнавать друг друга и замечаете многое, что вам нравится в подростке и вызывает восхищение. Люди, совершающие самоубийства, часто теряют всякую надежду. Они осознают, что у них не сложились отношения с кем бы то ни было, кому бы их судьба была не безразлична. Единственным «спасательным кругом», который консультант бросает подростку, является то, что ему или ей действительно не все равно, и такая реакция может настолько обнадежить подростка, что он не решится расстаться с жизнью.

Некоторые подростки угрожают самоубийством с целью манипулировать другими людьми, чтобы все вышло так, как они хотят. Им также требуется помощь, но нужно подсказать, что существуют другие

возможности, чтобы обратить на себя внимание и ощутить заботу, в которой они нуждаются. Подросток, которому явно не хватает самоуважения, уверен, что ничего, кроме угрозы самоубийства, не будет иметь значения для других, – вполне возможно, что такое поведение срабатывало в прошлом, однако с консультантом такой вариант пройти не должен. Наиболее уместными в данном случае будут позитивные эмоции в отношении клиента, а не акцент на высказанную угрозу.

Нередко бывает так, что ближе к концу консультирования подросток высказывает такую угрозу или делает намек на самоубийство (см. Первичное интервью (B5, B6)). Причина заключается в том, что это представляется клиенту «безопасным», так как он/она знает, что сеанс консультирования подходит к концу, и поэтому ему/ей не придется обсуждать данный вопрос. Лучше всего, если консультант отметит, что сделанное молодым человеком признание очень важно; что вы приветствуете его/ее стремление поделиться с вами своими чувствами по такому актуальному вопросу; а раз уж вопрос возник, то его следует обсудить вместе с подростком на следующей консультации. Далее необходимо подтвердить время очередной консультации с подростком. Ошибочной реакцией в таком случае было бы запаниковать и сказать: «Ну что же, если у вас возникли такие мысли, то не уходите – нам лучше что-то предпринять прямо сейчас». Если в этот момент вы решите продлить беседу, значит вы поддались паническому чувству, и это не сыграет такую полезную роль, какую может сыграть сдержанная реакция, выражающая чувство беспокойства и уверенности в том, что подросток придет к вам снова.

Поскольку самоубийство так трагично в молодом возрасте, каждому консультанту следует сделать собственные выводы относительно оптимальных подходов к такой ситуации. Чем лучше доверительные отношения с клиентом, тем меньше вероятность самоубийства, – вот почему при первой встрече с самого начала необходимо приложить все силы к тому, чтобы установить с ним полное взаимопонимание. Это самая твердая гарантия того, что клиент не пойдет на самоубийство.

Консультант допускает ошибку. Существует немало возможностей для консультанта допустить ошибку. Он или она может допустить фактическую ошибку относительно того, что могло быть сказано клиентом ранее. Консультант может дать какую-то неверную информацию. Консультант может прийти в смущение или рассердиться без достаточных на то оснований по поводу каких-то высказываний клиента. Единственное важнейшее правило, которым следует руководствоваться в стремлении к хорошим отношениям с клиентом, т.е. к таким взаимоотношениям, которые бы вы желали ему или ей с другими людьми, – это поступать честно. Элементарное уважительное отношение к клиенту – один из ключевых принципов консультирования (см. Принципы психодинамики консультирования (B3, B4, B5)). Свое уважение к клиенту и веру в него можно наилучшим образом выразить, признав свои ошибки. Если вы были не правы, уместно принести свои извинения. Фактические ошибки поддаются исправлению легче всего. Можно сказать следующее: «Извините, я забыл, что вы мне уже говорили о том, что у вас есть

младший брат». Если вы поступаете так, что сожалеете об этом (допустим, сердитесь на клиента, который ведет себя вызывающе), также уместно признать этот факт. Вы можете сказать: «Видите ли, я на какое-то время действительно рассердился, когда буквально минуту назад вы упомянули о том, что не представляете, как я могу помочь человеку вашего возраста, так как слишком стар, чтобы понимать чувства молодежи. Возможно, вы заметили это. Такая реакция вполне естественна, но по отношению к вам это не совсем справедливо. В конце концов, вы вправе так считать. Лично у меня другое представление об этом, так как мне кажется, что независимо от возраста люди испытывают одни и те же чувства, хотя вещи, которые их волнуют, могут быть разными. Хотелось бы вам поговорить об этом?». Можете быть уверены, что любая эмоциональная реакция, возникшая помимо вашей воли или как-то иначе, будет в любом случае воспринята клиентом, даже если последний не осознает это полностью. Чем меньше вы будете скрывать свои истинные чувства (но не допускать каких-либо откровений из личной жизни, тем более если они не связаны с процессом консультирования), тем ваш пример окажется более убедительным для подражания клиентом. Ошибку, допущенную консультантом, можно обратить на пользу клиенту.

Консультант не знает, как ответить на поставленный вопрос. Такая перспектива всегда волнует консультантов, но, как и в приведенных выше случаях, будет абсолютно правильно, если вы скажите, что не знаете ответа на поставленный вопрос, но если вам представится возможность, вы постараетесь выяснить эту информацию для клиента или указать другой источник, где он может эту информацию получить. Всякая попытка уйти от вопроса или дать ответ, не имея должного представления о предмете, гораздо сильнее навредит вашим с клиентом отношениям, которым вы придаете такое больше значение, чем признание в собственной некомпетентности.

Клиент отказывается от помощи. Попытайтесь деликатно уточнить причину. В ходе обсуждения Первичного интервью (В5, В6) было отмечено, что одной из важнейших, выполняемых в первую очередь задач является выяснение причины обращения молодого человека за консультацией. Многих подростков направляют на консультацию, чтобы им оказали помощь, необходимости в которой они не чувствуют. Обычно это выясняется, когда вы пытаетесь разговорить юную особу, чтобы та объяснила, почему она сюда пришла. Затем уместно продолжить, сказав примерно следующее: «Я понимаю, что вы чувствуете. Я не уверен, смогу ли помочь, но, возможно, мы могли бы немного поговорить и просто выяснить ваше мнение, и вместе мы решим, стоит ли это обсуждать более подробно». Нередко ответ клиентки может быть такой: «Мой отец считает, что в школе у меня возникла проблема с этим мальчиком, но на самом деле это не так. Он просто не хочет прислушаться к тому, что я ему говорю». Девушка-подросток может быть совершенно права, но, вместе с тем, у нее могли сложиться непростые отношении с отцом, и квалифицированный консультант сумеет убедить ее продолжить консультации, чтобы разобраться в этой проблеме. Если подросток наотрез отказывается говорить, акцентируйте внимание на

положительном моменте, отметив, что он все же пришел, что вы теперь познакомились друг с другом и, возможно, он пересмотрит свою точку зрения.

Попробуйте назначить еще одну встречу и постарайтесь, если это возможно, оставить вопрос о его дальнейших посещениях открытым. Тогда у подростка появится зацепка, и он действительно может вернуться.

Моделирование

В целях подготовки к *моделированию* трудных моментов, о которых, в частности, говорилось выше, ведущим еще до начала семинара следует отработать на практике эту форму проведения занятия. В начале текущего и запланированного на следующий день аналогичного занятия следует сделать обзор трудных моментов, перечисленных на слайде. Затем кто-нибудь из ведущих предложит себя в роли консультанта, который в своей работе столкнулся с одной из трудных ситуаций, изложенных в данном разделе. Ему следует выйти из аудитории, пока другой ведущий будет обсуждать с участниками, за каким из трудных моментов им хотелось бы понаблюдать в первую очередь. Затем вышедшего ведущего приглашают обратно в аудиторию, и начинается ролевая игра с желающим выступить в роли «клиента», который представит «консультанту» один из трудных моментов. Консультант делает все от него зависящее, чтобы помочь клиенту, и, возможно, ему удастся продемонстрировать, как это можно сделать наиболее оптимальным образом. Действуют обычные правила ролевой игры, согласно которым в конце ролевой игры второй ведущий прежде, чем обратиться ко всей группе, проводит опрос среди исполнителей ролей. В целях тренинга ведущему, который исполнял роль консультанта, следует подождать со своими замечаниями, пока не выскажется вся группа. Важно добиться того, чтобы участники выразили откровенное мнение о ведущем. Конечно же, крайне желательно, чтобы ведущий был искренен в оценке исполненной им роли и обратил внимание как на удачные моменты, так и на возможные ошибки.

В КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПОДРОСТКОВ В ПРИСУТСТВИИ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ (B10, B11, B12)

В действительности многие молодые люди приходят на консультацию по инициативе своих семей, и довольно редко, во всяком случае вначале, их можно встретить в сопровождении одного или нескольких членов семьи. Хотя семейное консультирование, равно как и индивидуальное, строится в соответствии с теми же основополагающими принципами, ввиду сложности ситуации необходимо учитывать некоторые особенности. Они заключаются в том, чтобы уделять должное внимание различиям в уровнях ответственности и авторитетности, которыми наделен каждый член семьи, и стремиться оказать помощь не только отдельному члену, но и всей семье как эффективной единице общества.

Презентация и дискуссия

Опросите участников, приходится ли им в их повседневной работе иметь дело с семьями подростков и планируют ли они заниматься этим в будущем. Рассмотрите основные причины, по которым семьи обращаются за помощью, и выясните у участников, как они справляются со сложившейся ситуацией. К примеру, встречаются ли они, как правило, со всеми членами семьи одновременно или поочередно? Продолжают ли они видеться со всей семьей после первого сеанса консультации? После этой дискуссии продемонстрируйте три слайда с перечнем некоторых принципов, руководствуясь которыми можно обсудить, насколько приведенные положения актуальны для выполняемой ими работы, и как наилучшим образом их можно адаптировать к конкретным условиям на местах. Ниже даны некоторые из этих положений. В первую очередь, если в этом будет необходимость, они должны использоваться ведущим во время групповой дискуссии, а не подменять ее.

Решение. Как и в случае с отдельным клиентом, важно вначале выяснить, кто принял решение прийти на прием, каким образом принималось решение и на каком основании. Не исключено, что это было сделано без учета мнения подростка или даже против его/ее желания. Или, возможно, в таком положении оказался другой важнейший член семьи, который в данный момент может присутствовать или не присутствовать.

Роль консультанта. С самого начала особенно важно подчеркнуть, что главной задачей консультанта является выяснение ситуации и оказание помощи семье в принятии собственных решений. Возможно, следует отметить, что довольно распространенным явлением среди семей бывает нежелание внимательно прислушиваться друг к другу, поскольку они и так хорошо знают друг друга, однако жизнь не стоит на месте, и происходящие изменения не всегда воспринимаются людьми должным образом. Кроме того, это подходящий момент, чтобы одобрительно высказаться по поводу решения семьи вместе прийти на консультацию, что само по себе является важным шагом на пути преодоления любых трудностей.

Рассадка членов семьи во время консультации. Весьма показательным для взаимоотношений в семье является то, как члены семьи рассаживаются на сеансе консультации. Расставьте стулья в кабинете таким образом, чтобы их можно было легко переставить, и пусть клиенты сами выберут для себя место. Обратите внимание на то, как они расселись. Это позволит вам почерпнуть важную информацию о расстановке сил в семье и сделать выводы о сложившихся связях – носят ли они позитивный или негативный характер. Предположим, мать может сдвинуть два стула вместе и предложит дочери сесть рядом с собой, тогда как ее муж, возможно, поставит свой стул, повернув его чуть в сторону от них. Отец и мать (или другие взрослые) могут сидеть вместе лицом к консультанту, тогда как подросток поставит свой стул как можно дальше от всех. Чем большую гибкость проявит в этом отношении консультант, тем больше информации можно будет получить из того, какие места выбрали члены семьи. Впоследствии во время

консультации, если это будет иметь отношение к обсуждаемому вопросу, консультант может обратить внимание на то, как расположилась семья.

Вместе или порознь. Лучше всего, если во время первой консультации группа людей, желающих попасть к вам на прием, зайдет вместе. Происходит обычное знакомство, а затем консультант спрашивает вошедших, что подтолкнуло их принять такое решение. Если создается впечатление, что подросток, находясь здесь, выглядит несчастным, иногда уместно сказать следующее: «Нередко бывает так, что я нахожу нужным в течение нескольких минут поговорить наедине с молодым человеком и отдельно со взрослыми членами семьи, когда они впервые приходят на консультацию. Это делается для того, чтобы прояснить ситуацию, так как порой людям в присутствии других бывает трудно говорить. Вы не возражаете против этого?». Если родители или взрослые соглашаются, консультант просит подростка подождать несколько минут и вместе с ним выходит из кабинета, чтобы предложить ему стул. После непродолжительной беседы со старшими членами семьи, в течение которой они предлагают свое видение проблемы, вежливо проводите их из кабинета, а подростка попросите войти. После того, как подросток выскажет свое мнение, предложите взрослым опять войти. Поблагодарите их за то, что они рассказали о своих проблемах так, как они их себе представляют, а затем с нейтральных позиций сделайте краткое обобщение сказанного каждой из сторон (см. раздел «Обобщение» (C5)). Тем не менее, если после того, как, собрав всю семью вместе, вы планируете видеться с членами этой семьи в таком же составе, **их не следует снова консультировать порознь**. Это действительно важно, так как раздельное консультирование будет означать, что в процессе общения с консультантом не удалось решить проблему коммуникации внутри семьи, и что между разными членами семьи и консультантом могут быть какие-то секреты. Это может нанести большой вред всему процессу.

Может произойти так, что к концу первой встречи заинтересованные стороны почувствуют, что консультирование всей семьи не самый лучший вариант. Возможно, вполне достаточно продолжить беседы лишь с подростком, или же в помощи будут нуждаться только родители, а не подросток. Если дело обстоит именно так, то об этом необходимо тактично сказать и получить согласие родителей на такой вариант.

Начинаем с подростка. Если с самого начала сеанса консультирования вы проводите беседы только с подростком, то важнейшая задача оказания ему помощи будет заключаться в том, чтобы он/она сумел(а) выразить свою точку зрения и свое видение проблемы при наличии таковой. Не так уж редко бывает, что точка зрения подростка существенно отличается от позиции сопровождающих его взрослых. Подросток может считать, что никакой проблемы не существует, но сам факт отсутствия согласия на этот счет служит достаточным основанием, чтобы обратиться за консультацией.

Помощь семье в том, чтобы ее члены научились слышать друг друга. Одна из жизненно важных задач консультанта – оказать помощь всем членам семьи научиться прислушиваться к мнению каждого из ее членов.

Устоявшиеся привычки зачастую обусловливают систему представлений, которая успела утратить свою актуальность, особенно на фоне стремительного роста и развития подростков. В связи с этим консультант имеет возможность умело использовать приемы отражения фактов и ощущений, а также методику обобщения (С5), поскольку это позволяет *смоделировать* процесс, который наглядно показывает, насколько чутко члены семьи прислушиваются друг к другу, а также скорректировать сложившиеся взаимоотношения и сформулировать чувства каждого члена семьи наиболее щадящим образом.

Наблюдение за изменениями и обратная связь. Как и при индивидуальном консультировании, важно, чтобы консультант чутко реагировал на изменения в каждом человеке, которые являются следствием каких-либо высказываний или действий со стороны другого участника процесса консультирования. К примеру, некоторые замечания могут послужить поводом для обиды или негодования или же воздействовать успокаивающе. Вместе с тем, такие чувства могут быть выражены посредством одних телодвижений и, возможно, останутся незамеченными тем человеком, от которого они исходят. Если консультанту удается подмечать такие реакции и предложить их для обсуждения между членами семьи, то такой шаг может оказаться весьма кстати.

Нейтралитет консультанта. На протяжении всех встреч очень важно, чтобы консультант не принимал чьей-либо стороны и помнил о том, что его роль сводится к выяснению, а не к решению проблем. Ключом к достижению поставленной цели является оказание помощи всей семье в том, чтобы каждый ее член имел возможность выразить свои взгляды и ощущения, и чтобы другие члены семьи адекватно их восприняли.

Распределение ролей в семье. Помните, что каждому члену семьи отводится своя роль, и каждый из них несет свою меру ответственности. Подросток не отвечает за взрослых, равно как и не наделен властью над взрослыми в семье, тогда как взрослые в определенной мере ответственны за подростка. По мере взросления подростка сложившееся соотношение ответственности требует пересмотра. В большинстве семей основные решения относительно места учебы или работы подростка принимаются родителями, хотя в дружной семье это будет происходить с участием подростка, и постепенно решения такого рода будут оставаться в основном за молодым человеком. Однако, при таком положении вещей основная масса повседневных малозначительных решений и поступков зависит исключительно от подростка. Важно, чтобы консультант помог семье адаптироваться к изменениям, которые у подростка, в отличие от взрослого человека, происходят более стремительно. Но в любом случае консультанту не следует узурпировать власть в семье.

Подростки и справедливость. Часто бывает так, что основные разногласия главным образом возникают не по поводу конкретного решения, а в связи с тем, как оно было принято. Подростки особенно чутко реагируют, когда с ними советуются и стремятся к непосредственному участию в процессе принятия решений, что является признаком их постепенного взросления. Они с большей готовностью будут следовать решению, если с ними об этом

посоветовались или объяснили причины принятия того решения, которое им не нравится. Если им разъяснят, что решение было справедливым, то, возможно, значительная часть возражений исчезнет, и таким образом будет создана модель для преодоления расхождений во мнениях в будущем. Урегулирование разногласий между подростком и родителями, равно как и споров между родными братьями и сестрами, будет развиваться по аналогичному сценарию. Не так уж редко случается, когда на одного из детей в семье выпадает роль «козла отпущения», и он/она вынужден(а) брать на себя вину за те проблемы, которые создаются другими.

Роль отца. Во многих сообществах подразумевается, что отец семейства является «конечной инстанцией» и несет ответственность за основные решения в семье. Из этого правила существует немало исключений, и вполне реальна такая ситуация, когда в конкретной семье в этой роли выступает не отец, а мать или бабушка или кто-то из других взрослых членов семьи, в связи с чем важно определить, кто является главой данной семьи. Тем не менее, для эффективной работы с семьей консультанту следует внимательно проанализировать роль «отца». Есть все основания считать (независимо от причины), что, по сравнению с мужчинами, женщины, как правило, в большей степени склонны выражать свои чувства и привыкли делать это вербально. Вот почему нередко происходит так, что подросток гораздо чаще приходит в сопровождении матери, чем они приходят вместе с отцом, или когда отец и подросток приходят без матери. Итак, в случае прихода отца консультанту следует особо отметить этот факт, выразить похвалу в адрес отца за его готовность прийти на помощь семье и прояснить возникшие вопросы, а также заверить его в том, что вы не собираетесь посягать на его авторитет.

Споры во время консультации. Довольно часто во время проведения семейных консультаций можно столкнуться с проявлением крайнего раздражения. В конечном счете, именно чувство озлобленности и на первый взгляд неразрешимые разногласия заставляют членов семьи обращаться за помощью. Что касается эмоций, которые могут проявляться во время индивидуальной консультации, то лучше всего, хотя бы на время, дать им «выплеснуться» наружу, чем пытаться их сдерживать. В ходе консультации вы не только сможете увидеть семью такой, какая она есть на самом деле, но и сумеете прокомментировать поведение каждого из членов семьи, как только между ними закончится жаркий спор, при этом они смогут убедиться в том, что вы готовы мириться с проявлением их истинных чувств. Однако такой спор не должен продолжаться бесконечно долго, и как только каждый полностью выскажется, вы, поблагодарив всех за высказывания, можете предложить выслушать то, что вам как стороннему наблюдателю удалось подметить.

Завершение консультации. Как и при индивидуальном консультировании, важно завершить встречу надлежащим образом. Еще до окончания сеанса консультации, как можно яснее с нейтральных позиций обобщите точку зрения каждого члена семьи и обратите внимание на положительные сдвиги, наметившиеся в итоге проведенных бесед. Их готовность прийти вместе можно расценивать как первое достижение. Вторым

можно считать то, что им удалось довести свою точку зрения до сведения друг друга, внимательно выслушав каждого. В процессе такого общения они имели возможность продемонстрировать хорошее отношение друг к другу, проявить сочувствие и выразить новые положительные эмоции. Это обстоятельство должно быть отмечено особо. Безусловно, эти достижения могли бы не ограничиваться исключительно этим, если бы удалось найти решение некоторых вопросов и составить планы на будущее. И все же сам факт сохранения отдельных разногласий не следует игнорировать или рассматривать как неудачу, однако для того, чтобы наметившиеся изменения приобрели устойчивый характер, потребуется время и определенные практические навыки. Как и во время любой консультации, если она не является последней, подтвердите дату и время следующей встречи, в связи с чем обсудите с семьей дальнейшие планы и подтвердите свою готовность продолжить ваши встречи, если в них будет необходимость.

Моделирование

В ходе текущего занятия сразу после окончания дискуссии ведущему рекомендуется посвятить оставшееся время моделированию ситуации с участием желающих выступить в роли нескольких членов семьи, рассмотрев одну из проблем, о которых говорилось на предыдущих занятиях.

C МИКРОНАВЫКИ КОММУНИКАЦИИ

C ИСКУССТВО ЗАДАВАТЬ ВОПРОСЫ / ФОКУС И ВРЕМЯ (C8)

Важнейшая цель консультирования заключается в том, чтобы содействовать взрослению подростков, помогая им разобраться в своих чувствах и мыслях, лучше понимать себя, принимать самостоятельные решения и анализировать их. Способность консультанта слушать с должным вниманием занимает центральное место среди навыков, которые могут помочь подростку в этом процессе. В предыдущие дни были отработаны не только навыки слушания, включая навыки ведения беседы, но и такие методики, как поощрение, отражение фактов/ощущений и обобщение. В отличие от прямых вопросов, последние менее навязчивы. Вопросы являются наиболее распространенной формой активного слушания, но то, в какой манере ставятся вопросы, подчас может идти вразрез с целями и задачами консультирования. Наряду с работой в группах на этом занятии предстоит рассмотреть различия между «открытыми» вопросами, способствующими самопознанию, и «закрытыми» вопросами, которые имеют противоположный эффект. Помимо приобщения к искусству задавать вопросы, также намечено обсудить, насколько важно признавать роль таких факторов, как фокус высказываний и время, к которому относится их содержание.

Презентация и дискуссия

Начните занятие с демонстрации Модели V (C2), из которой ясно, какое место отводится постановке вопросов в комплексе навыков слушания, и предложите группе кратко охарактеризовать ранее рассмотренные навыки. Поясните, что постановке вопросов отводится определенная роль в процессе слушания, но такая форма общения более навязчива по сравнению с навыками ведения беседы, отражения и обобщения. Однако, в зависимости от конкретного характера вопросов последние могут быть как более, так и менее навязчивыми. Разница между открытыми и закрытыми вопросами в данном случае выражена в степени свободы, которой обладает человек при выборе того или иного варианта ответа. Так, открытый вопрос – это такой, который допускает широкий диапазон ответов, тогда как закрытый вопрос обычно требует односложного ответа, к примеру, «да» или «нет» или какое-то число. Следовательно, ответ на открытый вопрос позволяет клиенту в известной мере контролировать направление беседы, что соответствует наиболее передовой практике, тогда как закрытый вопрос сужает содержание беседы до ответов на те вопросы, которые ставит консультант. Существует еще и третий вид вопроса, предваряемый вопросительным словом «почему?», и будучи несомненно открытым, такой вопрос нередко оказывается либо замаскированным закрытым, либо не вопросом как таковым, а подразумеваемым обвинением.

Открытые вопросы допускают широкий диапазон ответов. Они часто начинаются с таких вопросительных слов, как: «Что? Не могли бы вы? Не хотите ли вы? Как?». Например: «Как вы проводите свободное время?» или «Не хотите ли вы рассказать мне более подробно о своей семье?». У клиента есть возможность выбора из множества вариантов ответов, как отреагировать на такой вопрос. Так, при ответе на первый вопрос подросток может сказать: «У меня столько дел в школе, и я должен помогать в работе по дому, что у меня нет свободного времени!» или «Я больше всего люблю спорт, а особенно футбол. Я играю с друзьями каждую субботу. Мы входим в спортивную лигу, и я помогаю в составлении графика наших игр. Это мой любимый вид спорта. Я даже подумываю о том, чтобы стать профессионалом. Но так как у меня возникла эта проблема с отцом, я боюсь, он мне не разрешит больше играть». Открытый вопрос может выявить много важного о подростке, и консультанту будет легче ему помочь. Открытый вопрос подает клиенту сигнал о том, что он или она не ограничены в выборе темы для обсуждения, хотя в отличие от «отражения», посредством которого просто перефразируется уже сказанное, всякий поставленный вопрос накладывает определенные ограничения на клиента.

Как уже обсуждалось, постановка открытого вопроса все же должна соответствовать правилам «вербального следования». Иначе говоря, вопрос должен относиться к тому предмету, который был затронут в разговоре по инициативе клиента. Поэтому, будет уместно задать вышеупомянутый вопрос о свободном времени, если клиент уже коснулся этой темы, сказав примерно следующее: «У меня проблема с отцом. Он хочет, чтобы я работал после окончания уроков в школе, но если я буду этим заниматься, у меня не останется времени на друзей». Вопрос **не** был бы уместным, если бы клиент только что сказал: «Что меня действительно беспокоит, так это то, как моя девушка отреагирует, когда я скажу ей, что произошло на вечеринке на прошлой неделе».

Постановка **закрытых вопросов** обычно допускает весьма ограниченный диапазон возможных ответов, и часто на такие вопросы напрашиваются односложные ответы, за которыми следует молчание, когда клиент ждет очередного вопроса. Закрытые вопросы часто начинаются с таких слов, как: «Вы были? Вы делали? Вы ходили? Сколько?». К примеру: «Вы сказали своей девушке, что произошло?» или «Сколько у вас братьев и сестер?» или «Вы ходите в школу?». Ответами на первый и третий вопросы, вероятно, будут «да» или «нет», а на второй – просто число. Закрытые вопросы обычно используются в медицинской практике, когда медработник стремится получить информацию, на основании которой он или она сможет принять решение о курсе лечения больного. В таком контексте это вполне уместно. Однако в контексте консультирования в первую очередь необходимо прибегнуть к самопознанию, а это значит, что у клиента должен быть свободный выбор относительно того, как выразить свою личность, и в конечном итоге решение, касающееся каких-либо действий, прежде всего остается за клиентом, а не за консультантом.

Кроме того, закрытые вопросы способствуют созданию более строгой атмосферы общения, напоминающей ту, к которой подросток привык, когда ему приходилось отвечать на вопросы учителя, врача, медсестры, священника, кого-либо из родителей и т.п. При этом все влияние и ответственность сохраняются за человеком, задающим вопрос, а не отвечающим на него. И, что более типично, – подросток не будет готов отвечать на открытые вопросы, а, скорее всего, будет приветствовать постановку закрытых вопросов. Отчасти процесс консультирования сводится к тому, чтобы оказать помощь человеку в развитии своих способностей принимать надлежащие решения в партнерстве с другими. К тому же, по причине ошибочных предположений консультанта закрытые вопросы могут сильно ввести клиента в заблуждение, подталкивая логику его рассуждений в ложном направлении.

Вопросы, начинающиеся с вопросительного слова «Почему?», можно отнести к особой категории. В принципе, ответ на вопрос «Почему?» можно выбрать из широкого диапазона возможных ответов, что делает вопрос открытым, однако на практике на него зачастую довольно трудно найти подходящий ответ, а порой такой вопрос может звучать в обвинительном тоне. Например, вопрос «Почему ты не сказала своей матери, что произошло на вечеринке?» девушка-подросток может воспринять как то, что ей следовало бы поступить именно так. «Почему ты постоянно думаешь об этой девушке?». Это, возможно, тот самый вопрос, который подросток задает себе сам, и когда его об этом спрашивает консультант, то подростку от этого не легче.

Какие бы вопросы ни ставились, должен сохраняться принцип **вербального следования**, который обсуждался в предыдущий день. Не стоит задавать вопрос только ради того, чтобы сменить тему разговора, пока не будет сделано **обобщение** его содержания, правильность которого должна совпадать с мнением клиента. Если постановка вопроса связана с тем, чтобы приступить к новой теме разговора, то из вышеприведенных соображений важно, чтобы такой вопрос был открытым.

Работа в группах

После рассмотрения и обсуждения этих понятий участники могут приступить к отработке навыков постановки вопросов в последующей манере. Ведущий предлагает кому-нибудь сформулировать вопрос. Затем группа определяет, был ли это открытый или закрытый вопрос. Так можно продолжать до тех пор, пока всем участникам не станет предельно ясна разница между ними. Далее ведущий просит участников продолжить эту работу, но на этот раз им следует потренироваться в преобразовании закрытых вопросов в открытые и наоборот. Закрытые и открытые вопросы не являются зеркальным отражением друг друга, но отработка навыка «преобразования» из одного типа в другой позволит ощутить разницу между вопросами.

Например, такой вопрос, как «Вы сказали своей девушке, что произошло?» (закрытый), можно преобразовать в «Не думали ли вы о том, чтобы обсудить этот вопрос со своей девушкой?» (хотя, строго говоря, это и закрытый вопрос), но он звучит гораздо «мягче», и с большей вероятностью

допускает более полный, а не односложный ответ. Или вопрос «Как вы относитесь к тому, чтобы рассказать своей девушке об этом?» (открытый). «Как вы проводите время?» (открытый) – «Вы ходите в кино?» (закрытый). «Не хотели бы вы рассказать мне о своей семье?» (открытый) – «Сколько у вас братьев и сестер?» (закрытый). Группе следует продолжать отработку данного навыка до тех пор, пока не станет ясно, что большинство участников могут определить не только тип вопроса, но и переделать один в другой. Тем не менее, следует уделить более пристальное внимание отработке навыков преобразования закрытых вопросов в открытые, поскольку при консультировании закрытый вопрос является, с одной стороны, менее приемлемым, а с другой, – наиболее широко используемым. Хотя в небольшой группе участников это упражнение может быть выполнено устно, не менее полезным представляется такая форма, как выполнение *письменной работы в группах*, когда каждый участник записывает правильный ответ, а затем обсуждает его с группой.

Презентация и дискуссия

После отработки в группе навыков постановки вопросов ведущий представляет информацию о навыках определения и использования таких параметров высказываний консультанта, как фокус и время.

Фокус. Применительно к данному контексту имеется в виду фокус любого высказывания (отражения, вопроса или другой реплики), который в зависимости от местоимения можно разделить на пять категорий, а именно:

«Вы» («Ты») = Фокус на клиенте

«Я» = Фокус на консультанте

«Мы» = Фокус на клиенте и консультанте

«Они» = Фокус на других

«Это» = Фокус на основной теме.

Вы. В соответствии с общими целями консультирования фокус, как правило, должен быть на клиенте. «Вы сказали, что когда впервые подумали, что, возможно, беременны, то были весьма напуганы» (отражение, фокус на клиенте). «Я хотела бы знать, как вы себя чувствуете в данный момент?» (открытый вопрос, фокус на клиенте несмотря на то, что в высказывании есть указание на консультанта). «Не могли бы вы рассказать мне подробнее о себе?» (открытый вопрос, фокус на клиенте).

Я. Время от времени уместно, чтобы фокус был на консультанте. Например, как упоминалось выше в связи с Трудными моментами (В8), когда консультант допускает ошибку, с его стороны вполне уместно признать это и извиниться, заметив: «Извините, я кажется забыл, что вы мне уже говорили о том, что у вас есть старший брат» (не отражение и не вопрос, а прямой ответ

клиенту, который поправил консультанта). Или отреагировать на вопрос личного характера в адрес консультанта следующей фразой: «Из личного опыта мне известно, что с людьми, которым я пытаюсь помочь, лучше не говорить о себе, поэтому я взял за правило не делать этого».

Мы. Иногда уместно сослаться на отношения, сложившиеся между консультантом и клиентом. Например, «Я очень рад, что вы обратились ко мне, и мы смогли вместе поговорить о вещах, которые для вас важны». (Такая фраза особенно уместна при завершении встречи, так как в ней подчеркивается положительный момент и содержится ссылка на отношения, которые приобрели устойчивый характер).

Они. Возможно, клиент уже поднял много вопросов о своей семье не упоминая, к примеру, своего отца. Вы сочтете нужным сказать: «Брайан, ты много рассказал мне о своей матери и братьях. Есть ли что-нибудь еще, что тебе хотелось бы сказать о своей семье?» (открытый вопрос, фокус на других, следование поднятой клиентом теме).

Это. Клиент, очевидно, говорил о теме, которая его волнует. В этом случае консультант может отреагировать следующей репликой: «Насколько нам известно, такое явление, как возвратно-поступательные манипуляции со своим половым членом для снятия сексуального напряжения (то, что мы называем мастурбацией), довольно распространено среди юношей» или «Есть целый ряд мест, куда молодая девушка может обратиться, если хочет выяснить, заразилась ли она венерической болезнью». Вообще говоря, если в фокусе оказывается общая тема или люди, не присутствующие в данный момент, то теряется ощущение сиюминутности происходящего в кабинете между клиентом и консультантом, приобретая при этом более абстрактный характер.

На практических занятиях группе следует акцентировать свое внимание на ситуациях с фокусом на клиенте, а также на навыках работы с фокусом на «Я» и «Мы» и в меньшей степени заниматься фокусом на «Это» и «Они», навыком использования которого участники, скорее всего, владеют хорошо.

Время. Этот параметр связан с тем, к какому времени относятся высказывания консультанта, – к прошлому, настоящему или будущему. Очень важно, чтобы участники хорошо в этом ориентировались, поскольку неизбежна тенденция говорить о том, что было и что будет, пренебрегая более сложным настоящим временем, особенно в связи с ощущениями, переживаемыми в ходе консультации. Затем ведущий предлагает участникам произнести несколько фраз, которых, как правило, бывает достаточно, чтобы проиллюстрировать различия по времени. Например: «Как вы сейчас себя чувствуете?» (настоящее); «Как вы отреагировали, когда ваш молодой человек сообщил о том, что произошло?» (прошедшее); «Вы думали о том, как вы сообщите эту новость маме?» (будущее).

Выбор времени также оказывает влияние на основной момент обсуждения или служит его отражением. Прошедшее время обычно

используется клиентом для того, чтобы понять, как вышло так, что у него/нее возникла проблема. Настоящее время позволяет сосредоточиться на том, что происходит на консультации в данный момент. Будущее время больше используется тогда, когда клиенты начинают задумываться над тем, как они будут преодолевать свои трудности.

Работа в группах

Когда станет ясно, как используется термин «время», ведущий предлагает группе приступить к отработке всех навыков, о которых говорилось на этом занятии. Итак, участников просят задавать вопросы, сообщая о том, являются ли вопросы отрытыми или закрытыми, а также определять фокус и время, к которому относится вопрос. Например: «Как вы сейчас себя чувствуете?» (открытый вопрос, фокус на клиенте, настоящее время). «Из сказанного вами, Мария, я вижу, что вы все же обеспокоены тем, что о вас думают другие девочки» (отражение ощущений, фокус на клиенте, настоящее время). «Итак, ваш молодой человек очень рассчитывал на то, что вы позволите ему немного больше, чем вы это сделали в прошлый раз» (отражение факта, фокус на другом человеке, прошедшее время). «Многим молодым людям, которые приходят ко мне на прием, вначале бывает трудно разговориться» (утверждение, фокус на «это», прошедшее время подразумевается несмотря на то, что высказывание относится к настоящему времени).

На занятии по *отработке практических навыков в группе* участникам можно предложить понаблюдать за характером высказываний консультанта, обращая внимание на то, прозвучало ли высказывание в форме открытого или закрытого вопроса; было ли это отражением факта или ощущения; на что был сделан фокус, к какому времени это относится; и соблюдался ли или нарушался принцип «вербального следования». В дальнейшем все это будет использоваться наблюдателями в ходе *Отработки навыков в триадах*, как представлено ниже.

Отработка навыков в триадах

Участники снова делятся на группы из трех человек и стараются объединиться с теми, с кем они еще не работали. Когда участники выступают в роли клиентов, их просят привнести в ролевую игру какие-то проблемы, которые связаны с проявлением сексуальности у подростков или с их репродуктивным здоровьем и которые были рассмотрены во время ранее проведенных дискуссий. Во время исполнения роли консультантов участников просят особенно тщательно отработать навыки использования открытых вопросов, однако последние должны преподноситься вперемешку с элементами отражения (особенно это касается отражения ощущений, которым нередко пренебрегают). Наблюдатели будут продолжать свои наблюдения за навыками консультанта по ведению беседы, включая использование таких приемов, как язык телодвижений, жесты и поощрения. При наличии видеокамеры с хорошим качеством звукозаписи на этом занятии было бы полезно записать на пленку фрагменты ролевых игр, проведенных в отдельных триадах. Ведущим следует

курсировать от одной триады к другой, наблюдая хотя бы за одной ролевой игрой от начала и до конца и высказывая свое мнение о работе в каждой триаде.

Предлагается еще один вариант по отработке навыков, который, по сравнению с предыдущим, требует меньше времени. Участники делятся на 3 группы, которые, в свою очередь, делятся на более мелкие группы из двух человек (клиент – консультант). Консультант из первой группы ведет диалог с использованием закрытых вопросов, из второй группы – открытых, а из третьей – использует смешанные вопросы (как открытые, так и закрытые).

Итоговое занятие в составе всей группы

Предложите участникам рассказать о своих ощущениях, сначала в качестве наблюдателей, затем в роли клиентов и, наконец, – консультантов. Можно воспользоваться видеозаписями для показа сценок, в которых консультант задает вопросы, и попросить группу высказать свои замечания по использованию этого навыка. Как и раньше, следует напомнить о том, насколько важно прокомментировать положительные моменты в работе консультантов, а не ограничиться одними лишь замечаниями о допущенных ошибках. Более того, такой подход является важным аспектом в организации курсов обучения и надзора за профессиональной деятельностью, и участникам следует глубоко осознать, насколько это важно для их работы в будущем.

Как обычно, перед окончанием занятия предложите участникам высказать общее мнение о работе в течение дня, вкратце изложите программу работы на следующий день и поблагодарите участников за их усилия и достигнутые успехи.

ДЕНЬ 5

Как и в предыдущие дни, начните с рассказа о программе на день, отмечая любые изменения, которые, возможно, были внесены по согласованию с группой. Ниже приводится краткий план работы на День 5 в том виде, как он представлен в «Типовой программе работы» (G1). Так как это последний день работы семинара, то тематика занятий охватывает его оценку и последующие действия, а также церемонию закрытия. Темами на этот день являются: A. Инфекции, передаваемые половым путем, включая ВИЧ/СПИД, и их профилактика; B. Что нужно учитывать при отборе кандидатур и организации обучения, Оценка консультирования, Трудные моменты при консультировании (2) (B9); C. Общая интеграция навыков, Интервью по итогам тренинга; и G. Оценка семинара, Последующие действия, Закрытие семинара.

A СЕКСУАЛЬНОСТЬ И РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

A ПОСЛЕДСТВИЯ НЕЗАЩИЩЕННОГО ПОЛОВОГО КОНТАКТА (A11, A12)

A ИНФЕКЦИИ, ПЕРЕДАВАЕМЫЕ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП). Основная цель этого обсуждения – сосредоточиться на проблемах, с которыми сталкиваются подростки, когда имеют дело с ИППП, а не на специфических медицинских вопросах. Очень часто ими являются проблемы общения и взаимодействия. Полезно напомнить группе, что половой акт в подростковом возрасте часто является незапланированным, происходит случайно и может привести к ИППП или беременности. Можно предоставить список наиболее распространенных ИППП (A18) как напоминание о том, что этих болезней довольно много, и затем обсудить различные симптомы ИППП, при этом **не связывая симптомы с конкретным заболеванием**. После перечисления симптомов, которые группе хорошо известны, можно представить отдельный список симптомов (A19). Причина, по которой не следует связывать конкретные симптомы с конкретными заболеваниями, заключается в том, что если консультант не имеет специальной подготовки по диагностике и лечению ИППП, он или она не должны пытаться угадать природу инфекции. Например, если сказать, что данный симптом ассоциируется с гонореей, то это может привести к тому, что подросток начнет искать товарища, который лечился от этой болезни, чтобы получить то же самое лекарство, не проконсультировавшись со специалистом. Это может иметь весьма тяжелые последствия. Следует также указать на то, что

ИППП могут существовать без внешних признаков, особенно у женщин, снижая вероятность диагностирования и лечения.

Полезно попросить участников определить чувства юноши и девушки, каждый из которых боится, что они могли заразиться ИППП. Для этой цели, как и в случае с рассмотрением темы беременности, можно использовать проекционную пленку (см. День 4, занятие А). Один из сценариев, который стимулирует обсуждение, заключается в том, чтобы попросить участников начать с ситуации, при которой юноша-подросток думает, что у него, возможно, ИППП. Эту ситуацию можно рассмотреть точно так же, как и случай с подозреваемой беременностью у девушки-подростка. Каковы чувства юноши? С кем он об этом говорит? Что он предпринимает потом? и т. д. Сюда можно включить и последующее подтверждение, что у него ИППП, и просьбу о том, чтобы он рассказал об этом своей девушке. Какова его реакция на это? Если он сообщает об этом своей девушке, то как это происходит? Каковы ее чувства? Что она предпринимает? Кто еще узнает? Узнают ли об этом члены семьи? Если да, то каким образом? Что они почувствуют? Что сделают? И тут опять можно использовать проекционную пленку, на которой участники перечислят чувства в отдельных колонках для самого юноши, его друга (если он ему расскажет), девушки, ее родителей (возможно) и для других основных лиц.

Есть особые причины, почему ИППП чрезвычайно опасны для подростков по сравнению со взрослыми (А20). Один из ключевых вопросов в контроле за ИППП – это вопрос соблюдения конфиденциальности (см. День 3, занятие В) – в какой степени она практикуется работниками здравоохранения? Во что молодые люди верят или что им известно о практике соблюдения конфиденциальности? Эти проблематичные вопросы следует поднять во время такого занятия, обращая особое внимание на правильную оценку отношения подростков к конфиденциальности.

ВИЧ/СПИД *(Вирус иммунодефицита человека / синдром приобретенного иммунодефицита).* После завершения обсуждения темы ИППП ведущему следует поднять вопрос о ВИЧ-инфекции, которая может привести к СПИДу, если об этом уже не заговорили сами участники. Часто бывает так, что группа не упоминает о СПИДе в предыдущем обсуждении, и, что более важно, эта проблема, возможно, не рассматривалась в ролевой игре с юношей, который говорит с друзьями о том, что, возможно, у него ИППП. Если это действительно так, то можно обратить внимание на то, что медицинские работники и молодые люди, обсуждая такие темы, часто не учитывают логической связи между ними. То же самое относится и к обсуждению беременности без учета ИППП и ВИЧ-инфекции. Весьма полезно еще раз представить заготовленный слайд (А11), иллюстрирующий возможные последствия незащищенного полового акта.

СПИД отличается от большинства других ИППП по двум основным аспектам: от него нет лекарства, и полагают, что он неизменно приводит к летальному исходу, хотя время между ВИЧ-инфекцией и развитием заболеваний, связанных со СПИДом, крайне неопределенное. **ВИЧ**, который вызывает СПИД, **может передаваться** от одного человека к другому **через**

зараженную кровь, сперму и влагалищные выделения. Он может передаваться от мужчины к мужчине, от женщины к женщине, от мужчины к женщине и от женщины к мужчине, **а также по вертикальной схеме от матери к ребенку в процессе беременности, родов и кормления грудью**. Однако часто подростки (и многие взрослые) не имеют четкого представления о том, как может передаваться ВИЧ-инфекция.

Поэтому, при обсуждении данного вопроса целесообразно выполнить ***упражнение «Степень риска»*** на определение степени риска при различных контактах. Для этого необходимо заранее заготовить 4 листа ватмана, на каждом из которых будет отчетливо написана одна из следующих фраз: «Высокий риск», «Низкий риск», «Риск отсутствует», «Не могу определить степень риска». Листы вывешиваются на стены аудитории в вышеуказанной последовательности таким образом, чтобы к ним вплотную могли подойти участники. Под листами следует предусмотреть достаточно места для карточек. На карточках пишут по одному виду контактов, например: *глубокий поцелуй, *влагалищный контакт с презервативом, *плавание в бассейне, *рукопожатие с ВИЧ-инфицированным, *секс между супругами, *укус насекомого, *посещение зубного врача, *кормление грудью ВИЧ-инфицированной матерью, *пользование чужой зубной щеткой, *пользование сидением унитаза в общественном туалете, *укол бывшей в употреблении инъекционной иглой и т.п. Карточки раздают участникам (можно работать в малых группах или соревноваться двумя командами). Участники прикрепляют их к стене под листом ватмана с указанием категории риска, к которой, по их мнению, относится конкретный контакт. (Для этого потребуется клейкая лента и ножницы). Результаты обсуждаются. Прежде, чем представить проекционные пленки, на которых перечислены основные пути передачи ВИЧ (А21), участников можно попросить, чтобы они поделились своей информацией по этим темам.

Решение вопросов постановки диагноза ВИЧ-инфекции связано с рядом сложных процедур. Анализ крови может показать, вступал ли человек в контакт с ВИЧ-инфекцией, однако такой диагноз можно уточнить только через три месяца после инфицирования. ВИЧ-инфицированные могут не подозревать, что они инфицированы вирусом, и поэтому другие люди могут от них заразиться. Многие полагают, что на людях, инфицированных ВИЧ и заболевших СПИДом, лежит большое клеймо позора, возможно, потому, что передача такой инфекции часто ассоциируется с гомосексуализмом или употреблением наркотиков – ни то, ни другое не является необходимым условием для того, чтобы стать инфицированным, и тем не менее оба эти фактора неизменно ассоциируются с клеймом позора. Лица с ВИЧ-инфекцией или СПИДом могут страдать из-за социальной изоляции и одиночества или из-за реакции других людей, испытывая страх по поводу того, что их болезнь станет достоянием гласности.

Как и в случае с ИППП и беременностью, важно, чтобы участники попытались предвидеть эмоциональную реакцию подростков на эту тему, которая (как и у взрослых, но, возможно, даже в большей степени) будет главным определяющим фактором их поведения. Для одних доминирующим

чувством может стать страх, но его следствием, как ни парадоксально, – отрицание риска. Для других это стало обычным шумовым фоном, и было ими проигнорировано, поскольку средствами массовой информации уже и так уделялось много внимания опасности заболевания СПИДом.

Наряду с этим есть также общие проблемы взаимодействия, которые возникают при обсуждении вопросов, связанных с предупреждением нежелательной беременности, ИППП и СПИДа, – это трудности коммуникации с молодыми людьми, имеющими половые отношения, и общения между молодежью и людьми старшего поколения.

Может возникнуть небольшая дискуссия о преимуществах и недостатках тестирования.

B ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАВАЕМЫХ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ, ВКЛЮЧАЯ ВИЧ

Презентация и дискуссия

Многие из тех соображений, которые служат препятствиями на пути предупреждения беременности у подростков, также относятся и к профилактике ИППП. Вместе с тем, существуют и свои особенности. На фоне использования различных методов контрацепции профилактика ИППП, в сущности, достигается путем воздержания от половых сношений, поддержания отношений исключительно между двумя людьми, у которых нет этих заболеваний, а также благодаря использованию презерватива. Группе можно напомнить, что было сказано по этим вопросам относительно подростков в дискуссии по предупреждению беременности. Большинство ИППП поддаются лечению и излечимы, если они обнаружены на ранней стадии заболевания. Однако подростки представляют собой ту группу, которая обращается за лечением позже всех. Обычно информация, которой они располагают, неточная и основана на множестве слухов. Девушки в особенности могут быть взволнованы или испытывать чувство вины по поводу того, что они имели половой контакт, и это чувство вины возрастает, поскольку они напуганы тем, что заразились ИППП, и опасаются реакции со стороны родителей и медицинских работников. Их волнует то, кому в первую очередь следует рассказать обо всем, или вообще стоит ли кому-либо говорить, поэтому они откладывают обращение за помощью.

Первое, что предпринимают многие подростки, – пытаются заняться самолечением, покупая дезинфицирующие или обезболивающие средства в аптеке, или одалживают лекарства у друзей. Дезинфицирующие и обезболивающие средства часто стирают симптомы заболевания, не вылечивая его. Если подростки приобретают антибиотики, то последние могут весьма удачно купировать симптомы, но могут оказаться недостаточно эффективными или быть не того типа, чтобы привести к полному излечению болезни. Подростки особенно уязвимы в период самолечения. Они могут быть источником распространения заболевания, предполагая, что излечились, и

вступать в половой контакт с другим лицом. Они могут оставаться инфицированными, что может привести к тяжелым последствиям. У женщин ИППП нередко протекают бессимптомно, что может служить причиной того, что болезнь будет не выявлена и не пролечена и в конечном итоге приведет к бесплодию вследствие поражения репродуктивной системы. Так как женщина не подозревает о наличии инфекции, она может передать ее другому лицу. ИППП у женщин могут передаваться плоду в утробе матери и обусловить нарушение психической деятельности, привести к слепоте или смерти ребенка. Очевидно, что точная информация и уменьшение необоснованных страхов играют жизненно важную роль в профилактике ИППП и ВИЧ-инфекции, однако на пути к достижению этой цели существуют определенные препятствия.

Что мешает профилактике ИППП/ВИЧ-инфекции (А22)

При обсуждении темы важно дать возможность каждому участнику выяснить свое отношение к вопросам сексуальности, ИППП и ВИЧ-инфекции, а также отметить необходимость уважения мнения членов группы и уважения консультантом мнения клиента. Целесообразно это сделать в ходе *упражнения «Четыре угла».* Для его проведения надо заготовить 4 таблички с надписями: «Согласен», «Не согласен», «Не знаю/не уверен», «Свое особое мнение», которые вывешиваются на стены аудитории. В начале упражнения важно обсудить его цель/задачи, отметить отсутствие «правильных» и «неправильных» мнений. Ведущий зачитывает суждения, приведенные ниже, после чего участники подходят к той табличке, на которой отражена их точка зрения. Представителей каждой группы просят обосновать их позицию. Далее участникам предоставляется возможность перейти в другую группу, если их мнение изменилось. Цель дискуссии состоит в том, чтобы постараться понять представления, отличающиеся от точки зрения консультантов, и подумать о том, как эти различия могут повлиять на эффективность консультирования.

Суждения:

- Секс без полового акта – это не настоящий секс.
- Имея одного постоянного партнера, не заразишься ИППП и ВИЧ-инфекцией.
- Необходимо, чтобы наркоманы могли бесплатно получать чистые иглы и шприцы.
- Гомосексуалисты могут при желании изменить свою сексуальную ориентацию.
- ВИЧ-инфицированная женщина не должна иметь детей.
- Презервативы должны быть доступны ВСЕМ независимо от возраста.
- Проблема СПИДа раздувается журналистами, а на самом деле она касается небольшой и не самой лучшей части общества.
- Допустимо иметь сексуальные отношения параллельно с несколькими половыми партнерами.
- Я не хочу, чтобы в одном классе с моим ребенком учился ВИЧ-инфицированный.

Отношение к ИППП. Отношение к ИППП у женщин и мужчин может быть различным как среди подростков, так и взрослых. В некоторых сообществах наличие ИППП у юношей может даже рассматриваться как предмет гордости, свидетельствуя о сексуальном опыте. Однако, если отношение взрослых уничижительное, особенно к девушкам, то это обстоятельство будет удерживать молодых людей от своевременного обращения за помощью, а также будет основным препятствием в диагностике и лечении.

Симптомы ИППП/ВИЧ-инфекции. Как уже отмечалось, у девушек, по сравнению с юношами, ИППП, скорее всего, будут протекать без явных признаков. Это препятствует постановке диагноза и лечению до тех пор, пока молодая женщина об этом не узнает. ВИЧ-инфекция протекает бессимптомно у лиц обоих полов.

Диагностика и лечение ИППП. Большинство ИППП поддаются лечению после того, как поставлен диагноз. Однако подростки порой склонны не признаваться в том, что у них были сексуальные контакты. Подростка может беспокоить негативное отношение медработника, возможное отсутствие гарантий конфиденциальности и стремление проинформировать об этом его/ее полового партнера(ов). У подростков также может вызывать тревогу тот факт, что они, возможно, нарушили общепринятые в их стране гражданские или религиозные нормы. Беспокойство со стороны подростков может быть как обоснованным, так и необоснованным, но если с ними не проводить соответствующей работы, то опасения такого рода могут препятствовать постановке точного диагноза и дальнейшему лечению. Если подростки не станут обращаться за профессиональной помощью, то они, скорее всего, будут сами ставить себе диагноз и лечиться с большим риском для собственного здоровья и здоровья своих половых партнеров.

Диагностика и лечение ВИЧ/СПИДа. В отличие от большинства ИППП, ВИЧ-инфекция или СПИД не поддаются лечению и, как принято считать, в конечном итоге служат причиной летального исхода инфицированных, хотя промежуток времени от передачи ВИЧ-инфекции до развития клинической формы СПИДа может оказаться неопределенным. Таким образом, диагностика ВИЧ-инфекции не ведет к лечению и излечению. У подростка информация о том, что он или она ВИЧ-позитивен(вна), вероятно, может вызвать чувство глубокого беспокойства, так как это известие может быть воспринято как «смертный приговор» и способствовать отказу от всякой половой активности, а также от вступления в брак и рождения детей. У лиц, состоящих в браке, может быть веская причина стремиться пройти тестирование, хотя только анализ крови может показать, вступал ли человек в контакт с ВИЧ-инфицированным или нет, за три или более месяцев до прохождения обследования. Информация о том, что кто-либо инфицирован, может помочь другим принимать меры самозащиты, но в целях профилактики распространения инфекции аналогичные предохранительные меры должны предприниматься и самим заболевшим, а осознание такой необходимости послужит усилению соответствующей мотивации. Если инфекция связана с

мужчинами, то они должны следить за тем, чтобы их сперма и кровь не контактировали с другим человеком, а в случае с женщинами – влагалищные выделения и кровь. Если они ведут активную половую жизнь, то необходимо практиковать безопасный секс, который может включать объятия, ласки и поцелуи, аккуратное использование и последующее удаление презерватива всякий раз, когда они имеют половые сношения.

Таким образом, если проверку на ИППП необходимо поощрять, то вопрос о том, следует или нет проверяться на ВИЧ-инфекцию, требует в каждом отдельном случае обстоятельного осмысления и готовности пройти последующее консультирование. Не только подросткам, но и обществу в целом необходимо глубже понимать проблему ВИЧ-инфекции и СПИДа, чтобы не допустить стигматизации ВИЧ-инфицированных, избежать опасности утаивания таких знаний и помочь людям говорить открыто о мерах профилактики. Клеймо позора порождает тайну, а тайна порождает страх и невежество, которые самым серьезным образом препятствуют профилактике ВИЧ/СПИДа в подростковом возрасте.

Снижение опасности ИППП/ВИЧ-инфекции (А23)

Группа, проанализировав трудности, связанные с профилактикой ИППП и ВИЧ-инфекции у подростков, должна теперь вкратце обсудить то, что можно сделать для минимизации таких трудностей, и то, в какой степени это выполнимо с участием подростков и в их же интересах, в том числе следующее:

Предоставление информации молодым людям и взрослым о том, как можно заразиться этими болезнями, как их можно предотвратить, как проводится диагностика, как их можно лечить, а также как оказать помощь подросткам.

Предоставление консультативных/клинических услуг доступным образом, проявляя при этом сочувствие.

Последствия не леченных ИППП. Потенциальные последствия для девушек-подростков, юношей, их половых партнеров и их потомства.

Воздержание означает, насколько важно отсрочить начало половой жизни до тех пор, пока молодой человек не будет готов к поддержанию зрелых и ответственных отношений.

Практика безопасного секса предполагает поддержание сексуальных отношений без полового акта, аккуратное использование и удаление презерватива, половые отношения, при которых оба партнера не являются больными и не вступают в половую связь с кем бы то ни было еще.

Здесь целесообразно выполнить упражнение по технике использования презерватива. Для этого можно пригласить желающего из участников, чтобы он

показал, как правильно одеть презерватив, подробно комментируя свои действия. Хорошо проходит это упражнение и в виде соревнования между участниками, когда наблюдающие оценивают правильность выполнения задания и обсуждают допущенные ошибки.

Ролевая игра

Теперь группа должна выбрать хотя бы одну проблемную ситуацию для ролевой игры. Например, по желанию участников можно представить юношу-подростка, который догадывается (или знает), что у него ИППП. Он может говорить об этом с другом, своей девушкой, членом семьи или медсестрой. Продемонстрированные реакции должны быть наиболее типичными (и не обязательно помогающими). Типичная ролевая игра обычно связана с молодым человеком, который полагает, что заразился ИППП от проститутки, а не от своей девушки, однако чтобы предупредить ее, ему придется во всем признаться. Такая ролевая игра может проходить в виде типичной дискуссии между двумя юношами-подростками относительно того, мог или не мог один из них заразиться «вирусом СПИДа», и что им теперь делать; или молодой человек или девушка пытаются рассказать одному из родителей о том, что, как ему/ей кажется, он/она «подхватил(а) СПИД»; или молодой человек разговаривает с другом после того, как поставленный ему диагноз на ВИЧ-инфекцию оказался положительным. В ролевой игре будут подняты вопросы о том, что думают участники беседы о тестировании и значении того, что человек узнает о своем заболевании. Имейте в виду, что в ролевой игре важно изобразить наиболее типичные возможные реакции, чтобы участники глубже осознали те препятствия в профилактике ИППП и ВИЧ-инфекции, с которыми сталкиваются подростки в своих сообществах.

В ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

В ПОДГОТОВКА (В14, В15, В16, В17) И ХАРАКТЕРИСТИКА КОНСУЛЬТАНТОВ (В13)

Определение кандидатур консультантов является жизненно важной задачей в организации служб консультирования. Нередко ситуация складывается таким образом, что наем новых сотрудников не представляется возможным, и, как и прежде, особое внимание уделяется профессиональным качествам, которыми должен обладать консультант, в связи с чем следует всяческим образом способствовать их совершенствованию.

Презентация и дискуссия

Характеристика консультантов (В13)

Начните с опроса участников о том, какие качества в консультантах они считают важными. Возможно, это будет связано с их базовым образованием и опытом, их личными качествами и тем, с какими группами населения им, может быть, придется работать. Некоторые из этих качеств обсуждаются ниже, но лучше, если вместо обсуждения заготовленного слайда участники оформят его сами, а во время дискуссии преподаватель перечислит приведенные на проекционной пленке качества. В ходе дискуссии важно отметить, что консультант работает в составе бригады специалистов, усилия которых направлены на оказание комплексных услуг, поэтому большое внимание необходимо уделять подготовке специалистов междисциплинарного профиля.

Факторы, связанные с организацией консультирования. При рассмотрении качеств, которые должны быть присущи консультантам, может быть полезным сначала рассмотреть специфику самой услуги. Какой персонал в настоящее время задействован? Окажется ли численность персонала достаточной, чтобы удовлетворить потребности в предоставляемой услуге? Каковы характерные особенности подростковой части населения, которую они будут обслуживать? Будет ли она представлять, например, лиц обоих полов; будут ли преобладать подростки более молодого или более старшего возраста? Какой будет у них образовательный уровень и уровень владения языком/языками? Будут ли они в основном жить в городской или сельской местности? Какие проблемы можно предвидеть? Могут ли это быть проблемы раннего вступления в брак; половой распущенности; или использование наркотиков в сочетании с сексуальным поведением? Будут ли это преимущественно школьники или те, кто уже перестал посещать школу? и т.д. Сколько клиентов предполагается принять в день или неделю и сколько времени будет уделено каждому клиенту? Каковы задачи предоставляемой услуги? Будет ли она включать специализированные услуги по планированию семьи или выявлению ИППП? Если так, то какой представляется ожидаемая

роль потенциального консультанта в отношении такой формы обслуживания? Какими будут условия работы, в том числе оплата труда и часы работы? Будут ли в такой работе принимать участие добровольцы на безвозмездной основе? Если да, то они должны быть готовы следовать тем же принципам и правилам консультирования подростков, что и оплачиваемый персонал.

Личные качества. Если это обсуждение произойдет во время 5-го дня семинара, то участники, скорее всего, сначала назовут личные качества и согласятся с тем, что они являются самыми важными характеристиками консультанта. Когда обсуждение проводится в начале недели, первыми качествами нередко называют уровень образования и профессиональной подготовки. Опыт подсказывает, что в сущности самыми важными для эффективного консультирования являются личные качества. Качества, которые особенно часто называют, включают следующее: обязательность по отношению к своим клиентам, уважение к другим независимо от обстоятельств, чувство ответственности, душевность, ум (но необязательно интеллектуальные свершения), самоосознание, самопонимание и адекватная самооценка, чувство юмора, уравновешенность, терпение, зрелость, дружелюбие, инициативность, непредубежденность, хорошие манеры, способность выслушать других, терпимость, честность и способность к сопереживанию. Группа должна обсудить, каким образом такие качества проявляются в той культурной среде, в которой они работают.

Часто затрагивается вопрос о внешнем виде и манере одеваться. Ключевым принципом при консультировании является то, что все внимание должно быть сосредоточено на клиенте, а все то, что отвлекает от этого, как например, слишком вычурная одежда или явно неопрятный вид, не должно поощряться. Однако важно, чтобы консультант ощущал себя комфортно в своей одежде, и необязательно одевался как-то особенно, чтобы понравиться клиентам.

Характеристики, связанные с общими данными о человеке. В какой мере соответствуют такие факторы, как возраст, пол, этническое происхождение, языковые навыки, уровень образования, предыдущая подготовка и опыт потенциального консультанта, тем услугам, которые он или она должны оказывать? Как правило, консультанты должны иметь уровень образования, эквивалентный, как минимум, такому, который бывает у большинства их клиентов, и быть надлежащим образом подготовленными для выполнения своей задачи, а различия в возрасте, поле и этническом происхождении обычно легко преодолимы за счет положительных личных качеств. Им потребуется умение хорошо общаться (как понимать, так и говорить) на языке, которым владеет большинство их клиентов. Но консультанты могут не знать язык всех обратившихся, особенно если обслуживаемое ими население весьма разнообразно по своему составу. Когда консультанту необходимо обратиться к услугам переводчика, следует проявлять известную осмотрительность для сохранения конфиденциальности и стремиться к тому, чтобы человек, осуществляющий перевод, оказался приемлемым как для клиента, так и для консультанта. Участникам, возможно, будет полезно

обсудить, как этого добиться, если такая проблема может у них возникнуть. Попросите группу обсудить вопрос о различиях между консультантом и клиентом. Насколько они существенны? Следует ли консультанту пытаться говорить на сленге, которым пользуется подросток? Обычно лучше, когда консультант ведет себя со всеми людьми одинаково, говоря ясным и понятным языком, и не пытается подстраиваться под клиента. Какими бы разными ни оказались клиент и консультант, последний обязан уважать клиента, равно как и совершенно обратное – от клиента требуется (и на самом деле проявляется) уважительное отношение к консультанту.

Набор персонала. Если к консультативной работе необходимо привлечь дополнительный персонал, даже если таковой придется набирать из числа штатных сотрудников, то следует обратить внимание на то, как проводится набор таких кадров. Попросите группу задуматься над тем, каким образом люди находят работу в своих сообществах. Как принято рекламировать рабочие места, чтобы эта информация оказалась доступной для возможных кандидатов? Представляется ли целесообразным использовать для этой цели местное радио или газету? Или же такая информация появляется на доске объявлений местного учреждения, что, по всей вероятности, ограничивает круг претендентов теми сотрудниками, которые работают в этом учреждении.

Ввиду необычайной важности личных качеств консультанта важно установить «испытательный» срок прежде, чем либо претендент на должность, либо работодатель сможет принять окончательное решение. С этой целью необходим период наблюдения за его работой. Это может происходить по-разному (см. Программы подготовки консультантов (В14-В17)), в том числе посредством ролевой игры, присутствия вместе с претендентом во время его интервью, наблюдения через одностороннее зеркало при наличии такого устройства и согласия клиента или путем совместного консультирования, во время которого претендент работает вместе с опытным консультантом. Во многих учреждениях очень трудно вводить испытательный срок, но следует попытаться сделать так, чтобы кандидат мог без особого труда уяснить для себя, что его дальнейшая работа будет зависеть от взаимного согласия. Не для каждого требуемый стиль работы или правила организации обслуживания могут оказаться внутренне комфортными, поэтому перед принятием окончательного решения обе стороны должны располагать каким-то временем.

Подготовка консультантов (В14, В15, В16, В17)

С аспектами набора персонала тесно связан вопрос подготовки кадров. В ходе семинара был продемонстрирован ряд методов обучения. На этом занятии следует с разных точек зрения рассмотреть вопросы актуальности планирования программ подготовки консультантов, включая следующее: какие формы обслуживания требуются; материально-технические вопросы, связанные с учебным процессом; содержание обучения; методы обучения; характерные черты слушателей и их потребности и характерные черты тех, кто будет выступать в роли обучающих. Опять же, соображения по всем этим вопросам,

насколько это возможно, должны быть высказаны самими участниками. Ниже приводится пояснение некоторых из этих моментов, чтобы по мере необходимости ведущий мог поделиться этими соображениями с участниками.

Презентация и дискуссия

Факторы, связанные с организацией консультирования. Для кого предназначено такое обслуживание, т.е. каковы характерные черты подростковой части населения, с которым будут работать успешно прошедшие обучение выпускники курсов? Каковы общие цели обслуживания? Будет ли оно включать выполнение специализированных задач? Каковы будут условия работы? Будут ли размер оплаты, часы работы, местонахождение консультации, приватная обстановка и комфортность соответствовать запросам персонала и клиентов? Если любое из этих условий нуждается в улучшении, то можно ли посредством обучения свести предполагаемые проблемы к минимуму? Когда кандидатуры слушателей будут одобрены, должны ли они отвечать каким-либо требованиям, вытекающим из общей характеристики о человеке или из его личных качеств? (см. выше Набор персонала).

Содержание обучения. Какие знания необходимо приобрести слушателям? Будут ли они включать такие аспекты, как развитие подростков, половое созревание, медико-биологические вопросы здоровья и развития? Психологические аспекты поведения? Патологию у молодых людей? Методы контрацепции? Основные знания об инфекциях, передаваемых половым путем? Будет ли обучение помогать им познавать и справляться с такими аспектами, как собственная сексуальность; их моральные устои и ценности в плане правильного поведения; их отношение к молодежи, взрослым и семьям, религиозной общине и другим учреждениям, предоставляющим аналогичные услуги? Слушателям потребуется фактическая информация, чтобы они были достаточно информированы и готовы к обсуждению вопросов, которые волнуют их клиентов. Должна предоставляться четкая и современная медико-биологическая, психосоциальная и относящаяся к развитию личности информация, которую слушатели смогут обсуждать и задавать в связи с ней вопросы. Следует подчеркнуть, что нет необходимости в том, чтобы слушатели знали буквально все. Они будут иметь возможность признаться в том, что у них нет ответов на конкретные вопросы, но период обучения представляется подходящим временем, чтобы помочь им определить пробелы в своих знаниях, которые бы они хотели восполнить. Сюда также можно отнести информацию о других службах, куда могут быть направлены подростки, данные о работающих в них ведущих специалистах и о том, каким образом осуществляется направление клиентов к специалистам. Процесс обучения можно облегчить, используя материалы для чтения, фильмы, видео- и другие виды записей, донося информацию до слушателей доступным и нескучным образом.

Принципы и порядок организации обслуживания. Данная форма обслуживания должна отличаться доступностью и доброжелательным отношением к клиентам. Поэтому обучение должно помочь слушателям осознать и следовать таким основным принципам обслуживания, как

конфиденциальность, уважительное отношение к личности клиента, приоритетное удовлетворение запросов клиента и умение справляться с конкретными проблемами, о которых, в частности, говорится в разделе «Трудные моменты при консультировании» (B8, B9), а также в связи с другими основными принципами организации обслуживания. Кроме того, в период обучения у слушателей появляется возможность познакомиться с другими людьми, которые работают в учреждении на всех его уровнях, включая сотрудников регистратуры и службы безопасности, канцелярских работников, так как всем им принадлежит определенная роль в обеспечении обслуживания клиентов-подростков на достаточно высоком уровне.

Обучение навыкам. В какой степени навыки межличностного общения, умение хорошо работать с молодежью и навыки консультирования на профессиональном уровне станут составной частью программы подготовки консультантов? Слушателям необходимо научиться эффективному общению, особенно умению внимательно слушать. Им, возможно, также потребуется преодолеть собственную неловкость по поводу некоторых тем, которые являются необъемлемой частью консультирования подростков по вопросам сексуальности и репродуктивного здоровья. Лучше всего эту проблему можно решить путем их активного вовлечения в процесс обучения. Исполнение роли как клиентов, так и консультантов может помочь выявить некоторые трудности, с которыми, вероятно, могут столкнуться консультанты в своей работе, после чего следует дискуссия и комментарии слушателей.

Методы обучения. Какие методы будут использоваться? На этом семинаре, помимо многих других приемов, использовались такие методы, как чтение лекций, обсуждения в группах, моделирование по инициативе ведущих, ролевые игры в исполнении участников, отработка практических навыков в составе группы, использование видео- и звукозаписей для наблюдения за слушателями, практика работы в триадах и чтение рекомендуемой литературы. Однако, не менее полезными могут оказаться и многие другие методы, в том числе: письменные упражнения; видеоматериалы, демонстрирующие действия квалифицированных консультантов на практике (хотя личность клиента должна быть скрыта); замена ведущего слушателем, который только что играл роль консультанта, чтобы продемонстрировать конкретную методику; презентация и обсуждение консультации с реальным клиентом; присутствие слушателя во время консультации, которую ведет другой консультант; работа вместе с другим консультантом (совместное консультирование); и осуществление надзора в период после консультирования клиента. Вполне очевидно, что самыми эффективными являются экспериментальные методы, т.е. вовлечение слушателей в такие действия, как исполнение роли и консультанта, и клиента, а также отработка микронавыков общения путем выполнения групповых упражнений.

Другой существенный элемент эффективного обучения это реакция наблюдателей, уже прошедших подготовку, а также тех, кто выступал в роли клиентов, на то, что было показано ранее. Слушателям необходимо ощущать, что они непосредственно вовлечены в текущий курс обучения. У них должна

быть возможность обсуждать потенциальные изменения и дополнения по программе курса, и они должны участвовать в определении его конкретного содержания. Их также следует попросить дать оценку обучения сразу после окончания курса, а также через несколько месяцев после начала работы в качестве консультантов. Это поможет инструкторам в дальнейшем совершенствовать программы подготовки консультантов.

Материально-технические вопросы подготовки. Где можно организовать обучение, чтобы помещение оказалось подходящим и была обеспечена приватная обстановка в нужные моменты и на протяжении надлежащего периода времени? Структура программы подготовки консультантов в большой степени будет зависеть от наличия времени, служебных помещений для подготовки консультантов и конкретных сроков проведения программы. Если слушатели заняты полный рабочий день по другому месту работы, то учебные занятия, возможно, придется проводить по вечерам или в выходные дни. Если для занятий используются помещения школы или поликлиники, то наличие свободных аудиторий может быть ограничено по времени. Что касается клиентов, то лучше всего, если время и место для их консультирования будут постоянными и привычными.

Вышеназванные вопросы должны рассматриваться участниками с особым упором на практическое использование навыков, приобретенных в результате обучения, чтобы соответствовать запросам клиентов и справляться с трудностями в своей работе.

В ТРУДНЫЕ МОМЕНТЫ ПРИ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ (2) (В9)

В настоящем разделе представлен дальнейший обзор трудных моментов в работе консультантов, который был начат в День 4. Здесь также лучше использовать те моменты, которые были отобраны участниками за всю неделю. Отдельные конкретные примеры в помощь ведущим приведены ниже. Методология заимствована из основных Принципов психодинамики консультирования (В2, В3, В4) и Микронавыков коммуникации при консультировании (С1), о которых шла речь в День 1.

Презентация и дискуссия

Ниже приводятся некоторые дополнительные трудные моменты, с которыми столкнулись участники предыдущих семинаров. Однако лучше руководствоваться списком, составленным вашей группой участников, прежде, чем предложить для рассмотрения другие проблемы, о которых не упоминалось, и провести опрос в группе по поводу того, являются ли последние актуальными для них.

Клиента не устраивает пол консультанта. Эта проблема может быть выявлена, когда клиент говорит: «Не думаю, что я могу говорить об этом с женщиной (или с мужчиной)» или «Я рассчитывал(а) встретиться с женщиной

(или с мужчиной)». Такое пожелание может быть не высказано открыто, но консультант может это почувствовать. Если дело обстоит именно таким образом, то консультанту лучше всего поднять этот вопрос, сказав приблизительно следующее: «Интересно узнать, с кем вы предполагали встретиться – с мужчиной (или с женщиной)?». Когда такой вопрос задан, уместно сказать, к примеру, следующее: «Некоторые молодые люди сначала чувствуют себя более удобно с кем-либо из консультантов того же (или противоположного) пола, однако из личного опыта мне известно, что все это, как правило, становится менее важным, как только люди ближе узнают друг друга. Почему бы нам не попробовать продолжить беседу и посмотреть, как у нас пойдут дела?». Клиент обычно соглашается с таким предложением, и проблема, скорее всего, теряет свою остроту при условии, если консультант внимателен, с уважением относится к клиенту и не ведет себя предосудительно по отношению к нему. Особенно полезными представляются ободряющие высказывания и размышления, так как они позволяют клиенту почувствовать, что сказанное им/ею приемлемо. Если же с самого начала клиент(ка) твердо настаивает на общении с кем-либо из консультантов противоположного пола, и это можно сделать до того, как продолжить разговор, то, возможно, стоит остановиться на таком варианте. Но, по сути дела, для клиента, вероятно, было бы лучше научиться находиться в обществе человека того пола, с кем он или она не чувствует себя комфортно. Поэтому, для начала консультант должен убедиться, можно ли положиться на клиента, чтобы предоставить ему возможность побеседовать с тем, с кем он хочет.

Консультант ограничен во времени. Как отмечалось в Первичном интервью (В5, В6), лучше, когда клиент знает, какое примерно время ему или ей отведено для беседы с консультантом, и важно, чтобы этот промежуток времени оставался более или мене постоянным. Иногда бывает так, что у консультанта оказывается меньше времени, чем обычно. В этом случае исключительно важно с самого начала сообщить клиенту об этом, объяснив причину, если это уместно, и извиниться, сказав о том, что он или она надеется снова встретиться с клиентом в назначенное время. Можно добиться очень многого даже за несколько минут общения, как это к настоящему моменту было уже продемонстрировано участникам на примере ролевых игр. Лучше использовать отведенное время до конца, чем досрочно завершить встречу с клиентом.

Консультанту не удается установить хорошие взаимоотношения. Иногда бывает очень трудно установить удовлетворительные взаимоотношения с клиентом. Это не является обязательной причиной того, чтобы прервать консультирование или направить клиента к другому консультанту. Скорее самому консультанту следует обратиться за помощью к другим специалистам, чтобы проанализировать ход встреч и лучше понять, в чем суть возникшей проблемы. Если в характеристике клиента есть какие-то черты, которые вызывают антипатию у консультанта, то по мере возможности чрезвычайно важно в этом разобраться. Одна из важных задач обучения состоит в том, чтобы консультант сумел понять причины своего дискомфортного состояния и постарался выяснить все связанные с этим аспекты еще до начала

консультирования, или хотя бы обратился за помощью к другим специалистам во время работы с клиентом, с которым нелегко наладить хорошие отношения.

Если после обсуждения данного вопроса с опытным консультантом выяснится, что проблема, по-видимому, заключается в том, что клиенту никогда ранее не удавалось установить тесные взаимоотношения с кем-либо, то такое решение, как досрочное завершение беседы с клиентом или его направление к другому консультанту, не поможет и, по всей вероятности, лишь навредит клиенту. Гораздо лучше все же попытаться продолжить беседу, прежде всего стараясь помочь клиенту испытывать более приятные чувства в отношении самого себя.

Консультант и клиент знакомы друг с другом. В небольших сообществах часто бывает так, что клиент-подросток знает, кем является консультант, и может быть достаточно хорошо знаком с ним или с нею. Если такое знакомство носит случайный характер, то роль консультанта в данном случае вполне возможна, однако с самого начала необходимо дать понять, что сохранение конфиденциальности полностью гарантируется, и что ваши отношения с клиентом будут строиться совершенно иным образом, как если бы вы общались со своим другом или знакомым. Если же вы хорошо знакомы друг с другом, то роль консультанта совершенно исключена. Это условие необходимо будет разъяснить клиенту и договориться о том, чтобы кто-либо еще из консультантов помог ему. Консультант обязан объяснить, что, исходя из его/ее опыта, консультирование того человека, с кем находишься в дружеских отношениях, оказывается бесполезным, поскольку в данном случае складываются совершенно иные отношения. Если друг может позволить себе утешить своего друга или проявить чувство гнева или смущения по поводу того, что ему не понравилось, то роль консультанта предполагает нечто иное. В процессе общения за пределами консультации уже бывает невозможно отказаться от роли клиента и консультанта, что неизбежно вызовет обиду и чувство растерянности.

Клиент говорит без остановки и не по существу. Такой клиент является полной противоположностью клиенту, который слишком молчалив или отказывается говорить, но эта ситуация может возникать в связи с тем же чувством беспокойства, которое затрудняет проведение беседы. Если же клиент продолжает говорить без остановки и рассказывает о вещах, которые по сути малозначительны (для клиента), и если он повторяется, то уместно через какое-то время его прервать и сказать, к примеру, следующее: «Извините меня, Мэри, но отдаете ли вы себе отчет в том, что вот уже в течение некоторого времени вы повторяете одно и то же? Вы немного нервничаете или вам трудно говорить о других вещах?» Не исключено, что этот прием позволит сместить акцент беседы с вопросов, выходящих за рамки консультирования, на самого клиента, что окажется вполне достаточным для того, чтобы остановить поток слов, не относящихся к теме разговора.

Клиент задает консультанту вопрос личного характера. Отношения «консультант – клиент» носят профессиональный, а не социальный характер.

Это очень важный аспект, потому что благодаря ему консультант может реагировать на происходящее иным образом в отличие от других людей, которые встречаются в жизни молодежи, к тому же такой подход поможет консультантам строить свои отношения с другими людьми более конструктивным и результативным образом. Сначала клиенту может быть трудно понять такое отношение, особенно если при этом консультант проявляет теплоту и заботу о клиенте. Существует одна опасность при формировании таких отношений – это ситуация, когда клиент задает консультанту вопросы личного характера, что практически никогда не рекомендуется по нескольким причинам. Это отвлекает внимание, которое лучше уделить клиенту. Это также может вызвать целый ряд вопросов, которые, будучи вначале вполне безобидными, могут завершиться весьма личными вопросами, на которые консультант в конечном итоге отказывается отвечать. Такое развитие событий создает у клиента ошибочное впечатление, и он начинает предполагать, что что-то не так или с консультантом, или с ним самим, раз такие вещи могут вызывать интерес. Иногда клиенту хочется узнать, сталкивается ли консультант с такой же проблемой. Если сказать «да», то клиент может подумать, что консультант не в состоянии помочь, потому что он или она не «сумел(а) решить проблемы»; ответ «нет» с точки зрения клиента может означать, что консультант не понимает сути проблемы. Гораздо лучше ответить на вопрос личного характера, утверждая, что, если консультант будет говорить о себе, то это не поможет клиенту, – поэтому он или она руководствуются четким правилом этого не делать. Такой подход намного правильнее, чем ответить на некоторые, но не на все вопросы, или – что еще хуже – уйти от ответа на вопрос, тем самым разрушив искренность взаимоотношений.

Консультант смущен темой беседы. Может случиться так, что высказанное клиентом может смутить консультанта. Чем выше уровень ее или его подготовки по анализу деликатных вопросов, тем точнее он или она смогут определить те направления беседы, в отношении которых они чувствуют себя наиболее уязвимыми, и тем более вероятно, что они будут готовы к такому разговору. Тем не менее, они могут оказаться в замешательстве. Лучше всего консультанту всегда следует быть откровенным с клиентом, особенно когда между ними возникла эмоциональная связь, так как в любом случае клиент почувствует это. Данную ситуацию можно использовать во благо, признав факт появления такого чувства, а затем вернуться к теме беседы, если клиент ее затронул. Консультант, возможно, пожелает сказать примерно следующее: «Вы, наверное, заметили, что на какое-то мгновение я растерялся, когда вы упомянули о том, что занимаетесь мастурбацией. Такое иногда случается, когда неожиданно узнаешь о чем-то, но, в сущности, я рад, что вы затронули этот вопрос, и, возможно, было бы полезно поговорить об этом». После консультации представляется целесообразным обсудить случившееся с кем-либо из специалистов, осуществляющих надзор, и попытаться преодолеть возникшее чувство неловкости.

Моделирование

Как и на предыдущем занятии, лучше, если один из ведущих выйдет из аудитории, пока группа выбирает какой-либо Трудный момент из имеющегося перечня, который участники хотели бы увидеть в демонстрации. После того, как находится доброволец на роль клиента, ведущего зовут обратно, и ролевая игра начинается, но ведущему не говорят, какой именно Трудный момент демонстрируется. Затем консультант в течение 3-5 минут делает все от него зависящее, чтобы найти выход из сложившейся с клиентом ситуации. Другой ведущий проводит опрос среди исполнителей ролей, обращается к участникам, чтобы выслушать их отзывы, и возвращается к двум исполнителям ролей, чтобы сделать заключительный комментарий перед тем, как последние выйдут из роли. На этом этапе группа уже может обсудить использованные принципы, а также методики и их результативность. В качестве одного из возможных вариантов проведения занятия в этот день недели можно предложить одному из участников выступить ведущим, который проводит опрос исполнителей ролей и организует дискуссию. Это хорошая практика, и она также позволит группе в конце обсуждения прокомментировать действия участника, пожелавшего сыграть роль ведущего. Если позволит время, на этом занятии следует *смоделировать* по меньшей мере два Трудных момента.

В ЗАВЕРШЕНИЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ЕГО ОЦЕНКА (G15)

До завершения учебного курса следует поднять вопрос о том, каким образом можно оценить качество консультирования. Ниже дается краткое изложение отдельных ключевых вопросов, которые нужно рассмотреть.

Презентация и дискуссия

Ведущему следует попросить группу задуматься над тем, в какой момент целесообразно завершить консультирование, как прийти к такому решению и что лежит в основе успеха состоявшегося консультирования. Перед началом обсуждения представляется полезным предложить участникам вновь обратиться к следующим разделам: Принципы психодинамики консультирования (B2, B3, B4) и Микронавыки коммуникации при консультировании (Модель V) (C2), обратив внимание на ту реакцию, которая ожидается от клиента.

Завершение консультирования

Представляется очевидным, что консультирование лучше всего завершить по взаимному согласию между консультантом и клиентом. Консультирование не должно заканчиваться внезапно – лучше этот вопрос обсудить заранее. Некоторые консультанты считают уместным с самого начала процесса консультирования согласовать количество встреч с клиентом и во время 5-й консультации (если договоренность была о 6-ти) могут сказать: «На следующей неделе будет наша 6-я встреча. Помните ли вы о том, что мы договорились завершить наши беседы после шестой встречи. Что вы думаете об этом сейчас?». Если обе стороны считают, что консультации необходимо продолжить, то следует вновь обратиться к причинам, послужившим поводом для этого.

Если подросток-клиент прерывает процесс консультаций, не являясь на очередной сеанс, следует предпринять попытку связаться с ним, сохраняя при этом конфиденциальность. Консультанту необходимо обратить внимание на то, что если кто-либо решает прекратить консультации, то лучше все-таки провести встречу, на которой данный вопрос можно обсудить, не преследуя при этом цели продолжить консультирование во что бы то ни стало, а, скорее всего, имея в виду возможность завершить эту процедуру должным образом. Следует договориться еще об одной встрече и попросить подростка дать на это свое согласие.

Если консультант считает, что консультирование следует завершить, а клиент придерживается другого мнения, значит между ними что-то не сложилось. Это говорит о том, что клиент попал в чрезмерную зависимость от консультанта, и необходимо еще до окончания консультирования попытаться решить этот вопрос.

Критерии для оценки консультирования (G 15)

Самопознание и самопонимание. Одна из задач консультирования заключается в том, чтобы помочь подросткам глубже разобраться в себе при обсуждении с консультантом своих ощущений, мыслей и жизненного опыта. До какой степени удалось выполнить эту задачу?

Завершение консультирования. Закончились ли консультации по взаимному согласию клиента и консультанта или же один из них стремился к этому больше, чем другой? Если так, то какова причина этого?

Действия клиента. Изменилось ли что-либо в поведении подростка или в его/ее окружении вследствие более глубокого понимания своей сущности и своих отношений с другими людьми, которые играют важнейшую роль в его/ее жизни? Представляются ли эти действия приемлемыми и конструктивными? Могут ли они привести к другим действиям, которые помогут молодому человеку? Предпринял ли подросток эти действия более осознанно, чем если бы он это сделал до консультирования?

Изменения во взаимоотношениях. Воспринимает ли теперь подросток самого/саму себя несколько иначе? Произошли ли изменения во взаимоотношениях с другими людьми? Надолго ли сохранятся эти изменения? Приобрело ли отношение клиента к консультанту более зрелый характер?

Удовлетворенность клиента. Удовлетворен ли клиент результатами консультирования? Был ли вопрос, заставивший молодого человека обратиться за помощью, решен удовлетворительно?

Удовлетворенность стороны, направившей клиента. Если клиент обратился не по собственной инициативе, то до какой степени удовлетворены результатом те люди, которые направили его/ее на консультацию?

Будущее состояние. Возможно ли, что клиент сможет избегать таких трудностей в будущем или справляться с ними не в ущерб здоровью в случае необходимости? Ушел ли клиент с положительными эмоциями в отношении консультанта, что повышает вероятность таких контактов в будущем, если в них возникнет необходимость?

У участников могут появиться и другие идеи для обсуждения. Может быть отмечено, что решению «проблемы», послужившей поводом для консультирования, не было уделено достаточно пристального внимания. Признавая необходимость поиска более конструктивного решения проблемы, следует отметить, что причины ее возникновения нередко заключаются в трудностях, связанных с чувством собственного достоинства или вообще со взаимоотношениями с другими людьми. Более важным представляется вопрос оказания помощи подростку в его взрослении, что позволит избежать проблем в будущем или лучше справляться с теми, которые возникают. На протяжении всего учебного семинара в центре внимания находился человек, а не проблема, и это обстоятельство следует учитывать при проведении оценки.

C МИКРОНАВЫКИ КОММУНИКАЦИИ

C ИНТЕГРАЦИЯ НАВЫКОВ

Итоговое занятие по навыкам коммуникации будет посвящено обзору всех рассмотренных навыков и *моделированию* того, как комплексно использовать такие навыки.

Презентация и дискуссия

Начните с показа Модели V по Навыкам коммуникации (C2) и попросите участников дать краткое описание каждого из вариантов навыка по умению слушать и ставить вопросы, касающиеся правильного выбора фокуса и времени. Напомните группе, что «меньше значит больше» в том смысле, что наименее навязчивые средства (язык телодвижений и поощрения) могут оказаться более действенными, тем самым способствуя тому, чтобы молодые люди разговорились и смогли глубже разобраться в себе, чем это им удалось бы сделать при более навязчивых действиях со стороны консультанта, как например, при обращении последнего с вопросами. Напомните им о ценности отражений и обобщений, о важности того, что обычно не допускается резкий переход на другую тему разговора, а также о вреде, который может быть причинен при постановке закрытых вопросов. Участников следует спросить о каждом из навыков, насколько они уверены в своих силах воспользоваться ими, что для них оказалось эффективным во время практических занятий, и, если возможно, поставить перед ними все оставшиеся вопросы об этих навыках.

C ПРОВЕДЕНИЕ ИНТЕРВЬЮ ПОСЛЕ ПРОХОЖДЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ

(Отработка навыков в триадах)

Итак, участники должны быть готовы к итоговому практическому занятию в составе триад. Для этого их попросят воспользоваться всем, чему их обучили в течение недели, и сделать все от них зависящее, чтобы, выступая в роли консультантов, помочь своим клиентам. По мере возможности состав триад должен оставаться таким же, как и тогда, когда каждый участник проводил свое Интервью до начала тренинга. На этот раз наблюдателей просят делать тщательные пометки. Как обычно, каждый участник поочередно выступает в роли консультанта, клиента и наблюдателя. Продолжительность ролевой игры не должна превышать 5 минут, и конкретные ситуации клиентов не должны обсуждаться заранее, а быть представлены так, как это бывает в реальной жизни. Ведущие, как правило, должны курсировать от одной триады к другой, наблюдая за ролевой игрой от начала и до конца, и по мере возможности высказывать свое мнение по ходу ее проведения. По завершении занятия участникам следует как всегда занять свои места, усаживаясь полукругом для общего обсуждения.

Подведение итогов

Занятие в составе всей группы в первую очередь должно быть посвящено анализу Интервью по итогам тренинга с особым упором на пройденный участниками материал и на то, произошли ли какие-либо изменения в манере и эффективности работы консультанта. Начните с обсуждения мнений каждого из участников, выступивших в качестве наблюдателей. После изложения наблюдателем своей точки зрения представляется целесообразным дать высказаться «клиенту» и «консультанту» по обсуждаемой ролевой игре. У каждого участника должна быть возможность познакомиться с мнением других обучающихся относительно выполнения им своей задачи в связи с проведением интервью накануне тренинга. По окончанию этой процедуры следует уделить внимание навыкам наблюдения, в частности, имело ли место, по их мнению, совершенствование этих навыков, и если это так, то в чем именно.

G АНКЕТА ДЛЯ ОЦЕНКИ СЕМИНАРА (G16)

ПРИМЕЧАНИЕ: До обеденного перерыва всем участникам следует раздать по одному экземпляру анкеты для оценки семинара (G16), которую они должны заполнить до окончания занятия. Их следует попросить быть предельно откровенными, свою фамилию на анкете можно не указывать, а сделать это лишь в том случае, если они сами этого захотят. Анкеты следует сложить в стопку лицевой стороной вниз на стол ведущего. Во время перерыва ведущие должны ознакомиться с заполненными анкетами, подытожить результаты и подготовить проекционную пленку с итоговыми данными для дальнейшего обсуждения всей группой.

G ОЦЕНКА СЕМИНАРА (G16)

Состоявшееся ранее обсуждение результатов интервью по итогам тренинга с участием обучающихся естественным образом подведет участников к оценке самого учебного семинара.

Презентация и дискуссия

Обсуждение следует начать с презентации одним из ведущих краткого обзора итоговых данных, взятых из оценочных анкет и заполненных участниками до обеденного перерыва. Выступающему следует обратить внимание на такие ключевые вопросы, как: Что больше всего понравилось и не понравилось участникам в самом семинаре? В какой степени, с точки зрения участников, удалось выполнить каждую из трех основных задач? Чего удалось добиться в плане организации обслуживания и обучения других? Раздел «Прочие замечания» нередко оказывается наиболее содержательным, поскольку участники высказываются по тем вопросам, которые их больше всего волнуют. Однако следует иметь в виду, что отдельные замечания могут не совпадать с точкой зрения большинства участников. Подготовленная оценочная анкета представляет собой довольно простую форму для изложения скорее качественных, а не подлежащих количественной оценке ответов. На основании приобретенного опыта можно утверждать, что такой метод опроса относительно небольшой группы участников, по-видимому, представляется наиболее целесообразным.

Кроме того, можно подготовить несомненно гораздо более сложную оценочную анкету. В нее можно было бы включить отдельные вопросы по содержанию трех основных разделов (A, B и C); вопросы по каждому из методов, использованных в процессе обучения; вопросы о соответствующей подготовке участника к семинару и о предоставленных учебных материалах; информацию о профессиональном соответствии ведущих и вопросы материально-технического обеспечения, а также о степени выполнения в целом поставленных задач. Для анализа ответов на эти вопросы может быть использована рейтинг-шкала. Как правило, желательно воспользоваться шкалой с четным числом номеров, так как в противном случае не исключена вероятность чрезмерного использования среднего показателя. Например, такой шкалой может быть следующая: 1 = в наибольшей степени, 2 = в какой-то степени, 3 = в незначительной степени и 4 = ни в какой степени. Несмотря на кажущиеся повышенные требования, предъявляемые к соблюдению строгости такого подхода, содержание информации, которую удается почерпнуть из более упрощенного качественного опросного листа, скорее всего, будет более полезным, поскольку такая анкета позволяет участникам останавливаться на том, что они считают самым важным, а не излагать свое мнение абсолютно по всем аспектам семинара. Такая форма изложения информации через ответы на

открытые вопросы перекликается с той манерой, в которой проходил весь семинар и которая рекомендуется для проведения оценки.

После представления общих результатов (не забывайте, что в противном случае каждый из участников не будет знать, какого мнения придерживались другие обучающиеся) участникам следует дать возможность поделиться дополнительными соображениями, высказаться по поводу прозвучавших замечаний, выступить с предложениями по возможному совершенствованию будущих учебных семинаров и обсудить идеи относительно других вариантов организации учебного процесса.

Члены группы несомненно поинтересуются у ведущих, какое у них сложилось мнение не только о семинаре, но и о самих участниках. После того, как выскажется вся группа, ведущим вполне уместно поделиться своими соображениями. Излишне напоминать о том, насколько важно при этом (как и в случае консультирования, обучения и надзора за профессиональной деятельностью) обращать особое внимание на положительные аспекты. В то же время ведущим следует высказать свою точку зрения по поводу сильных и слабых сторон семинара и упомянуть те направления работы, которые, по их мнению, заслуживают более пристального внимания со стороны участников.

G ВОЗМОЖНЫЕ ПОСЛЕДУЮЩИЕ ДЕЙСТВИЯ (G17)

Презентация и дискуссия

Вполне естественно, что обсуждение оценки семинара завершится вопросом о том, каким образом в дальнейшем участники планируют опираться на опыт, приобретенный в процессе обучения на данном семинаре. Это крайне важный вопрос, если учесть, что тренинг должен иметь долгосрочный эффект и перекликаться с ключевыми задачами семинара (G2). Ведущий вправе приступить к такой дискуссии, обратив внимание на ряд направлений деятельности в рамках возможных последующих мероприятий, в том числе на перечисленные ниже шаги, которые могут быть отображены на проекционной пленке:

Открытие или расширение службы консультирования для подростков.

Начало проведения или активизация курсов подготовки консультантов для собственных или других служб.

Пересмотр принципов надзора за профессиональной деятельностью консультантов на местах.

Набор новых штатных сотрудников.

Введение или укрепление механизма оценки работы действующих консультативных служб.

Развитие научных исследований в целях усиления соответствующих служб.

Распространение информации среди молодежи о наличии консультативных служб, куда она может обращаться за помощью.

Совершенствование организации консультативной службы в целях повышения эффективности ее работы.

Оказание помощи в пропаганде консультативных услуг среди влиятельных групп.

Удовлетворение потребности в ресурсах.

Планы по дальнейшему взаимодействию участников и ведущих.

Одна их самых важных функций семинара по развитию навыков консультирования заключается в том, чтобы помочь участникам в составлении определенных планов проведения последующих мероприятий. Первый шаг сводится к обстоятельной оценке действующих служб в свете той информации, которую почерпнули участники. Второй же представляет собой конкретный план действий, призванный укрепить или расширить уже существующие службы, включая перечень необходимых видов ресурсов. По мере возможности эта работа должна быть проведена во время дискуссии наряду с составлением планов соответствующих мероприятий на дальнейший период.

Еще до завершения обсуждения ведущим следует позаботиться о том, чтобы у всех был окончательный вариант списка участников и ведущих, чтобы каждый знал, как можно связаться друг с другом. Представляется целесообразным, чтобы ведущие обратились с просьбой к участникам написать письмо организаторам учебного семинара через какое-то время после его окончания (скажем, спустя 6 месяцев или через год), в котором была бы дана оценка полезности пройденного курса обучения и приведена информация о том, в какой степени им удалось реализовать последующие мероприятия.

G ЦЕРЕМОНИЯ ЗАКРЫТИЯ СЕМИНАРА (G17)

Во многих сообществах существует традиция, которая нередко оказывается весьма кстати для местных организаторов мероприятий подобного рода и связана с приглашением на церемонию закрытия семинара одного или двух ведущих специалистов, например, из Министерства здравоохранения или Комитета по делам молодежи или из крупной неправительственной организации с просьбой высказать свое мнение по поводу семинара. Кроме того, обычно поощряется практика оформления Удостоверений об участии в тренинге с указанием организации(ий), выступившей(их) в качестве устроителей семинара, и подписями руководителя данной организации и ведущего(их). Удостоверения вручаются лично каждому участнику под аплодисменты всей группы. Следует, тем не менее, подчеркнуть, что эти удостоверения свидетельствуют лишь об участии в семинаре, но не служат подтверждением уровня профессиональной подготовки. Принято также, чтобы один из участников от имени группы выразил признательность организаторам и ведущим, а последние, в свою очередь, обратились бы к присутствующим со словами благодарности. Работая с группой специалистов по навыкам консультирования, ведущие, несомненно, обогащают свой опыт в этой области, и вполне логично, чтобы в конце работы семинара они выразили благодарность за предоставленную возможность.

ФАКУЛЬТАТИВНО

В ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

В СОВМЕСТНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ (В18, В 19)

Совместное консультирование относится к общему консультированию с участием двух или более консультантов одновременно. Такой подход может оказаться весьма полезным при консультировании семьи или пары, особенно когда два консультанта относятся к разному полу. Совместное консультирование не рекомендуется с одним клиентом, особенно если это подросток, так как это может оказаться довольно волнительным и мешает подростку свободно высказываться. Ниже приводятся некоторые рекомендации по совместному консультированию, если оно необходимо.

Презентация и дискуссия

Прежде всего спросите участников о том, работают ли они в настоящее время с кем-либо еще (или планируют это сделать) при консультировании подростков. Выясните эти обстоятельства и уточните, должна ли роль двух консультантов быть одинаковой или разной. Если роли разные, спросите, возможно ли для обоих применять принципы и практику, предложенные для обсуждения на этом семинаре. Далее ведущий может выступить с некоторыми предложениями под рубриками, включенными в «Вопросы по совместному консультированию» (В18, В19), которые более подробно изложены ниже.

Подготовка. Важно, чтобы консультанты заранее обсудили задачи консультирования, конкретные потребности клиентов (если подросток уже был на приеме), а также те роли, которые отводятся каждому консультанту (если ожидаются различия). По данному вопросу точки зрения консультантов могут не совпадать. Вместе с тем, важно, чтобы общие задачи были одними и теми же, иначе это может навредить клиентам. Различия, существующие в стиле или подходе, необязательно могут причинить вред, если четко соблюдать основные принципы уважительного отношения к клиенту и практику, в соответствии с которой клиента внимательно слушают. Дружеские отношения между консультантами являются необходимым условием, так как в противном случае все внимание будет сосредоточено на взаимоотношениях между консультантами в ущерб интересам клиентов.

Во время консультации. Во время консультации консультанты должны чутко реагировать на чувства и запросы друг друга, а также на чувства и запросы своих клиентов и подмечать любые особенности того, как клиенты реагируют на каждого из них. Возможно, стоит прокомментировать такие

особенности, если последние имеют самое непосредственное отношение к проблемам, с которыми может сталкиваться подросток в своих отношениях с окружающими. Например, если в роли консультантов выступают мужчина и женщина, и на одни и те же реплики двух консультантов клиентка реагирует в известной степени по-разному, то может быть полезным затронуть этот вопрос путем переформулирования эмоционального смысла высказывания клиентки и спросить ее, соответствуют ли эта интерпретация ее представлениям. Такая постановка вопроса может оказаться уместной, чтобы сфокусировать все внимание на происходящем в данный момент, что порой обладает большей силой воздействия из-за своей сиюминутности, нежели более отвлеченное обсуждение событий, происходящих за рамками консультации.

Помимо этого, допускается, чтобы один консультант высказал мнение, отличное от мнения другого, сделав это осторожно, с должным уважением и не в категоричной форме. Для клиентов может быть полезным понаблюдать за тем, как при различных точках зрения удается сохранять хорошие взаимоотношения. Такая ситуация также будет способствовать тому, чтобы клиент лишний раз убедился в честности консультантов и в том, что они ладят друг с другом. Тем не менее, подход к этому вопросу должен быть довольно чутким, и если данное обстоятельство может смутить или обеспокоить клиентов, то во время консультации об этом говорить не стоит. Например, Консультант 1 может посчитать уместным обратиться к Консультанту 2 со следующими словами: «Видите ли, Сэм, когда вы только что сказали, что Питер, по вашему мнению, рассердился, когда его отец отметил, что его сын часто делает эту ошибку, я подумал, а не чувствует ли Питер себя скорее обиженным, чем сердитым? Что вы об этом скажите, Питер?». Было бы неуместным заметить: «Сэм, я думаю, что вы не относитесь к отцу Питера с должным уважением». В первом примере такая постановка вопроса может помочь прояснить чувства Питера, а также позволит его отцу узнать что-то новое о своем сыне, не подрывая доверия ко второму консультанту. Во втором примере Консультант 1 серьезно осложняет отношения между Консультантом 2 и отцом Питера, что может навредить процессу консультирования. Однако, если Консультант 1 полагает, что его партнер ведет себя недостаточно уважительно, существует два других варианта действий, которые были бы более подходящими. Консультант 1 мог бы сказать отцу Питера: «Вы знаете, я понимаю, что иногда при работе с семьями мы наблюдаем, что отец может почувствовать себя несколько забытым, но в конце концов это же ваша семья. Интересно, г-н Шах, не испытываете ли вы такие же чувства?». Это может помочь отцу восстановить уважение к себе, если он почувствовал, что возникла такая угроза, и это также служит сигналом для Консультанта 2 о том, что он, возможно, вышел за рамки дозволенного. Кроме того, поскольку Консультант 1 осознает, что возникло расхождение во мнениях между ним и его коллегой, им обоим следует вернуться к обсуждению этого вопроса после окончания консультации.

Помимо этого, представляется уместным оказать поддержку другому консультанту, если он или она подвергаются неуместным нападкам, однако не следует показывать, что консультанты находятся по одну сторону аргумента, а клиенты – по другую. Консультант 1 может сказать: «Видите ли, г-н Шах, я

думаю, возможно Сэм просто хотел уточнить то, что было сказано, и совершенно не имел в виду того, что это ваша вина». Аналогичным образом, если Консультант 2 оказывается в трудной ситуации, может быть уместным помочь ей или ему найти выход из создавшейся ситуации. Если Консультанта 2 неожиданно смутило высказывание одного из клиентов, то, возможно, Консультанту 1 следует отметить: «Порой, когда те или иные высказывания застают нас врасплох, мы можем немного растеряться, но я очень рад, Питер, что вы затронули эту тему. Теперь, когда мы о ней знаем, думаю, мы сможем глубже проанализировать данный вопрос».

Консультанты, которые слаженно работают вместе, очень скоро смогут понимать друг друга с полуслова, когда один из них легко подмечает, что другого немного «заносит». Но если принять во внимание чуткую реакцию клиентов на язык телодвижений, тональность голоса и другие аналогичные формы коммуникации, то, возможно, лучше открыто сказать что-либо другому консультанту, а не подавать скрытые сигналы.

Действия после консультации. Лучше всего, если соконсультанты смогут обсудить проведенную консультацию сразу же после ее окончания. Им следует вместе прийти к мнению о том, какие выводы нужно сделать из всего сказанного, особенно относительно того, что связано с благополучием клиентов. Однако им также следует внимательно отнестись к всевозможным трудностям, возникшим во время консультации, и к разногласиям любого рода, которые проявились между ними. Нередко весьма полезным представляется обзор совместной консультации с привлечением третьего лица с большим опытом, но добрые отношения между соконсультантами позволят своевременно выявить потенциальную проблему и по-дружески решить ее. Как и в случае консультирования, надзора за профессиональной деятельностью и тренинга, соконсультантам следует высказываться по поводу положительных моментов, имевших место в работе друг друга во время консультации. Далее им следует продумать заранее ход очередной консультации и обсудить любые конкретные вопросы, которые, по их мнению, заслуживают особого внимания.

Моделирование

По итогам дискуссии ведущим очень полезно смоделировать совместное консультирование, иллюстрируя возможные трудности и пути их преодоления. Примеры, приведенные выше по тексту, могут служить своего рода исходным материалом для моделирования. В учебных целях представляется оптимальным, чтобы иллюстрация охватывала не только типовую консультацию, но и последующее обсуждение ее итогов двумя консультантами. Иногда участники на неудачных примерах узнают не меньше, чем на удачных, поэтому по решению ведущих допускается иллюстрация того, как **не** следует работать вместе, и они просят группу прокомментировать такую ситуацию и затем предложить более подходящую модель совместного консультирования.

В ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

В КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ СУПРУЖЕСКИХ ПАР (В20)

Подростки, которые обращаются за помощью, как правило, не несут в себе черт устойчивой пары, – поэтому в работе многих служб консультирование пар не является широко распространенной практикой. Однако в соответствующих случаях консультирование пар может быть весьма полезным для оказания помощи взрослеющим подросткам. Нередко бывает так, когда пару консультируют работающие вместе два консультанта – мужчина и женщина, что оказывает благотворное влияние, однако это никоим образом не является непреложным условием.

Презентация и дискуссия

Ведущему следует приступать к работе с выяснения того, есть ли у группы опыт консультирования пар, и входили ли в эти пары партнеры подросткового возраста. Затем уместно представить Некоторые аспекты при консультирования пар (Т), основные положения которых изложены ниже. Как обычно в центре внимания дискуссии должна быть реакция участников на те предложения, которые непосредственно связаны с конкретными условиями их работы. Многие моменты в консультировании пар перекликаются с особенностями консультирования семьи, в связи с чем представляются важными перекрестные ссылки на Вопросы консультирования семьи (Т).

Вступление. Консультант должен поблагодарить обоих партнеров за то, что они пришли, представиться и спросить, как бы они хотели, чтобы к ним обращались. Выясните, каким образом принималось решение обратиться за консультацией, и как каждый из них воспринимает необходимость в оказании помощи. Может случиться так, что один партнер в меньшей степени настроен на это, чем другой, и если это действительно так, то, скорее всего, им окажется юноша. На это следует отреагировать, отметив, что людям часто бывает тяжело обсуждать собственные проблемы с посторонними, но уже то, что они пришли вместе для беседы с посторонним человеком, – это шаг в правильном направлении.

«Проблема». Причины обращения обоих партнеров могут быть также разными. Консультант обязан создать максимально благоприятные условия для каждого из них, чтобы они рассказали, что подтолкнуло их обратиться за помощью. Допустим, возможен такой вариант, когда юноша считает, что в сексуальном плане девушка недостаточно реагирует на его действия. Может быть и так, что молодая женщина чувствует, что юноша не очень внимателен по отношению к ней. Хотя это совершенно разные причины, и практически обе они

являются следствием взаимоотношений самой пары, их предстоит выяснить во время консультирования.

Роль консультанта. Как и в случае консультирования семьи, важно, чтобы клиенты видели главную задачу консультанта в его содействии прояснить ситуацию, чтобы они смогли принять подходящие решения. Живущие вместе люди нередко перестают прислушиваться друг к другу, причем в основе конфликта, как правило, лежит недопонимание между ними, и такую проблему можно решить посредством эффективного консультирования.

Вместе или раздельно. С самого начала консультирования нет необходимости вести прием каждого человека из пары в отдельности для большей уверенности в том, чтобы и тот, и другой могли высказаться. Уже во время первой консультации гораздо лучше повлиять на обоих с тем, чтобы у каждого хватало терпения выслушать другого. Переформулирование эмоционального смысла высказывания каждого партнера является одной из гарантий того, что они смогут выслушать друг друга. Однако, статус партнеров может быть разным, особенно если молодой человек старше, и предполагается, что его мнение должно быть более весомым. В этом случае консультант обязан вести беседу тактичнее, чтобы помочь молодой женщине выразить свою точку зрения. С самого начала это может показаться нереальным, тем более что заставить кого-либо разговориться представляется не очень привлекательной задачей. Однако консультант не должен забывать о том, что одной из сторон пока не удалось быть достаточно откровенной.

Споры. Некоторые пары могут открыто заявить о своих разногласиях, споря друг с другом во время консультации. Лучше, если консультант даст возможность паре высказаться по крайней мере до тех пор, пока каждый из партнеров не приведет все основные доводы. Как и в случае с семьями, консультант сможет разобраться в том, как партнеры взаимодействуют друг с другом во время ожесточенного спора, что позволит ему разъяснить своим клиентам суть вопроса. Высказывания, прозвучавшие во время спора, могут раскрыть гораздо больше, чем менее горячая дискуссия. Между тем, в какой-то момент консультанту уместно прервать клиентов, чтобы самому прокомментировать то, что, с его/ее точки зрения, происходит между партнерами.

Плач и молчание. Как отмечено в разделе «Трудные моменты при консультировании» (В8, В9), как плач, так и молчание служат своим целям и не должны прерываться консультантом в резкой форме. В отношении пар могут применяться те же методы, что и при ведении приема одного клиента, но может случиться и так, что один из партнеров заговорит первым. Следует понаблюдать за характером такого вступления в разговор. Если прозвучавшее высказывание не служит интересам дела, то консультант вправе в мягкой форме прокомментировать его, и это будет способствовать развитию отношений между партнерами в ином направлении. Предположим, если партнер сердится или раздражается, когда его партнерша начинает плакать, то это может оказаться типичным для характера их взаимоотношений. Может случиться и

так, что молодая женщина не в состоянии открыто высказать своему партнеру все то, что она чувствует, и тогда она начинает плакать, а он, в свою очередь, все более отчаивается и кажется беспомощным. Она расценивает это как игнорирование им ее чувств, тогда как он думает, что она использует слезы в качестве оружия, чтобы не дать ему того, что он добивается. Оказание помощи молодой паре в выражении своих чувств путем отражения их способности справляться с этими чувствами может быть важным первым шагом на пути установления более сформировавшихся отношений между партнерами.

Завершение консультации. Как и при семейной терапии, важно закончить консультацию кратким обобщением, которое выдержано в нейтральной форме и как можно точнее передает точки зрения обоих партнеров, а также обратить внимание на положительные моменты. Возможно, один из партнеров отметит, что теперь для него некоторые вещи стали более понятными, чем это было раньше, тогда как партнерша отметит, что убедилась в том, что она ему действительно дорога в большей мере, чем предполагала. На завершающем этапе к этим моментам можно будет вернуться вновь. Пару следует также поблагодарить за то, что они вместе обратились за помощью, и поинтересоваться, что они чувствуют в данный момент. Если эта встреча не последняя, то до их ухода необходимо договориться о следующей консультации, а если же это завершающая беседа, то консультанту следует напомнить клиентам о своей готовности в случае необходимости увидеться с ними в будущем.

Моделирование

Участникам полезно понаблюдать за тем, как ведущий или ведущие работают с парой. Следует попросить желающих из числа участников сыграть роль молодой пары, которая сталкивается с довольно типичной проблемой, связанной с вопросами половой жизни или репродуктивного здоровья. Участники ролевой игры, как обычно, должны идентифицировать себя с другими и сыграть роль людей другого возраста, и заранее не должны подробно обсуждать те трудности, о которых пара сообщит консультанту(ам). Инсценировка заживет своей собственной жизнью, и это нередко оказывается более наглядным, чем тщательно спланированный сценарий. Если оба ведущих заняты в ролевой игре, демонстрируя совместное консультирование пары, а занятие проводится ближе к концу недели проведения тренинга, представляется уместным попросить одного из участников выступить в качестве «комментатора» результатов ролевой игры. Ведущий сначала спросит исполнителей ролей об их реакции во время инсценировки, затем узнает об отношении к этому всех остальных членов группы и вновь предложит исполнителям ролей высказать дополнительные замечания прежде, чем они выйдут из роли. Группа может также высказаться относительно того, насколько удачно участник в роли ведущего прокомментировал результаты ролевой игры, не забывая о том, что всякая критика должна быть уравновешена похвальными отзывами об имевших место положительных моментах.

РЕКОМЕНДОВАННЫЙ ВОЗ КУРС ОБУЧЕНИЯ НАВЫКАМ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПОДРОСТКОВ ПО ВОПРОСАМ СЕКСУАЛЬНОСТИ И РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ: ПОСОБИЕ ДЛЯ ВЕДУЩЕГО

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

СЛАЙДЫ ДЛЯ КОДОСКОПА

(ФОТОКОПИИ)

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

СЛАЙДЫ (ФОТОКОПИИ) ДЛЯ КОДОСКОПА ПО НАВЫКАМ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

G ОБЩИЕ ВОПРОСЫ

G1 Программа работы семинара
G2 Задачи семинара
G3 Методология по одному дню
G4 Тематика семинара
G5 Методы обучения по каждому дню
G6 - G13 Репродуктивное здоровье в подростковом возрасте (продолжение)
G14 Правила ролевой игры
G15 Завершение консультирования и его оценка
G16 Оценка семинара
G17 Возможные последующие действия

A СЕКСУАЛЬНОСТЬ И РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

A1 Список тем
A2 Некоторые физические изменения в подростковом возрасте
A3 Некоторые изменения в эмоциональной сфере в подростковом возрасте
A4 Некоторые изменения, связанные со становлением сексуальности у подростков
A5 Сексуальность
A6 Гендерный фактор и пол
A7 Вопросы для обсуждения (нормальность)
A8 Некоторые половые дисфункции
Сексуальная ориентация
A9 Девиантное сексуальное поведение
A10 Отдельные формы сексуального насилия
A11 Возможные последствия незащищенного полового контакта (рис.)
A12 Возможные последствия незащищенного полового контакта
A13 Некоторые вопросы подростковой беременности
A14 (продолжение)
A15 Волнения по поводу искусственного аборта
A16 Методы предупреждения нежелательной беременности
A17 Некоторые требования, предъявляемые к эффективной контрацепции
A18 Некоторые инфекции, передаваемые половым путем
A19 Некоторые симптомы ИППП
A20 Факторы риска по ИППП, которым подвергаются молодые люди
A21 Основные пути передачи ВИЧ-инфекции
A22 Проблемы профилактики ИППП/ВИЧ
A23 Снижение риска по ИППП/ВИЧ для здоровья подростков

B ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

B1 B Список тем
B2 Психодинамика консультирования, направленного на изменение поведения подростков
B3 (продолжение)
B4 (продолжение)
B5 Первичное интервью
B6 (продолжение)
B7 На что следует обращать внимание при консультировании
B8 Трудные моменты при консультировании (1)
B9 Трудные моменты при консультировании (2)
B10 Вопросы консультирования подростков в присутствии членов семьи
B11 (продолжение)
B12 (продолжение)
B13 Характеристика консультантов
B14 Элементы планирования программ подготовки консультантов
B15 (продолжение)
B16 (продолжение)
B17 Некоторые методы обучения навыкам консультирования
B18 Вопросы совместного консультирования
B19 (продолжение)
B20 Вопросы консультирования супружеских пар
B21 (продолжение)

C МИКРОНАВЫКИ КОММУНИКАЦИИ

C1 C Список тем
C2 Парадигма консультирования (Модель V)
C3 Навыки ведения беседы
C4 Поощрения
C5 Отражение фактов/ощущений / навыки обобщения / вербальное следование
C6 Причины переформулирования высказываний клиента
C7 Описание ситуации из жизни клиентки для выполнения упражнения на отражение фактов/ощущений
C8 Искусство задавать вопросы, фокус и время
C9 Закрепление микронавыков коммуникации

ВВОДНОЕ ЗАМЕЧАНИЕ

Заготовленный набор слайдов для кодоскопа в основном используется ведущим как вспомогательный материал. Слайды из серии G и C должны быть просто показаны участникам, тогда как **некоторые** слайды из серии A и B **предназначены не столько для демонстрации, сколько для пояснения** их самими участниками. Если нижеприведенные слайды рекомендуется показать полностью, то остальные – на усмотрение ведущего.

G ОБЩИЕ ВОПРОСЫ (все слайды должны быть показаны полностью)

Слайды G6 – G12 накладываются друг на друга, т.е. каждый последующий слайд аккуратно кладется на предыдущий так, чтобы ячейки совпадали. За счет этого создается эффект наложения, и слайд G12 завершает процесс заполнения информацией всех ячеек. В слайде G13 представлена сводная информация, взятая из слайдов G6 – G12.

A СЕКСУАЛЬНОСТЬ И РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ (только эти слайды следует показать полностью)

A1 – Список тем
A8 – Некоторые половые дисфункции – в целях представления дефиниций
A9 – Девиантное сексуальное поведение – в целях представления некоторых дефиниций
A11 – Иллюстрация с перечнем возможных последствий незащищенного полового контакта
A21 – Основные пути передачи ВИЧ-инфекции – в порядке информации и проведения дискуссии

B ПСИХОДИНАМИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ (только эти слайды следует показать полностью)

B1 – B Список тем
B2, B3, B4 – Психодинамика консультирования, направленного на изменение поведения подростков, – в целях обзора основополагающих принципов, пропагандируемых на данном семинаре
B5, B6 – Первичное интервью – в целях выработки предложений, касающихся методов убедительной демонстрации таких принципов
B7 – На что следует обращать внимание при консультировании – в целях рассмотрения вопросов организации данной формы обслуживания, которые прямо связаны с принципами психодинамики
B10, B11, B12 – Консультирование подростков в присутствии членов семьи – в целях комплексного обзора ключевых принципов и практических приемов
B17 – Некоторые методы обучения навыкам консультирования – для использования в качестве контрольного перечня методик, подлежащих обсуждению

Факультативные занятия:
B18, B19 – Вопросы совместного консультирования
B20, B21 – Вопросы консультирования супружеских пар

С Микронавыки коммуникации (все слайды должны быть показаны полностью)

В связи с рассмотрением разных слайдов из серии А и В, как правило, рекомендуется выяснить мнения самих участников, чтобы дополнить заготовленные слайды недостающими элементами. Вполне уместно, если в ходе проведения дискуссии второй ведущий будет использовать заготовку проекционной пленки для записи предложений, поступающих от участников, чтобы все могли видеть их на экране и вносить поправки, если потребуется. Группа обычно способна выработать собственный материал. В целях стимулирования дискуссии ведущему, возможно, будет удобно использовать заголовки основных слайдов. Например, при обсуждении вопросов, касающихся характеристики консультантов, можно разделить слайд В13 на три колонки под следующими рубриками: Личные качества, Общие сведения, Специфика работы и Набор персонала. Все эти аспекты должны быть рассмотрены группой, и если каким-то образом та или иная рубрика оказалась не названной, ведущему следует предложить ее в форме вопроса. Решение относительно использования слайдов остается на усмотрение ведущих, но приобретенный нами опыт подсказывает: если не принимать во внимание вышеперечисленные слайды, то чем реже используются заранее подготовленные материалы и чаще те, которые предложены участниками непосредственно на семинаре, тем курс обучения считается более успешным.