

## Первая консультация. Подготовка и проведение

К каждому клиенту нужен индивидуальный подход. Но есть универсальные вопросы и алгоритмы, которые помогут выстроить первую консультацию.

### Как провести первую консультацию

1. Составить и согласовать с клиентом терапевтический контракт. Без него работать нельзя:

→ [Шаблон терапевтического контракта: осталось только распечатать](#)

2. Подготовить вопросы и кое-что узнать еще до сессии:

→ [Вопросы для первой консультации и подготовки к ней](#)

3. Помочь клиенту, если он не может сформулировать запрос:

→ [Опросник на выявление запроса клиента](#)

4. Если консультация будет онлайн — подготовиться:

→ [Чек-лист подготовки к онлайн-консультации](#)

5. Волнуетесь? Настроиться на продуктивную работу поможет медитация:


→ [Медитация «Настройка на успешную сессию»](#)


6. Провести первую сессию. Есть алгоритм, который поможет не сбиться:

→ [Алгоритм первой консультации психолога: памятка о том, как вести клиента](#)


### Что почитать о работе психолога


[Ответственность в работе психолога: расставляем все точки над i](#) 

[9 ошибок начинающего психолога: какие неприятности случаются и как их избежать](#) 

[Психолог и клиент: как правильно выстроить взаимоотношения](#) 

[Не надо так: 5 ролей психолога, которые вредят клиенту](#) 

[6 этических принципов, которые сохранят репутацию психолога](#) 

[Трудности психологического онлайн-консультирования. Разбираемся с экспертом, как решать проблемы](#) 



### Совет от преподавателя-эксперта

Для первой консультации обеспечьте себе максимально удобное пространство, наденьте комфортную одежду, сделайте так, чтобы все необходимое было под рукой.

Обязательно составьте скрипт первого обращения и приглашения к диалогу, чтобы ни на секунду не задумываться, что сказать: «здравствуйте» или «добрый день». Чем комфортнее вы будете себя чувствовать и чем увереннее начнете консультацию, тем безопаснее будет ощущать себя клиент.

Мы работаем в постоянной ситуации неизвестности, поэтому точное выдерживание структуры и тайминга консультации поможет сделать ее понятнее и предсказуемее. Помните, что первая встреча — исследовательская. Все, что нужно, это собрать как можно больше информации о клиенте.



**Андропова Людмила Олеговна**

практикующий психолог с 20-летним стажем, кандидат психологических наук, специальный и клинический психолог, психолог-сексолог, специалист в области коучинга, личностно-центрированной, песочной и системной семейной терапии

Telegram



ВКонтакте



Youtube

