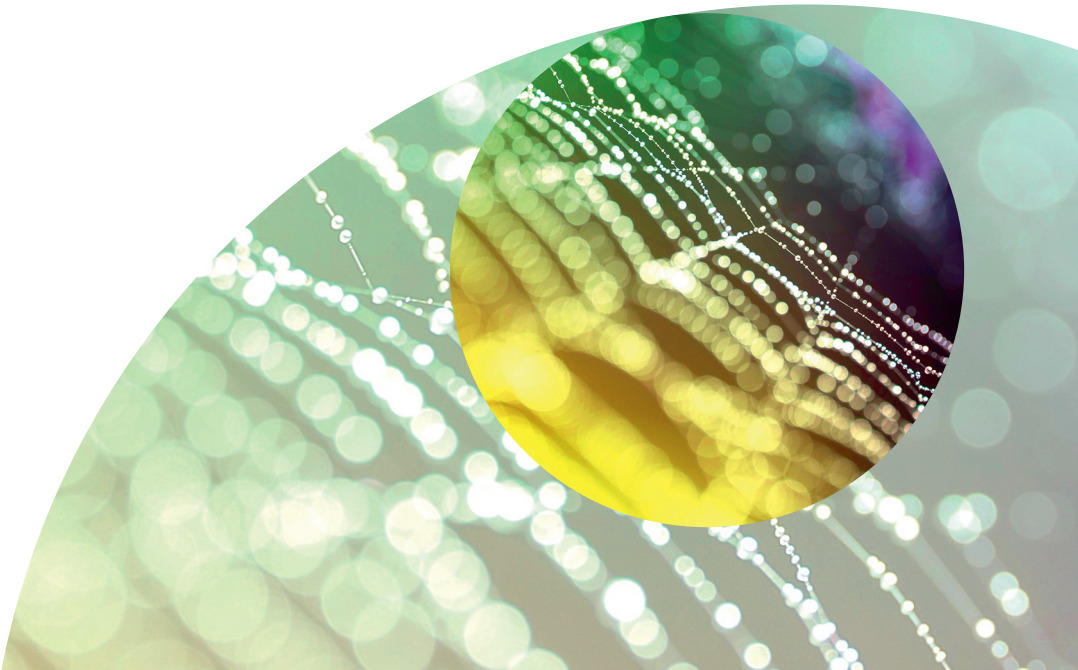


Jeļena Ļevina
Kristīne Mārtinsone

KONSULTĒŠANA UN KONSULTATĪVĀ PSIHOLOĢIJA





RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE

Jeļena Ļevina,
Kristīne Mārtinsone

KONSULTĒŠANA UN KONSULTATĪVĀ PSIHOLOĢIJA

UDK 159.98

L 91

Levina J., Mārtinsone K. Konsultēšana un konsultatīvā psiholoģija:
[Mācību līdzeklis]. Rīga: Rīgas Stradiņa universitāte, 2016. – 73 lpp.

Mācību līdzeklī ir raksturota konsultēšana kā profesionāla darbība un tās nozīme psihologa darbā. Konsultatīvā psiholoģija tiek aplūkota kā profesionālās darbības joma, īpašu uzmanību veltot tās vēsturei un mūsdienu statusam pasaulē, kā arī attīstībai Latvijā.

Izdevums ir paredzēts psihologiem, psiholoģijas studentiem, kā arī citu nozaru profesionāļiem, kuri sniedz konsultācijas, veicinot savu klientu attīstību un labklājību, palīdzot risināt dažādas problēmsituācijas un sniedzot atbalstu lēmumu pieņemšanā.

Recenzentes:

Dr. psych. Natālija Ivanova

Dr. psych. Aija Dudkina

Mācību līdzekļa izdošanu atbalsta Sabiedrības veselības un sociālās labklājības fakultātes dome (Protokols Nr. 12.2-3/2016/07).

RSU IPD vadītājs: Tenis Nigulis

RSU IPD vecākā redaktore: Aija Lapsa

Tehniskā redaktore: Ilze Reitere

Maketētāja: Ilze Stikāne

Vāka dizaina autors: Mikus Čavarts

RSU IPD Nr. 15-261

© Rīgas Stradiņa universitāte, 2016

Dzirčiema ielā 16, Rīgā, LV 1007

ISBN 978-9984-793-95-5

Saturs

Priekšvārds	5
1. nodaļa. Konsultēšana kā profesionāla darbība	9
1.1. Konsultēšana kā dažādu profesiju pārstāvju profesionāla darbība	9
1.2. Konsultēšanas veidi	13
1.3. Konsultēšanas teorētiskās pieejas	14
1.3.1. Psihodinamiskā pieeja	15
1.3.2. Kognitīvi biheiviorālā pieeja	17
1.3.3. Humānistiskā pieeja	19
1.3.4. Integratīvi eklektiskā pieeja	20
2. nodaļa. Konsultēšana psihologa darbā	23
2.1. Psihoģiskās konsultēšanas mērķis, robežas un struktūra	23
2.2. Psihoģiskās konsultēšanas pamata metodes un tehnikas	25
3. nodaļa. Konsultatīvā psiholoģija	29
3.1. Konsultatīvās psiholoģijas rašanās vēsturiskie apstākļi	30
3.1.1. Konsultatīvās psiholoģijas rašanās ASV	30
3.1.2. Konsultatīvās psiholoģijas attīstība Apvienotajā Karalistē	36
3.2. Mūsdienu konsultatīvās psiholoģijas raksturojums: dažādu valstu pieredze	37
3.2.1. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija ASV	37
3.2.2. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija Apvienotajā Karalistē	40
3.2.3. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija Kanādā	41
3.2.4. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija Austrālijā	43
3.2.5. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija citās pasaules valstīs	44

3.3. Mūsdienu konsultatīvie psihologi un viņu profesionālās identitātes raksturojums	45
3.4. Konsultatīvās psiholoģijas attīstība Latvijā	50
Kopsavilkums	55
Izmantotā literatūra	57

Priekšvārds

Mūsdienās dažādu profesiju pārstāvji un viņu klienti samērā bieži savā darbā un arī ikdienā lieto tādus jēdzienus kā “konsultēšana”, “konsultants”, “konsultācija”.

Ar dažādu veidu konsultēšanu (angl.¹ *consulting* vai *counselling*²) nodarbojas daudzu profesiju pārstāvji – ārsti, māsas, funkcionālie speciālisti (mākslas terapeiti, uztura speciālisti, ergoterapeiti, fizioterapeiti u. c.), psihoterapeiti³, psihologi, sociālie darbinieki, karjeras konsultanti, supervizori, juristi, finansisti, pedagogi, mācītāji, kapelāni, valsts pārvaldes darbinieki un daudzi citi. Dažās palīdzošajās profesijās (citkārt tās sauc arī par konsultatīvajām) – psihoterapeita, psihologa, supervizora, karjeras konsultanta u. c. – indivīda vai grupas izvērtēšana, izpēte un konsultēšana ir viens no pamata uzdevumiem. Tomēr katrā profesijā konsultēšanai ir atšķirīgs mērķis, dziļums, tā var pamatoties uz citādu teorētisko izpratni, lai arī galvenie principi ir līdzīgi. Piemēram, supervīzijā vai karjeras konsultēšanā darbība ir vērsta uz profesionālo izaugsmi; palīdzošo profesiju pārstāvji pielieto konsultēšanu dažādos veidos, lai palīdzētu klientu problēmu risināšanā un

¹ Šeit un turpmāk iekavās atsevišķu jēdzienu, terminu un institūciju tulkojumi sniegti angļu valodā.

² Angļu valodā jēdziena “konsultēšana” apzīmēšanai tiek lietoti vārdi *counselling* un *consulting*; ja konsultēšana attiecas uz psiholoģisko palīdzību, parasti tiek izmantots jēdziens *counselling*.

³ Vārdu savienojumam “palīdzošā terapija” angļiski atbilst vairāki jēdzieni: *treatment*, *therapy*, *psychotherapy*; reizēm tiek izmantots arī jēdziens *healing*. Vienlaikus jāuzsver, ka angļu valodā jēdzienus *consulting*, *treatment*, *healing*, (*psycho*)*therapy* nereti lieto kā sinonīmus, un, runājot par garīgās veselības jomu, tos dažkārt apvieno jēdzienā “psiholoģiskās terapijas” (*psychological treatment / therapies*), tā nošķirot biomedicīnisko terapiju, ko visbiežāk saprot kā farmakoloģisku iejaukšanos (Bite, Mārtinsone, Sudraba, 2016).

viņu personīgo, sociālo, garīgo resursu aktivizēšanā, kā arī atbalstītu lēmuma pieņemšanā; bet pedagogi konsultēšanā veicina noteiktu kompetenču apguvi. Lai arī daudzi minētie profesionāļi konsultācijā sarunu izmanto kā galveno izglītošanas vai palīdzības sniegšanas instrumentu (izvērtējot situāciju, klientu, sniedzot rekomendācijas, iejaucoties (veicot intervences) u. c.), katram speciālistam ir atšķirīgi darbības mērķi un metodes; atšķirīgas ir šo speciālistu atbildības robežas, darbības formas, bet pats galvenais – atšķiras profesionālās tiesības un pienākumi pret klientu (vairāk sk. ievadā: Bite, Mārtinsone, Sudraba, 2016).

Šajā izdevumā ir pievērsta uzmanība tieši psiholoģiskajai konsultēšanai, tās atšķirībām no citu profesiju pārstāvju darbības, kā arī konsultatīvajai psiholoģijai (*counselling psychology*) kā patstāvīgai profesionālās darbības jomai, akcentējot konsultatīvās psiholoģijas atšķirības no psiholoģiskās konsultēšanas, ko veic ikviens psihologs.

Vairākos valsts nozīmes dokumentos⁴ ir aktualizēta dažādu konsultāciju pieejamība Latvijas iedzīvotājiem kā viens no valsts pakalpojumiem, lai uzlabotu sabiedrības dzīves kvalitāti. Tas nozīmē, ka būtu arī jāuzlabo speciālistu konsultēšanas izpratne, prasmes un iemaņas.

Darbā ir trīs nodaļas, kuru centrā ir jēdzieni “konsultēšana”, “psiholoģiskā konsultēšana” un “konsultatīvā psiholoģija”. Šo nodaļu mērķis ir parādīt, ka konsultēšana ir profesionāla darbība, kas ir būtiska dažādu profesiju pārstāvju darbā, mazinot “robus” konsultēšanas izpratnē Latvijā. Lai sasniegtu šo mērķi, nepieciešams īsi raksturot psiholoģisko konsultēšanu un apskatīt konsultatīvo psiholoģiju kā patstāvīgu profesionālās darbības jomu, kura tiek atzīta daudzās valstīs. Izpratnes sekmēšanai ir īsi aprakstīta tās rašanās vēsture, izmantojot pieejamos avotus angļu valodā⁵, un raksturots tās statuss mūsdienās, arī analizējot konsultatīvās psiholoģijas attīstības problēmas Latvijā.

⁴ Piemēram, sk. Ķīmenes valsts politikas pamatnostādnes 2011.–2017. gadam, Konceptuālais ziņojums “Par politikas alternatīvu veidošanu priekššlaicīgās mācību pārtraukšanas problēmas risināšanai, lai nodrošinātu 8.3.4. specifiskā atbalsta mērķa “Samazināt priekššlaicīgu mācību pārtraukšanu, īstenojot preventīvus un intervences pasākumus” ieviešanu”, Sabiedrības veselības pamatnostādnes 2014.–2020. gadam.

⁵ Pagaidām nav apkopota un aprakstīta Vācijas, Francijas u. c. Eiropas valstu pieredze.

Konsultatīvās psiholoģijas kā patstāvīgas profesionālās darbības jomas definēšana ir īpaši aktualizējusies divu iemeslu dēļ: Psihologu likumprojekta izstrāde un iespēja no 2014. gada Rīgas Stradiņa universitātē (RSU) maģistra studiju programmā apgūt konsultatīvās psiholoģijas specialitāti, kuru jau ir ieguvuši pirmie absolventi. Programmas īstenošanu pārrauga RSU Veselības psiholoģijas un pedagoģijas katedras docente *Dr. psych.* Jeļena Ļevina. Tiesa, līdz šim maģistra studiju programmai ir saglabāts nosaukums “Veselības psiholoģija” (vadītāja no 2014. gada – RSU Veselības psiholoģijas un pedagoģijas katedras docente *Dr. psych.* Jeļena Koļesņikova). Iepriekš – vairāk nekā desmit gadu – konsultatīvo psiholoģiju Latvijā apguva Starptautiskajā Praktiskās psiholoģijas augstskolā (SPPA). Studiju programma pamatojās humānistiski eksistenciālajā pieejā (*Van Deurzen, 2002; Meū, 2001*), veltot uzmanību tieši klienta dzīves ceļa izpratnei (piemēram, par viņa resursiem un ierobežojumiem, par viņa izdarītajām izvēlēm un atbildību par tām; lūkojoties plašāk – par savas dzīves “autorību”). Ir saprotams, ka veiksmīgas konsultatīvās attiecības šajā pieejā ir darba pamats, tāpēc liela nozīme studentu izglītošanā bija pārraudzības (supervīzijas) praksei (*Ivanova, 2002, 2006*), kas bija izveidota kā individualā un grupas darba sistēma dažādu supervizoru vadībā ar mērķi attīstīt maģistrantu darba pieredzi un veikt tās analīzi, refleksiju.

Par psihologa konsultanta darbu tika izstrādāti arī vairāki maģistra darbi. Šīs studiju programmas direktore ilgu laiku bija Inna Pišinska (*Инна Пышинска*). Starptautiskajā Praktiskās psiholoģijas augstskolā tika nodibināta arī Baltijas psihologu konsultantu asociācija ar mērķi sekmēt speciālistu kvalifikācijas paaugstināšanu un pieredzes apmaiņu.⁶

Arī 2015. gadā izveidotā Latvijas Konsultatīvās psiholoģijas asociācija ir nozīmīgs notikums konsultatīvās psiholoģijas attīstībā. Tās pirmā valdes priekšsēdētāja ir RSU Socioloģijas un psiholoģijas katedras vadītāja, asoc. prof. *Dr. psych.* Sandra Mihailova, un šajā asociācijā ir apvienojušies šīs jomas profesionāļi un interesenti, uzņemoties rūpi par konsultatīvās psiholoģijas nostiprināšanu mūsu valstī.

⁶ Vairāk par SPPA sk.: Mārtinsone, 2012.

Dažādu konsultāciju (konsultēšanas) pieejamība Latvijas iedzīvotājiem kā viens no valsts pakalpojumiem, lai uzlabotu sabiedrības dzīves kvalitāti, ir aktualizēta vairākos politikas plānošanas dokumentos.⁷ Likumsakarīgi ir jāstiprina speciālistu izpratne, prasmes un iemaņas konsultēšanā.

Līdz ar to šis izdevums ir viens no pirmajiem mēģinājumiem mazināt līdz šim esošos robus konsultēšanas izpratnē Latvijā un ir pirmais solis aktualizēt un aprakstīt konsultēšanas (tostarp psiholoģiskās) un konsultatīvās psiholoģijas pamatjautājumus Latvijā. Tajā nav minēti vairāki būtiski jautājumi, piemēram, konsultatīvā darba ētiskie aspekti⁸ un konsultanta personība⁹. Tomēr paužam cerību, ka šī izdevuma saturs gan precīzāk parādīs profesionālās robežas, gan palīdzēs izprast profesionālās darbības specifiku.

Liels paldies mūsu konsultēšanas skolotājiem un dzīvē sastaptajiem meistariem, paldies kolēģiem, ar kuriem ir bijusi iespēja apspriest šī darba rakstīšanas laikā aktuālos jautājumus, paldies mūsu studentiem par interesi un rosinājumu domāt par šiem jautājumiem! Liels paldies recenzentēm *Dr. psych.* Natālijai Ivanovai un *Dr. psych.* Aijai Dudkinai par vērtīgajiem ieteikumiem! Liels paldies RSU izdevniecībai un īpaši Aijai Lapsai un Alisei Šnēbahai par konstruktīvajiem ieteikumiem un precizējumiem!

⁷ Piemēram, sk. Ģimenes valsts politikas pamatnostādnes 2011.–2017. gadam, Konceptuālais ziņojums “Par politikas alternatīvu veidošanu priekšlaicīgas mācību pārtraukšanas problēmas risināšanai, lai nodrošinātu 8.3.4. specifiskā atbalsta mērķa “Samazināt priekšlaicīgu mācību pārtraukšanu, īstenojot preventīvus un intervences pasākumus” ieviešanu”, Sabiedrības veselības pamatnostādnes 2014.–2020. gadam.

⁸ Par konsultatīvā darba ētiskajiem aspektiem latviski vairāk sk.: Majore-Dūše, 2016.

⁹ Par konsultanta personības aspektiem latviski vairāk sk.: Majore-Dūše, Mārtinsone, 2016.

1. nodaļa

Konsultēšana kā profesionāla darbība

Mūsdienās konsultēšana ir viens no profesionālās darbības uzdevumiem vairākās profesijās. Tas ir profesionālās darbības veids, kas tiek plaši pielietots dažādās jomās – konsultēšana kā viens no pamata profesionālajiem pienākumiem atbilstoši Profesijas klasifikatorā norādītajam ir ietverta daudzu palīdzošo un izglītojošo profesiju saturā. Piemēram, konsultācijas ir obligāta pedagoģu, proti, skolotāju un augstskolu pasniedzēju, darba sastāvdaļa. Plaši izplatīts ir pieraksts uz konsultāciju pie ārsta, finansista, projektu konsultanta vai jurista. Baznīcā iespējams saņemt konsultāciju pie kristīgiem padomdevējiem (Līdums, 2016). Pat veikalos dažkārt tiek lietots apzīmējums “pārdevējs-konsultants”.

Visplašākajā nozīmē **konsultēšanu** var definēt kā profesionālu darbību, kuras rezultāts ir konsultanta (speciālista) rekomendācija (*Ефремова*, 2010) klientam (pacientam, izglītojamajam u. c.) vai iejaukšanās (intervence) par konkrētu uzvedību, kas ir vēlama vai nepieciešama, lai sasniegtu kādu mērķi, izprastu un pārvarētu grūtu dzīves situāciju, lai uzlabotu dzīves kvalitāti, lai sniegtu atbalstu lēmuma pieņemšanā utt.

1.1. Konsultēšana kā dažādu profesiju pārstāvju profesionāla darbība

Šajā apakšnodaļā tiks minēti vairāki piemēri konsultēšanai kā dažādu profesiju pārstāvju (psihologu, karjeras konsultantu, supervizoru, pedagoģu) profesionālajai darbībai, vairāk uzmanības veltot

konsultēšanai psihologa darbā. Atbilstoši savai interesei lasītājs ir aicināts aplūkot arī citus profesijas standartus un konsultēšanas praksi.

Konsultēšana psihologa profesionālajā darbībā. Psiholoģija ir multidisciplināra zinātne, un psihologs ir profesija (Lloyd, Dewey, 1997; Mārtinsone, Miltuze, 2015), kas ietver daudzas apakšnozares un / vai profesionālās darbības jomas.¹⁰ To izveidi un specifiku ir noteikuši daudzi vēsturiski, sociāli, ekonomiski un dažkārt arī subjektīvi faktori (Mārtinsone, Lasmane, Kapova, 2016).

Latvijā dažādu psiholoģijas profesionālās darbības jomu psihologu pienākumi un uzdevumi vispārīgi ir noteikti Psihologa profesijas standartā, lai gan būtiski atšķiras darba uzdevumu veikšanai nepieciešamās izpētes un iejaukšanās metodes, darba vide (un tajā pastāvošais normatīvais regulējums un tradīcijas) un, protams, klientu (indivīda, grupas, organizācijas) vajadzības. Profesijas standarts nosaka, ka indivīda, grupas, organizācijas psiholoģiskā konsultēšana (vairāk sk. 2. nodaļā) ir viens no visu jomu psihologu profesionālās darbības pamatuzdevumiem. Standarts par konsultēšanu nosaka, ka psihologs analizē un piemēro savā profesionālajā darbībā psiholoģijas zinātnes teorētiskos un empīriski pamatotos principus, izvirza psiholoģiskās palīdzības sniegšanas mērķus, veic indivīda vai grupas psiholoģisko izpēti (novērtēšanu), veic psiholoģisko konsultēšanu, kā arī pielieto citas psiholoģiskās palīdzības sniegšanas metodes atbilstoši izvirzītajiem mērķiem, novērtē psiholoģiskās palīdzības sniegšanas efektivitāti, raksta un sniedz atzinumus (Psihologa profesijas standarts).

Psiholoģiskā konsultēšana ir psihologa un klienta brīvprātīga sadarbība, kas izpaužas kā īpaši veidots dialogs, lai palīdzētu klientam risināt psiholoģiskas grūtības un / vai sekmētu izaugsmi. Psihologs ar atbalstu, iedrošināšanu, aktīvo uzklaušāšanu u. c. metodēm un tehnikām (vairāk sk. 2. nodaļā) palīdz formulēt mērķus, izpētīt problēmas aspektus, aktualizēt resursus, pieņemt lēmumus, plānot darbību u. c.

¹⁰ Kā spilgtu ilustratīvu un strukturētu piemēru sk. Amerikas Psiholoģijas asociācijas (*The American Psychological Association, APA*) izdalītās 56 jomas (nodaļas); sk.: <http://www.apa.org/about/division/index.aspx?tab=1> vai Eiropas Psiholoģijas asociāciju federācijas (*European Federation of Psychologists' Association, EFPA*) izdalītās profesionālās darbības jomas, sk.: <http://www.efpa.eu/professional-development>.

Kā norādīts Latvijas Iekšlietu ministrijas Veselības un sporta centra tīmekļa vietnē¹¹, psiholoģiskās konsultēšanas gaitā klientam ir iespēja: būt uzklausiņam un saprastam, izpaust emocijas un saņemt atbalstu, pārstrādāt negatīvās emocijas, izzināt un izprast sevi, apskatīties uz problēmu plašāk, no cita skatupunkta, saņemt nepieciešamo informāciju, atklāt savus iekšējos resursus un veicināt personības attīstību, pilnveidot prasmes un iemaņas. Psihologs strādā atbilstoši katra klienta individuālajām vajadzībām, un, ja nepieciešams, izmanto krīzes iejaukšanās metodi – psiholoģiskās palīdzības veidu cilvēkiem krīzes situācijās, kas ir vērsts uz aktuālo problēmu un cilvēka emocionālo stāvokli, nevis uz personību un dzīves pieredzi kopumā.

Liela nozīme konsultēšanā ir klienta motivācijai. Lai panāktu vēlamās izmaiņas un īstenotu mērķus, daudzko nosaka klienta gatavība un vēlme aktīvi iesaistīties.

Konsultēšana karjeras konsultanta profesionālajā darbībā.

Karjeras konsultanta galvenais pienākums ir klientu konsultēšana karjeras veidošanā. Karjeras konsultants ir speciālists, kurš informē, izglīto un konsultē klientus (skolēnus un arī vecākus, skolotājus, nodarbinātos, bezdarbniekus un darba devējus, kā arī cilvēkus ar īpašām vajadzībām) karjeras attīstības jautājumos, sniedz atbalstu klientiem viņu karjeras plānošanā un veidošanā. Konsultants atbalsta klientu lēmuma pieņemšanā par profesijas, darba, formālās un neformālās izglītības izvēli, palīdz attīstīt karjeras vadības, tostarp darba meklēšanas prasmes. Viņa uzdevums ir konsultēt dažādu vecumu, sociālās un kultūras izcelsmes cilvēkus individuālu pārrunu veidā un grupās, arī informēt un izglītēt sabiedrību jautājumos, kas saistīti ar karjeras attīstības atbalsta pakalpojumiem, – rakstīt rakstus, uzstāties semināros, publicēt informāciju masu saziņas līdzekļos (Karjeras konsultanta profesijas standarts).

Karjeras konsultēšanas mērķis ir palīdzēt klientam apzināties savas vajadzības un iespējas, pieņemt lēmumu par karjeras izvēli, plānošanu un īstenošanu noteiktā dzīves posmā.

¹¹ <http://vsc.iem.gov.lv/wp-content/uploads/Kas-ir-psihologiska-konsultesana1.pdf>

Konsultēšana supervizora¹² profesionālajā darbībā. Konsultatīvais aspekts ir svarīga supervizora profesionālās darbības sastāvdaļa. Tas ir veids, kā speciālistiem un topošajiem speciālistiem – studentiem – analizēt un novērtēt savu profesionālo darbību (Mārtinsone, Mihailova, Mihailovs, 2014). Supervizors atbilstīgi profesionālās ētikas principiem organizē un sniedz konsultatīvu un izglītojošu atbalstu indivīdiem, grupām vai organizācijām profesionālo attiecību vadīšanas un risināšanas jautājumos ar mērķi pilnveidot supervizējamā profesionālo kompetenci un profesionālās darbības kvalitāti (Supervizora profesijas standarts).

Konsultēšana pedagoga profesionālajā darbībā. Konsultēšanas prasmes ir nepieciešamas arī pedagogu profesionālajā darbībā. Atbilstoši profesijas standartam pedagogam ir jānodrošina audzēkņa personības izaugsme – jāsekmē intelektuālās, emocionālās un sociālās attīstības vienotība, audzēkņu personības tikumisko īpašību attīstība. Pedagogam jāveicina audzēkņu līdzdalība, sadarbība un atbildība pedagoģiskajā procesā un jāsekmē audzēkņu vērtībizglītība. Pedagoga uzdevums ir arī veidot izpratni par darba dzīvi un karjeras plānošanu un attīstīt runas un uzvedības kultūru (Pedagoga profesijas standarts). Lai skolotājs īstenotu šos uzdevumus, konsultatīvās prasmes ir obligātās. Turklāt vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs mācību priekšmetu pedagogiem tarifcē individuālo darbu / konsultācijas ar izglītojamajiem mācību priekšmetā (Pedagogu darba samaksas noteikumi). Izglītojamo konsultēšana kā viens no atbalsta pasākumiem ir paredzēta 8.3.4. specifiskā atbalsta mērķa “Samazināt priekšlaicīgu mācību pārtraukšanu, īstenojot preventīvus un intervences pasākumus” projekta laikā.

Profesijas standartā arī ir norādīts, ka skolotāja pienākums ir organizēt sadarbību ar vecākiem, skolotājiem, citiem speciālistiem un sabiedrību. Tas ietver tādus uzdevumus kā informēt un konsultēt vecākus vai aizbildņus mācību un audzināšanas jautājumos un iesaistīt vecākus vai aizbildņus, speciālistus un sabiedrību pedagoģiskajā procesā (Pedagoga profesijas standarts).

¹² Supervīzija ir mērķtiecīgi organizēts konsultatīvs un izglītojošs atbalsts, ko profesionālajā kontekstā saņem indivīds, grupa vai organizācija ar mērķi pilnveidot profesionālo kompetenci un profesionālās darbības kvalitāti. Vairāk par supervīziju sk.: Mārtinsone, Mihailova, 2016.

Minētie piemēri apliecina, ka konsultēšanas mērķi un uzdevumi dažādās profesijās atšķiras, un to nosaka gan profesijas filozofija, gan darba vide, tomēr iespējams izdalīt vairākas konsultēšanas formas, kas īsi aplūkotas nākamajā apakšnodaļā. Turpmākajā izklāstā ir arī raksturotas vairākas teorētiskās pieejas konsultēšanā.

1.2. Konsultēšanas veidi

Individuālā, grupas, ģimenes un organizācijas konsultēšana. Atkarībā no dalībnieku skaita var izdalīt individuālo konsultēšanu, pāru konsultēšanu, ģimenes konsultēšanu, grupas konsultēšanu, organizāciju konsultēšanu, komandu konsultēšanu u. tml.

Tiešā un netiešā konsultēšana. Atkarībā no saskarsmes organizēšanas formas starp konsultantu un klientu var izšķirt tiešo konsultēšanu vai konsultēšanu klātienē (*face-to-face*) un netiešo konsultēšanu – pa tālruni (piemēram, uzticības tālrunis), izmantojot *Skype* vai sarakstoties ar klientu (pacientu, izglītojamo), piemēram, speciāli organizētā sadaļā konsultanta vai organizācijas mājaslapā, kur konsultācijas iespējamas arī tiešsaistē (*online*). Konsultēšanu *Skype* var uzskatīt arī par *face-to-face* konsultēšanu, lai gan tā notiek ar datora starpniecību.

Atkāpjoties no tradicionālās konsultēšanas izpratnes dialoga formā, mūsdienās aizvien aktuālākas kļūst arī **e-iejaukšanās** jeb **tīmekļa iejaukšanās** (Neter, 2015), kas ir galvenokārt paša klienta vadīta iejaukšanās, kura balstās uz speciāli izstrādātu tiešsaistes programmu un darbojas tīmekļa vietnē. To lieto klienti, kuri meklē palīdzību fiziskās un garīgās veselības jautājumos. Iejaukšanās programmas mērķis ir radīt pozitīvas izmaiņas klientā vai pilnveidot, uzlabot zināšanas, apziņātību un izpratni par fizisko un garīgo veselību, izmantojot dažādus informācijas atspoguļošanas un interaktīvas komunikācijas veidus (Ļubenko, 2015). To izstrādi Latvijā aktualizē RSU mācībbspēki un studējošie (Duhovska, Baltiņa, Millere, 2016; Koļesņikova, Rudzīte, 2016; Lejiņa, 2016).

1.3. Konsultēšanas teorētiskās pieejas

Kā jau vairākkārt uzsvērts, konsultēšana, tās apraksts, mērķi, struktūra, pielietotās metodes un tehnikas dažādās profesijās atšķiras. Tomēr tā saucamajās palīdzošajās vai konsultatīvajās un izglītojošajās profesijās, kuras ir saistītas ar klientu problēmu risināšanu un izaugsmes, tostarp personiskās un profesionālās, sekmēšanu (psiholoģijā, mākslu terapijā, supervīzijā, karjeras konsultēšanā, arī māsu praksē un izglītībā u. c.), bieži vien tiek pielāgotas idejas no pamata psihoterapijas skolām, tiesa, nepretendējot uz pašu psihoterapijas īstenošanu. Psihoterapijas idejas palīdz skaidrot un izprast konsultēšanā nozīmīgus jautājumus, piemēram, kā attīstās cilvēks, kā veidojas traucējumi, kas sekmē izaugsmi, kā aktualizēt resursus.¹³

Mūsdienās psihoterapiju raksturo ne vien normatīvā regulējuma dažādība atšķirīgās valstīs, bet arī tās paradigmu, sistēmu, virzienu, skolu, teorētisko pieeju, specializēto modeļu un to atvasinājumu daudzveidība, turklāt katrs no tiem atšķirīgi fiksē realitāti, piedāvājot noteiktu skatpunktu cilvēcisko problēmu izpratnei un attiecīgi arī izvērtēšanas un praktiskā darba principiem / metodoloģijai (Mārtinsone, 2016). Tāpēc tikai ļoti vienkāršojot var izdalīt četras galvenās tradīcijas – psihodinamisko, kognitīvi biheiviorālo, humānistisko un integratīvi eklektisko, kas ietekmē palīdzējošo (konsultējošo un izglītojošo) profesionāļu praksi (neskaitot profesijas specifiskās teorijas). Psihodinamiskā tradīcija ir vērsta galvenokārt uz neapzinātiem dinamiskiem procesiem, kas nosaka indivīda pieredzi un kļūst par distresa cēloni. Saskaņā ar kognitīvi biheiviorālo tradīciju pamatā jāstrādā ar apgūtu, iemācītu uzvedību un klienta spēju par to domāt un analizēt. Savukārt humānistiskās tradīcijas pārstāvji koncentrējas uz subjektīvo pieredzi, personīgo jēgu. Kopš pagājušā gadsimta 80. gadu sākuma integratīvi eklektiskās pieejas ietvarā ir vērojami centieni apvienot vislabāko no tā, ko katra teorētiskā pieeja piedāvā, vienlaikus meklējot kopsakarības vadošajās teorijās un praksē, lai sasaistītu vairākus teorētiskos modeļus un attīstītu efektīvākas metodes.¹⁴

¹³ Par konsultēšanas skolām latviešu valodā vairāk sk.: Bite, Mārtinsone, Sudraba, 2016.

¹⁴ Vairāk par integratīvi eklektisko pieeju sk.: Mārtinsone, 2016.

Katrā konkrētajā gadījumā izvēlētie aspekti lielā mērā ir atkarīgi no katras profesijas vēsturiskās attīstības un tradīcijām, tostarp izglītības programmām un to īstenotājiem.

Turpmākajā izklāstā ir īsi raksturotas četras minētās tradīcijas ar mērķi uzsvērt to dažādību un vienlaikus izcelt integrācijas iespējas. Praksē konsultanti¹⁵ izmanto arī idejas no citām pieejām, īpaši no sistēmiskās¹⁶, psihodrāmas¹⁷, arī geštalterapijas¹⁸ u. c. Mūsdienās konsultēšanas teorijas būtiski ietekmē neirozinātnes atklājumi¹⁹.

1.3.1. Psihodinamiskā pieeja

Psihodinamiskajā konsultēšanā tiek likts uzsvars uz konsultanta spēju izmantot to, kas notiek tiešās attiecībās starp viņu un klientu ar mērķi izpētīt klienta jūtu paternus un attiecību dilemmas, kas izraisa grūtības ikdienā. Psihodinamiskās konsultēšanas mērķis ir palīdzēt klientam sasniegt insaitu un saprast problēmu iemeslus, transformēt šo insaitu nobriedušā spējā pārvarēt grūtības nākotnē. Lai sasniegtu šo mērķi, konsultantam jāspēj klientam nodrošināt vidi, apstākļus, kas ir pietiekami droši un pastāvīgi, lai klients varētu izpaust savas atmiņas, fantāzijas un impulsus (*McLeod, 2003*). Psihodinamiskā konsultēšana vēršas ne tikai pie tagadnē esošās problēmas, bet arī pie tās “saknēm” pagātnē. Klienta un konsultanta attiecību izpratne palīdz noteikt klienta emocionālos paternus viņa pagātnē, kas vēlāk dzīvē atkārtojas, negatīvi, graužoši ietekmējot tagadni.

Psihodinamiskās konsultēšanas izcelsme ir meklējama Vīnes ārsta Zigmunda Freida (*Sigmund Freud, 1856–1939*) idejās, kaut gan mūsdienu psihodinamiskās konsultēšanas teorijā un praksē ir nozīmīgi pārstrādātas sākotnējās Z. Freida teorijas postulāti. Z. Freids (*Freud, 1973 [1917]*)

¹⁵ Ar jēdzienu “konsultants” tiek apzīmēti dažādu profesiju pārstāvji, kas savā praksē izmanto konsultēšanu.

¹⁶ Par sistēmisko pieeju vairāk sk.: Līdums, Ratnieks, 2016.

¹⁷ Par psihodrāmas pieeju vairāk sk.: Sudraba, 2016c.

¹⁸ Par geštalterapijas pieeju vairāk sk.: Vektore, Goluba, 2016.

¹⁹ Par neirozinātnes atklājumiem saistībā ar konsultēšanu latviešu valodā vairāk sk.: Krone, 2016.

bija pārliecināts, ka klienta problēmu iemesls ir seksuālās tieksmes apspiešana. Tomēr jau tuvākie Z. Freida kolēģi – Karls Gustavs Jungs (*Carl Gustav Jung*, 1875–1961) un Alfrēds Adlers (*Alfred Adler*, 1870–1937) – ir diskutējuši par šo viņa teorijas svarīgo aspektu, proti, neapzināto tieksmju seksuālo dabu. K. G. Jungs (*Jung*, 1966 [1917, 1928]) bija pārliecināts, ka viena no galvenajām cilvēka tieksmēm ir tiekšanās pēc individuācijas – pēc savas Patības integrācijas un pilnveidošanas. K. G. Jungs arī izteica pieņēmumu par kolektīvās zemapziņas pastāvēšanu. To veido arhetipi – universālas iedzimtas psihiskās struktūras, kolektīvi universāli paterni (modeļi) vai motīvi, kurus var atpazīt pieredzē un kas parādās, piemēram, sapņos tēlu veidā. Savukārt A. Adlers (*Adler*, 1927 [1959]) uzskatīja, ka cilvēka uzvedību nosaka nepilnvērtības izjūta un komplekss, un tieksme tos kompensēt.

Vēlākās paaudzes autori attīstīja sociālāku, uz attiecībām orientētu pieeju (*relationship-oriented approach*)²⁰. Pagājušā gadsimta 40. un 50. gados objektu attiecību (*object relations*) skola, kas sakņojās Melānijas Kleinas (*Melanie Klein*, 1882–1960) un Margaretas Māleres (*Margaret Mahler*, 1897–1985) iedvesmojošajos darbos, attīstīja psihodinamisko pieeju, kas vairāk veltīja uzmanību klienta attiecībām ar “svarīgiem citiem” (ar objektiem) viņa dzīvē. Šī pieeja ir aktuāla arī mūsdienās.

Analizējot psihodinamiskās konsultēšanas mūsdienu tendences, Džons Maklauds (*John McLeod*, 2003) par svarīgākajām uzskata šādas: ierobežoto laikā, īslaicīgo darba metožu attīstīšanu, aktīvāku konsultanta piedalīšanos konsultācijā un fokusēšanos uz tādām tēmām kā piesaiste un zaudējums.

Analizējot psihodinamiskās pieejas specifiku psiholoģiskajā konsultēšanā, Dž. Maklauds (*McLeod*, 2003) izdala trīs darba pieņēmumus: klienta aktuālo grūtību iemesls ir meklējams agrīnās bērnības pieredzē; klients var neapzināt patiesos viņa uzvedības motīvus vai impulsus; konsultēšanā ir svarīgi izmantot klienta un konsultanta attiecību interpretāciju, jo klienta un konsultanta attiecības kā klienta reālo attiecību pārneses rezultāts sniedz informāciju par klienta attiecībām reālajā

²⁰ Vairāk par uz attiecībām orientētu pieeju sk.: *McLeod*, 2003; *Rizq*, 2010.

dzīvē. Tātad konsultanta loma ir klienta neapzinātā psihiskā materiāla interpretēšana ar mērķi veicināt klienta insaitu par savu problēmu.

Mūsdienās psihodinamiskajai pieejai konsultēšanā ir liela nozīme, un tā ietver dažādas teorētiskas skolas.²¹

1.3.2. Kognitīvi biheiviorālā pieeja

Kognitīvi biheiviorālā tradīcija ir vēl viena nozīmīga pieeja psiholoģiskajā konsultēšanā. Saskaņā ar Dž. Maklauda (*McLeod*, 2003) uzskatiem var izdalīt trīs galvenos kognitīvi biheiviorālās pieejas raksturojumus: darbs ar klientu ir virzīts uz problēmas risināšanu; īpaša cieņa tiek izrādīta zinātniskām vērtībām; sevišķa uzmanība tiek veltīta kognitīvajiem procesiem, ar kuru palīdzību cilvēki novēro un kontrolē savu uzvedību. Kognitīvi biheiviorālo pieeju novērtē kā “viszinātniskāko” no visām galvenajām pieejām psihoterapijā un konsultēšanā (*McLeod*, 2003), jo tā visskaidrāk iekļaujas uz pierādījumiem balstītās prakses paradigmā.²²

Lai izprastu kognitīvi biheiviorālās konsultēšanas būtību, jāpievērš uzmanība arī tās vēsturiskajai attīstībai.

Šīs **biheiviorālās dimensijas** pieejas pamati ir biheiviorismā.²³ Šīs skolas pamatlicējs ir ASV zinātnieks Džons Brodess Votsons (*John Broadus Watson*, 1878–1958), kurš postulēja (*Watson*, 1930): ja psiholoģija pretendē kļūt par īsti zinātnisku disciplīnu, tās priekšmets var būt tikai objektīvi novērojamas parādības, respektīvi, uzvedība, ko var novērot, un stimuli, kas to izraisa. Tādu uzvedību var kontrolēt un izmērīt laboratorijas apstākļos. Dž. B. Votsona idejas pārlicināja viņa kolēģus ASV, un nākamo 30 gadu laikā biheiviorisms kļuva par vadošo virzienu psiholoģijā šajā valstī. Par galveno uzdevumu biheivioristi uzskatīja iemācīšanās likumu (*laws of learning*) atklāšanu. Piemēram, radikālais

²¹ Vairāk par analītisko psiholoģiju sk.: Berga, 2016; Sudraba, 2016a, 2016b; Vītola, 2016.

²² Par pētījumu veidiem un dizainiem psihoterapijā vairāk sk.: Perepjolkina, Čukurs, 2016.

²³ Par biheiviorismu vairāk sk.: Mārtinsone, Lasmane, Karpova, 2016.

biheiviorists Beress Frederiks Skiners (*Burrhus Frederic Skinner*, 1904–1990) atklāja un aprakstīja operantās iemācīšanās likumus, izpētīja pastiprinājuma lomu jaunu uzvedības modeļu apgūšanā (*Skinner*, 1971, 1983).

Konsultēšanā biheiviorālās pieejas pamatā ir pieņēmums, ka vide nosaka cilvēka uzvedību. Cilvēka reakciju uz noteiktu situāciju visbiežāk nosaka uzvedība, kura bija pastiprināta bērnībā. Biheivioristi uzskata, ka uzvedība ir iemācīta (*learned*) un tādēļ to var mainīt. Konsultants pievērš uzmanību klienta uzvedībai un par sava darba mērķi izvirza palīdzēt klientam modificēt nevēlamo uzvedību. Tādēļ konsultantam kopā ar klientu vispirms ir jānosaka nevēlamā uzvedība un pēc tam kopīgā darbā tā jāizmaina. Biheiviorālie konsultanti izmanto daudz uzvedības modifikācijas tehniku, kuru mērķis ir problemātiskās uzvedības pārtraukšana vai tās izmaiņšana.

Kognitīvi biheiviorālās pieejas **kognitīvo dimensiju** 20. gadsimta 60. gados formulēja Arons Temkins Beks (*Aron Temkin Beck*, dz. 1921) un Alberts Eliss (*Albert Ellis*, 1913–2007). Abi autori uzsvēra, ka ir svarīgi saprast, kā klienti domā paši par sevi (*Beck*, 1976; *Ellis*, 1962, 1989).

A. Eliss (*Ellis*, 1962) apgalvoja, ka klienta emocionālās problēmas ir saistītas ar viņa iracionālo pārliecību (*irrational beliefs*). Šīs problēmas izraisa izkropļota domāšana (*crooked thinking*), kas rodas, pamatojoties uz dzīves uztveri, ko klients pauž, piemēram, ar vārdiem “Man vajag...”, “Mans pienākums ir...”. A. Eliss uzskatīja, ka šāda veida apgalvojumi ir iracionāla pārliecība, kas tiek formulēta absolutizētā, pārspīlētā formā. Šāda iracionāla pārliecība noved pie situācijas “katastrofizācijas”, izraisa trauksmes un depresijas pārdzīvojumus. Racionāla pārliecība, piemēram, “Es gribu...”, palīdz cilvēkam konstruktīvāk pārvarēt grūtības.

Saskaņā ar A. Beka pausto emocionālās un uzvedības grūtības, ko cilvēki pārdzīvo savā dzīvē, ir saistītas nevis ar reālajiem notikumiem, bet ar šo notikumu interpretēšanu (*Beck*, 1976). Ja klientam palīdz pievērst uzmanību viņa iekšējam dialogam, automātisko domu plūsmai, kas pavada un ietekmē viņa darbību, klients varēs formulēt un pratīs pielietot jaunas domas un idejas, kas veicinās apmierinātību un laimīgāku dzīves izjūtu.

Kā redzams, saskaņā ar kognitīvo pieeju konsultanta uzmanība ir vērsta uz klienta disfunkcionālajām domām un iracionālo pārliecību. Konsultants palīdz klientam apzināt domu un emociju ietekmi uz uzvedību, noteikt negatīvas automātiskas domas un tās novērot, kā arī kļūdainās kognīcijas un iracionālo pārliecību aizvietot ar racionālākām domām.

A. Beks arī izanalizēja un norādīja uz kognitīvās un biheiviorālās pieejas līdzībām: abas pieejas ir strukturētas, orientētas uz problēmas risināšanu, kā arī abās ir uzsvērts, ka konsultēšanā ir svarīgi strādāt ar klienta aktuālo situāciju – situāciju “šeit un tagad”, nevis rekonstruēt klienta bērnības attiecības (*Beck, 1976*).

Pēdējā laikā ir vērojama tendence, ka daudzi kognitīvi biheiviorālie konsultanti izrāda interesi par citu jomu integrāciju savā praksē. Mūsdienās to dēvē par kognitīvi biheiviorālās terapijas trešo vilni (pirmais vilnis – biheiviorisms, otrais – kognitīvās pieejas), un tas ietver, piemēram, shēmu terapiju, apzinātības praksi (vairāk sk.: Bite, Majore-Dūšeļa, 2016; Krone, Freimane, 2016; Zande, 2016). Ir vērojama arī interese integrēt sociālā konstrukcionisma idejas (*McLeod, 2003*), kur uzmanība ir pievērsta valodai, ko cilvēki izmanto “savas” realitātes konstruēšanai.

1.3.3. Humānistiskā pieeja

Humānistiskā pieeja²⁴ konsultēšanā balstās uz pieņēmumu, ka klienta problēmas rada nevis kādi objektīvi dzīves notikumi, bet gan tas, kā indivīds šos notikumus pārdzīvo. Savas dzīves notikumu pārdzīvošanas veids ietekmē viņa pašizjūtu, pašcieņu, pārliecinātību par sevi. Humānistiski orientēts konsultants sekmē klienta izpratni par to, kā viņa negatīvās reakcijas uz dzīves notikumiem var izraisīt psiholoģisku diskomfortu, un palīdz klientam saprast uztvertos “pozitīvos” un “negatīvos” savas personības aspektus.

²⁴ Saukta arī par humānistiski eksistenciālo vai eksistenciāli fenomenoloģisko pieeju, lai gan tām ir atšķirīgas vēsturiskās saknes (vairāk sk.: Mārtinsone, Lasmane, Karpova, 2016).

Vēsturiski galvenie agrīnās humānistiskās psiholoģijas pārstāvji bija Karls Rodžerss (*Carl Rogers*, 1902–1987), Abrahams Maslovs (*Abraham Maslow*, 1908–1970), Šarlote Bīlere (*Charlotte Bühler*, 1893–1974) un Sidneja Džurarda (*Sidney Jourard*, 1926–1974), kuri postulēja, ka ikviens ir unikāls un neatkārtojams, visiem piemīt iedzimta spēja augt un attīstīties emocionāli un psiholoģiski un katra indivīda mērķis ir personības pilnveidošanās (piemēram, pašaktualizācija).

Arī humānistiskā tradīcija apvieno vairākas teorijas un modeļus. Praksē visplašāk izmanto uz klientu centrēto konsultēšanu²⁵, kuras principus ir izstrādājis K. Rodžerss (*Rogers*, 1942, 1951, 1957, 1961). Konsultanta uzdevums ir palīdzēt klientam atrast savu problēmas risinājumu: klients ir eksperts, bet konsultants – klienta pieredzes atspoguļošana un atbalsta avots. Šāda pieeja sākotnēji ieguva nosaukumu “nedirektīva konsultēšana” (*Rogers*, 1942). Vēlāk tā tika precizēta un nosaukta par “uz klientu centrēto pieeju” – tā tika akcentēta uzmanības pārvirzīšana no konsultanta uzvedības un darbības uz klientā notiekošajiem procesiem, vispirms uz procesiem, kas saistīti ar viņa Es-koncepcijas, pašutveres izmaiņām konsultēšanas laikā (*Rogers*, 1951).

Galvenie konsultanta un klienta attiecību raksturojumi ir empātija, kongruence un pieņemšana no konsultanta puses (*Rogers*, 1957, 1961). Empātijas, kongruences un beznosacījumu pieņemšanas apstākļos klients kļūst spējīgs uz pašatklāsmi, atbrīvojas no psiholoģiskajām aizsardzībām, pēta savu pārdzīvojumu pasauli, kļūst spējīgs pieņemt sevi bez nosacījumiem un ir atvērts personības izaugsmei un attīstībai (vairāk sk.: Bite, Purvīce, 2016, Mihailova, 2016).

1.3.4. Integratīvi eklektiskā pieeja

Konsultēšanas praksē pastāv ļoti daudz pieeju, tāpēc viens no galvenajiem konsultanta uzdevumiem ir atrast veidu, kā vislabāk konceptualizēt savu darbu – kā veidot ne tikai personīgo izpratnes perspektīvu un profesionālo pozīciju, salīdzinot un / vai pretnostatot dažādas pieejas,

²⁵ Tiek uzskatīts, ka tieši K. Rodžerss ieviesa jēdzienu “psiholoģiskā konsultēšana”. Tiesa, mūsdienās saturiski šis termins atbilst konsultatīvajai psiholoģijai.

lai paplašinātu skatījumu uz to pielietojumu, bet arī meklēt dažādo pieeju integrācijas veidus tā, lai šī integrācija atbilstu situācijai, klienta vajadzībām, paša speciālista personības raksturojumiem, vērtību sistēmai un prioritātēm, kā arī konsultēšanas attīstības tendencēm mūsdienās (Mārtinsone, 2016), un izmantot labākās darba metodes.

Konsultēšanas kontekstā integrāciju var saprast kā mēģinājumu sapludināt teorētiskos konceptus vai iejaukšanos vienotā veselumā, bet eklektisms ir prakse, kurā, formulējot klienta problēmas un/vai konsultējot, tiek pielietota dažādu skolu teorija un prakse (Nelson-Jones, 2001). Tāpēc tiek izdalīti četri integratīvi eklektiskās pieejas līmeņi: 1) tehniskais / sistemātiskais eklektisms, 2) kopīgo faktoru pieeja, 3) teorētiskā integrācija un 4) asimilatīvā integrācija. Praksē izšķir integratīvi eklektisko pieeju (Dattilio & Norcross, 2006; Norcross & Beutler, 2008).²⁶

Mūsdienās nozīmīgajā kopīgo faktoru pieejā konsultēšanas praksē ir vērojama tendence izkristalizēt iedarbīgākos empīriski apstiprinātos konsultēšanas komponentus, kas “paceļas pāri” teorētisko pieeju konceptiem un metodēm. Daži no šādiem pētījumos identificētiem komponentiem ir terapeitiskā alianse un empātija, klienta un konsultanta saskaņa par izvirzītajiem mērķiem, speciālista pozitīva un cieņpilna attieksme (*positive regard*) pret klientu, autentiskums un kongruence (Norcross, 2005, kā minēts Mārtinsone, 2016).

Domājot par nākotnes tendencēm, ir jāpievērš uzmanība faktam, ka viens no konsultēšanas izaicinājumiem tuvā nākotnē būs sastapšanās ar multikulturālismu, tādēļ jau šobrīd ir vērojami centieni izveidot atsevišķu multikulturālās konsultēšanas teoriju un praksi (Sue, Ivey, Pedersen, 1996; Sue, Sue, 2008). Vēl viens aktuāls temats ir pieaugošā interese par garīgo, reliģisko jautājumu integrāciju konsultēšanā (Faiver et. al., 1993, 2001; Hagedorn, 2005; Kelly, 1995; Polanski, 2003; Yarhouse, Burkett, 2002). Šādas tendences esamību apliecina vairums pēdējā laikā publicēto avotu skaita pieaugums (Hall, Dixon, Mauzey, 2004; Sperry, Shafranske, 2005; vairāk sk.: Mārtinsone, 2016).

²⁶ Vairāk par integratīvo pieeju sk. arī: Mārtinsone, Mihailova, Mihailovs, Majore-Dūše, Paipare, 2008; Mārtinsone, 2009, 2011, 2016; Мартинсоне, Ласмане, 2004.

Konceptualizējot savu darbu, konsultantam atšķirīgās teorijas un prakse ir jāpielāgo un jāturpina attīstīt atbilstoši sava darba laukam, proti, jāintegrē tieši tās teorētiskās pieejas un metodes, kas vislabāk atbilst klienta vajadzībām, konsultēšanas mērķiem un darba videi. Ētiska prakse nosaka, ka konsultants veic efektīvas procedūras darbā ar klientiem un spēj nodrošināt pielietoto iejaukšanās teorētisko skaidrojumu savā praksē. Saskaņā ar labo praksi speciālists nevar izvēlēties ne pieņēmumus, ne metodes vai tehnikas nejaušā, fragmentārā kārtībā. Tātad var pamatoti apgalvot, ka integratīvi eklektiskas nostājas attīstīšana ir grūts, bet mūsdienās nepieciešams uzdevums.

2. nodaļa

Konsultēšana psihologa darbā

2.1. Psiholoģiskās konsultēšanas mērķis, robežas un struktūra

Konsultēšana ir psihologa profesionālās darbības viens no pamata uzdevumiem. Psiholoģiskās konsultēšanas galvenais **mērķis** ir palīdzēt klientam (atbilstoši profesionālās darbības videi – skolā, slimnīcā, valsts iestādē, uzņēmumā utt.) risināt psiholoģiskās grūtības, apzināt un izmantot resursus, t. i., izmainīt mazefektīvus uzvedības modeļus, sekmēt adaptācijas procesus, pārvarēt radušās grūtības, sasniegt izvirzītos mērķus u. tml. Psiholoģiskā konsultēšana aptver plašu metožu kopumu, kas palīdz klientiem (individīdiem, grupām, pāriem, ģimenēm, organizācijām, komandām) uzlabot viņu labizjūtu un dzīves kvalitāti, atvieglot distresa un dezadaptācijas pārdzīvošanu, atrisināt krīzes, attīstīt spēju labāk funkcionēt dzīvē u. c.

Iezīmējot psiholoģiskās konsultēšanas **robežas**, vispirms jāaktualizē jautājums, kas tiek aplūkots literatūrā: kas atšķir psiholoģisko konsultēšanu no psihoterapijas. Viena no atbildēm ir meklējama psiholoģiskās konsultēšanas un psihoterapijas salīdzinājumā, izmantojot “divpolu kontinuumu” ideju (*Bramer, Shosfonn, 1982*). Vienā polā atrodas psihologa darbs, kurā tiek strādāts ar situatīvajām problēmām, kas tiek risinātas apziņas līmenī un ir novērojamas klīniski veselīem cilvēkiem. Otrā polā ir psihoterapeita darbs, kura mērķis ir dziļa problēmu analīze, saistīta ar neapzinātajiem procesiem, personības dziļu pārstrukturēšanu.

Citu atbildi, analizējot dažādu autoru darbus (*Gelso, Fretz, 1992; Blocher, 1966*), sniedz psiholoģijas profesors no Lietuvas, pazīstamais eksistenciālās psihoterapijas pārstāvis Rimants Kočiūns (*Rimantas Kočiūnas*), izdalot šādas iezīmes raksturojumiem, kas atšķir psiholoģisko konsultēšanu no psihoterapijas (*Кочюнас, 1999*):

- psiholoģiskā konsultēšana ir orientēta uz klīniski veselu personību, uz cilvēkiem, kuriem ikdienas dzīvē ir psiholoģiskas grūtības, kā arī uz cilvēkiem, kas jūtas labi, tomēr tiecas uz personības izaugsmi;
- konsultēšana ir orientēta uz personības veselajiem aspektiem;
- konsultēšana biežāk orientējas uz klienta tagadni un nākotni;
- konsultēšana orientējas uz problēmām, kas radušās personības un vides mijiedarbībā;
- konsultēšanā tiek likts akcents uz vērtīgu konsultanta līdzdalību;
- konsultēšana ir virzīta uz uzvedības izmaiņu un personības attīstību.

Lai veiktu psiholoģisko konsultēšanu, vispirms ir nepieciešams konceptualizēt problēmu un to risināšanas stratēģiju. **Psiholoģiskajai konsultēšanai ir noteikta struktūra**, kas parasti katrā sesijā ietver ne mazāk kā trīs posmus: aktuālās situācijas izpēte un izvērtēšana, darbības vai psiholoģiskās iejaukšanās sadaļa, kā arī refleksija, novērtējums vai kopsavilkums. Atbilstoši profesionālās darbības jomai, tradīcijām (arī izglītības), pielietotajai teorijai un citiem aspektiem psiholoģiskās konsultēšanas struktūra dažādu speciālistu darbā var atšķirties.

Turpmāk labākai izpratnei tiks minēts viens no psiholoģiskās konsultēšanas struktūras modeļiem, kas, lai arī ir aprakstīts jau pagājušajā gadsimta otrajā pusē, tiek pielietots arī mūsdienās. Lai gan šis modelis lielā mērā ir formulēts, izmantojot kognitīvi biheiviorālo izteiksmes valodu, to dēvē par eklektisko modeli (*Gilliland, James, Bowman, 1989*). Saskaņā ar šo modeli psiholoģiskajā konsultēšanā var izdalīt sešas savstarpēji cieši saistītas stadijas.

Problēmas izpētes stadija. Psihologs izveido saikni ar klientu, sekmējot savstarpēju uzticēšanos: uzmanīgi uzklausa klientu (kurš izklāsta savu jautājumu, piemēram, kādu problēmsituāciju), izrādot sirsnību, empātiju un rūpes, un mudina klientu uz padziļinātu stāstījumu (piemēram, aprakstīt savas izjūtas).

Problēmas divdimensionālās definēšanas stadija. Psihologs cenšas precīzi raksturot klienta problēmu – tās sociālos, uzvedības, emocionālos un kognitīvos aspektus. Problēmas precizēšana turpinās, līdz gan klients, gan psihologs ir sasniedzis līdzīgu tās izpratni un ir iespējams formulēt psiholoģiskās konsultācijas mērķi. Precīza problēmas definēšana var būt saistīta ar tās iemeslu izpratni, un dažreiz – arī ar iespējamo tās risināšanas veida apzināšanu.

Alternatīvu identifikācijas stadija. Psihologs un klients apspriež problēmas risināšanas alternatīvas. Psihologs uzdod atvērtus jautājumus, mudinot klientu nosaukt variantus, kas, pēc viņa domām, varētu būt noderīgi un reāli, lai atrastu alternatīvas.

Plānošanas stadija. Šajā stadijā notiek kritiska risinājumu alternatīvu novērtēšana. Psihologs palīdz klientam izvērtēt, kuri risinājumi ir noderīgi un reālistiski, ņemot vērā pieredzi un spēju mainīties attiecīgajā mirklī. Būtiski ievērot, kā un ar kādu līdzekļu palīdzību klients varēs pārbaudīt izvēlētajā risinājuma iespējamību.

Darbības stadija. Šajā stadijā notiek secīga problēmu risināšanas plāna īstenošana. Psihologs, pielietojot noteiktas metodes un tehnikas (iejaukšanās), palīdz klientam īstenot plānoto rīcību, ņemot vērā apstākļus, “emocionālos izdevumus” u. c.

Novērtēšanas un atgriezeniskās saites stadija. Šajā stadijā klients kopā ar psihologu novērtē sasniegto mērķi – problēmas risināšanas pakāpi, kā arī apkopo sasniegtos rezultātus.

2.2. Psiholoģiskās konsultēšanas pamata metodes un tehnikas

Psiholoģiskās konsultēšanas metožu un tehniku (iejaukšanās) izvēle ir saistīta ne tikai ar psiholoģiskās konsultēšanas vidi un mērķi, bet arī ar psihologa teorētisko orientāciju (piemēram, kognitīvi biheiviorālo, humānistisko, integratīvi eklektisko). Dažādās psihologa profesionālās darbības jomās metožu un tehniku izvēle būs atšķirīga, bet jāuzsver, ka psihologs savā darbā ir tiesīgs izmantot tikai zinātniski pamatotas

metodes. Lai ilustrētu psiholoģisko konsultēšanu, izmantojot integratīvi eklektisko pieeju, var nosaukt dažus universālus psihologa darba instrumentus (kas, tiesa, atšķirīgā vidē var iegūt atšķirīgu skanējumu). R. Kočiūns (*Кочюнас*, 1999), apkopjot plašu literatūras avotu klāstu, ir nosaucis un aprakstījis vairākas psiholoģiskās konsultēšanas metodes un tehnikas: jautājumu uzdošana, atbalstīšana un nomierināšana, satura atspoguļošana – pārfrāzēšana un apkopošana, jūtu atspoguļošana, klusēšanas pauzes, informācijas sniegšana, interpretācija, konfrontācija u. c.

Jautājumu uzdošana. Tā ir svarīga psiholoģiskās konsultēšanas tehnika. Jautājumi sniedz iespēju saņemt informāciju par klientu un mudina veikt pašanalīzi. Izdala slēgtos un atvērtos jautājumus. Slēgtie jautājumi tiek izmantoti, lai iegūtu noteiktu informāciju, un paredz atbildi “jā” vai “nē”. Savukārt atvērtie jautājumi tiek izmantoti, lai veicinātu klienta situācijas analīzi, pašanalīzi u. tml. Atbildot uz atvērtu jautājumu, klients apraksta savu problēmu, savas izjūtas, domāšanu utt. Psiholoģiskajā konsultēšanā atvērtos jautājumus var izmantot, piemēram, situācijās, kad ir nepieciešams rosināt klientu turpināt vai papildināt teikto, pamudināt klientu raksturot savu problēmu, izmantojot piemērus, kas var palīdzēt psihologam labāk to saprast, un koncentrēt klienta uzmanību uz viņa jūtām, domām, attieksmēm (*Ivey*, 1971).

Atbalstīšana un nomierināšana. Pieņemšana un nomierināšana palīdz izveidot un stiprināt saikni. Plaši izmantota pieņemšanas tehnika ir tā saucamā “aha” piekrišana. Psihologa “aha” nozīmē “Es Jūs uzmanīgi klausos, turpiniet”. Savukārt tehnika, kas ir saistīta ar klienta atbalstīšanu, ir nomierināšana, kas klientam ļauj sev noticēt, piemēram, frāzes: “Jūs rīkojāties pareizi”, “Par to neuztraucieties”.

Satura atspoguļošana – pārfrāzēšana un apkopošana. Konsultēšanā psihologs “atspoguļo” klienta stāstītā saturu, pārfrāzējot vai apkopojot viņa teikto. Tas dod klientam iespēju izjust, ka viņu uzmanīgi uzklausa un saprot. Satura atspoguļošana palīdz klientam arī labāk sevi saprast.

Pārfrāzēšanai ir trīs galvenie mērķi (*Ivey*, 1971):

- 1) parādīt klientam, ka psihologs viņu uzmanīgi klausās un cenšas saprast;

- 2) noformulēt galveno klienta domu, atkārtojot klienta teikto koncentrētā veidā;
- 3) pārbaudīt, vai klienta teiktais ir pareizi saprasts.

Tāpat pārfrāzēšanā tiek pausta galvenā klienta doma īsākā, skaidrākā, konkrētākā formā. Savukārt apkopojumā tiek izteikta galvenā klienta doma, saistot vairākus klienta apgalvojumus. Apkopošana klientam palīdz sistematizēt domas.

Jūtu atspoguļošana. Atspoguļojot klienta jūtas, psihologs koncentrē savu uzmanību uz klienta stāsta subjektīvajiem aspektiem, tiecoties palīdzēt klientam izprast savas jūtas, izjust tās spēcīgāk un intensīvāk. No psihologa puses jūtu atspoguļošana prasa empātiju, spēju “dzirdēt” pozitīvas, negatīvas, ambivalentas jūtas, atspoguļojot tās – precīzi nosaucot, izmantojot jēdzienus, kas apzīmē dažādas klienta emocionālo pārdzīvojumu niansas.

Klusēšanas pauzes. Prasme izmantot klusēšanas pauzes ir vēl viena psiholoģiskās konsultēšanas tehnika. Var izdalīt vairākas klusēšanas nozīmes: klusēšanas pauzes var norādīt uz klienta trauksmi, viņa slikto pašizjūtu, apmulsumu; klusēšanas laikā var notikt klienta un konsultanta iekšējā aktivitāte, t. i., klients var meklēt nepieciešamos vārdus, analizēt, par ko tika runāts, bet psihologs var apdomāt notikušo sarunu un formulēt jautājumus; klusēšana var nozīmēt, ka gan klients, gan psihologs cer, ka sarunu turpinās otra puse; klusēšana var nozīmēt, ka gan klients, gan psihologs ir strupceļā un meklē jaunu sarunas virzienu; noteiktās situācijās klusēšana var norādīt uz klienta pretošanos psiholoģiskajai konsultēšanai; klusēšanas pauzes var norādīt, ka saruna notiek virspusējā līmenī un notiek izvairīšanās no svarīgu jautājumu apspriešanas; klusēšana var norādīt uz dziļu teiktā apkopošanu bez vārdiem.

Informācijas sniegšana. Svarīga psiholoģiskās konsultēšanas sastāvdaļa ir informācijas sniegšana klientam. Psihologs var izteikt savu viedokli, atbildēt uz klienta jautājumiem un informēt viņu par apspriestās problēmas dažādiem aspektiem.

Interpretācija. Interpretējot psihologs palīdz atklāt klienta stāsta latentu saturu.

Var izdalīt piecus interpretācijas tipus (Hill, 1986):

- 1) saikņu noteikšana starp atsevišķiem klienta apgalvojumiem, problēmām vai notikumiem, kuras rezultātā psihologs norāda uz problēmu savstarpējo saistību un uz klienta neadekvāto gaidu un prasību ietekmi uz problēmu rašanos;
- 2) kādu klienta uzvedības raksturojumu vai jūtu akcentēšana;
- 3) klienta psihisko aizsardzības mehānismu interpretācija;
- 4) tagadnes notikumu, domu un pārdzīvojumu sasaistīšana ar pagātni;
- 5) iespējas piedāvāšana klientam citādi izprast savas jūtas, uzvedību vai problēmas.

Konfrontācija. Vēl viena psiholoģiskās konsultēšanas tehnika ir konfrontācija. Psiholoģiskajā konsultēšanā konfrontācija tiek pielietota vismaz trīs gadījumos:

- 1) kad ir nepieciešams pievērst klienta uzmanību pretrunām viņa uzvedībā, domās, jūtās vai starp domām un jūtām, nodomiem un uzvedību u. tml.;
- 2) kad klientam ir jāpalīdz ieraudzīt situāciju tādu, kāda tā ir, un tādu, kādu to uztver klients saskaņā ar savām vajadzībām;
- 3) kad ir nepieciešams pievērst klienta uzmanību viņa izvairīgumam apspriest kādu problēmu (George, Cristiani, 1990).

Tātad savā darbā konsultēšanā psihologs izmanto noteiktas metodes un tehnikas (iejaukšanās), kas palīdz klientam izpētīt un risināt kādu problēmu, apzināties resursus u. tml. Darbā ar klientu psihologs visu laiku pielieto arī konsultēšanas strukturēšanu, t. i., veido attiecības ar klientu, izdala atsevišķus konsultēšanas etapus un organizē to rezultātu novērtēšanu, sniedz klientam informāciju par konsultēšanu. Vienlaikus ir jāuzsver, ka nodaļā minētais apraksts ir uztverams kā ilustrācija, jo katrā psihologa profesionālās darbības jomā ir sava specifika, darba metodes un tehnikas, ko nosaka katra klienta vajadzības. Piemēram, krīzes interence tiek strukturēta un īstenota citādi.²⁷

²⁷ Par krīzes intervences struktūru un īstenošanu vairāk sk.: Bite, Ratniece, 2016.

3. nodaļa

Konsultatīvā psiholoģija

Konsultatīvā psiholoģija ir profesionālās darbības joma, kuru raksturo konkrēta mērķauditorija, darba vide un psihologa darba saturs. Tā ir orientēta uz darbu ar nosacīti normāli funkcionējošiem indivīdiem, kuriem ir personības izaugsmes un adaptācijas problēmas. Tomēr konsultatīvajam psihologam ir jābūt gatavam sastapties arī ar cilvēkiem, kas ir jebkurā psiholoģiskās adaptācijas līmenī. Iespējams, konsultatīvā psiholoģija, kura sāka veidoties 20. gadsimta 40.–50. gados, radās tādēļ, ka cilvēki, kuriem netika novēroti klīniski traucējumi, tomēr meklēja psiholoģisku palīdzību, lai risinātu noteiktas grūtības savā ikdienā (*Кочюнас, 1999*).

Mūsdienās var vispārināti nosaukt vairākus konsultatīvā psihologa klienta mērķus: veicināt uzvedības izmaiņas, lai varētu dzīvot produktīvāk, izjust apmierinātību ar dzīvi, neraugoties uz kaut kādiem neizbēgamiem sociālajiem ierobežojumiem; attīstīt prasmi pārvarēt grūtības, sastopoties ar jauniem dzīves apstākļiem un prasībām; nodrošināt svarīgu lēmumu efektīvu pieņemšanu; attīstīt prasmi veidot un uzturēt attiecības; sekmēt personības potenciāla realizēšanos un attīstību (*Кочюнас, 1999*²⁸). Tas ir daudzlīmeņu darbs ar cilvēka jūtām, domām, uzvedību, aptverot viņa pieredzi, tagadni un nākotni, ar mērķi palīdzēt klientam saprast viņa dzīves telpā notiekošo un sasniegt izvirzīto mērķi, pamatojoties uz apzinātu izvēli emocionālu vai ar savstarpējām attiecībām saistītu problēmu risināšanā (*Burks, Steffire, 1979*).

²⁸ Atsauce ir uz R. Kočjūna grāmatu, kas veltīta psiholoģiskajai konsultēšanai, tomēr rakstītais saturiski ir attiecināms uz mūsdienu konsultatīvo psiholoģiju (autoru piezīme).

Profesionālās darbības jomu var uzskatīt par patstāvīgu, ja tā ir skaidri definēta, respektīvi, tai ir savs specifisks priekšmets, mērķi un mērķauditorija; tajā strādā speciālisti ar atbilstošu izglītību, kuri praktizē un apvienojas profesionālās biedrībās. Atbilstoši šiem kritērijiem konsultatīvā psiholoģija šodien tiek atzīta par patstāvīgu profesionālās darbības jomu daudzās pasaules valstīs, arī Latvijā (vairāk sk. 3.4. nodaļā). Par svarīgu mūsdienu konsultatīvo psihologu identitātes rādītāju tiek uzskatīts Konsultatīvās psiholoģijas nodaļas izveide Starptautiskajā lietišķās psiholoģijas asociācijā (*Division of Counseling Psychology in the International Association of Applied Psychology*), kas tika dibināta 2002. gadā (Leong, Savickas, 2007).

Konsultatīvās psiholoģijas attīstību katrā valstī ir ietekmējuši atšķirīgi faktori un nosacījumi. Turpmāk vispirms tiks aplūkota šīs zinātnes attīstība ASV un Apvienotajā Karalistē, jo tieši šīs valstis uzskatāmas par svarīgākajām konsultatīvās psiholoģijas attīstībā visā pasaulē. ASV un Apvienotajā Karalistē psihologu profesionālās apvienības ir izteikti sabiedriski aktīvas un arī publicē periodiskus zinātniskos žurnālus.

3.1. Konsultatīvās psiholoģijas rašanās vēsturiskie apstākļi

3.1.1. Konsultatīvās psiholoģijas rašanās ASV

Konsultatīvā psiholoģija ASV veidojās vairāku unikālu vēsturisku, sociālu, politisku un profesionālu faktoru sakritības rezultātā 20. gadsimta pirmajā pusē (Munley et al., 2004).

Īpaši var uzsvērt piecus galvenos vēsturiskos konsultatīvās psiholoģijas rašanās avotus: Franka Parsonsa (*Frank Parsons*, kā minēts Munley et al., 2004) darbus, kuros ir aprakstīts profesionālais atbalsts kā profesionālā orientācija, individuālā analīze un konsultēšana; tā saukto psihiskās higiēnas kustību 20. gadsimta sākumā; psihometrikas attīstību un individuālo atšķirību pētījumus; konsultēšanas un psihoterapijas izdalīšanu starp nemedicīniskām

pieejām²⁹, kas īpaši bija saistīts ar Karla Rodžersa (*Carl Rogers*) klasiskā darba “Konsultēšana un psihoterapija” (*Rogers, 1942*) ietekmi; sociālo un ekonomisko attīstību ASV pirms Otrā pasaules kara, tā laikā un pēc kara, kad miljoni veterānu, atgriežoties mājās, sastapās ar personīgās un profesionālās adaptācijas jautājumiem (*Whiteley, 1984*). Īpaši var izcelt kara veterānu resoru nozīmi konsultatīvās psiholoģijas izveidē ASV, tai atdaloties no klīniskās psiholoģijas. Turpmākajā izklāstā akcentēti daži nozīmīgi vēsturiski fakti.

1944. gadā divu vadošo ASV psihologu biedrību – Amerikas Psiholoģijas asociācijas (*American Psychological Association, APA*) un Amerikas Lietišķās psiholoģijas asociācijas (*American Association of Applied Psychology, AAAP*) Apvienotā konsultāciju komiteja, pamatojoties uz amerikāņu psihologu aptauju, noskaidroja 19 iespējamās APA nodaļas. 1945. gadā tika izveidota 17. nodaļa – Personības un atbalstošo psihologu nodaļa (*Division 17, Personal and Guidance Psychologists*), kuru drīz pārdēvēja par Konsultēšanas un atbalsta nodaļu (*Division of Counseling and Guidance*) (*Scott, 1980*).

Konsultatīvās psiholoģijas kā profesionālās darbības attīstību 40. gados būtiski ietekmēja klīniskās psiholoģijas un ASV Veterānu lietu organizācijas attīstība. Pēc Otrā pasaules kara ASV Sabiedrības veselības dienests (*US Public Health Service*) un Veterānu lietu organizācija (*Veterans Affairs*) piešķīra līdzekļus profesionālu psihologu sagatavošanai, tostarp ierosināja doktora disertācijas izstrādājošos klīniskos

²⁹ Šī gadsimta sākumā literatūrā plaši tiek izmantots jēdziens “psiholoģiskā terapija” (*psychological treatment*), kas apvieno dažādos psihoterapijas un konsultēšanas virzienus, pieejas un metodes. Pētījumos ir pierādīts, ka psiholoģiskā terapija palīdz daudzveidīgās situācijās – gan risinot ikdienišķus jautājumus, gan mainot ieilgušu neadaptīvu uzvedību, gan mazinot psihisko traucējumu simptomus. Tās pamatā, pirmkārt, ir uzticības un drošības atmosfēras veidošana, kas jau pati par sevi veicina izmaiņas cilvēka dzīvē. Otrkārt, svarīgi ir apzināties, ka psiholoģiskā palīdzība prasa laiku – vienmēr vismaz dažus mēnešus. Treškārt, mūsdienās dažādu virzienu pārstāvji, pamatojoties uz pierādījumiem balstīto praksi, bieži izmanto metodes (iejaukšanās), kuras ir atzītas par efektīvām noteiktu grūtību gadījumos (vairāk sk. ievadā: Bite, Mārtinsone, Subdraba, 2016).

psihologus sagatavot darbam slimnīcās. 1947. gadā APA pieprasīja izstrādāt un apstiprināt profesionālu psihologu sagatavošanas standartus (Baker, Benjamin, 2000). Tajā pašā gadā tika izveidota Klīnisko psihologu sagatavošanas komiteja (*Committee on Training in Clinical Psychology, CTCP*), kas izstrādāja rekomendācijas speciālistu izglītošanai klīniskajā psiholoģijā.

Līdz 1949. gadam Klīnisko psihologu sagatavošanas komiteja akreditēja 43 doktora studiju programmas un savā atskaitē atzīmēja, pirmkārt, progresu psihologu sagatavošanā, otrkārt, klīniskās tehnikas psiholoģijas teorijas un pētījumu metodoloģijā, treškārt, šauru fokusu klīniskajā sagatavošanā, kas galvenokārt aprobežojās ar praksi slimnīcās un klīnikās, kurās tika ārstēti pacienti ar nopietniem traucējumiem. 1949. gadā notika 15 dienu konference par absolventu izglītību klīniskajā psiholoģijā (*Conference on Graduate Education in Clinical Psychology (Boulder Conference)*) un klīnisko psihologu izglītošanai tika apstiprināts tā saucamais Boulder modelis (*Boulder model*).

50. gados sākās diskusijas starp Veterānu lietu komiteju, 12. nodaļas (klīnisko psihologu) pārstāvjiem un 17. nodaļas (konsultēšanas un atbalsta) speciālistiem par psihologa amatu izveidi medicīnas vidē ārpus tradicionālās klīniskās pieejas, kuras mērķis bija psihopatoloģijas ārstēšana. Ja 17. nodaļa, Konsultēšanas un atbalsta nodaļa, izstrādātu klīnisko psihologu standartam līdzīgus izglītības un prakses standartus konsultatīvajiem psihologiem, varētu izveidot jaunus amatus.

1951. gadā 17. nodaļa sponsorēja Konsultatīvo psihologu sagatavošanas Ziemeļrietumu konferenci (*Northwestern Conference on the Training of Counseling Psychologists*). Tieši šajā konferencē ASV tika ieviesti termini “**konsultatīvā psiholoģija**” (*counseling psychology*) un “**konsultatīvais psihologs**” (*counseling psychologist*) (Super, 1955).

Konferences dalībnieki sagatavoja konsultatīvo psihologu lom un funkciju aprakstu, izstrādāja rekomendācijas viņu izglītošanas praksei un pētniecībai, norādīja pamatnostādnes doktorantūras saturam konsultatīvajā psiholoģijā (APA, 1952a, 1952b), piedāvāja pārdēvēt nodaļu par Konsultatīvās psiholoģijas nodaļu (*Division of Counseling Psychology*) (APA, 1952a).

Svarīgākais Ziemeļrietumu konferences dalībnieku darba rezultāts bija:

- secinājums, ka konsultatīvo psihologu sagatavošanā liela nozīme ir pamata zināšanu un pamata darba metožu un tehniku apgūšanai;
- konsultatīvo psihologu lom un funkciju formulēšana: “Konsultatīvā psihologa profesionālais mērķis ir sekmēt cilvēka psiholoģisko attīstību. Tas ietver visus cilvēkus .. - no tiem, kas funkcionē pieļaujamā līmenī, līdz tiem, kas cieš no smagākiem traucējumiem. Konsultatīvais psihologs lielāko daļu sava laika pavada, strādājot ar normāliem cilvēkiem, tomēr viņiem ir jābūt gataviem strādāt ar cilvēkiem, kas ir jebkurā psiholoģiskās adaptācijas līmenī” (APA, 1952a, p. 175);
- ņemot vērā, ka galvenais konsultatīvo psihologu darba mērķis ir sekmēt optimālu personības funkcionēšanu, tika prognozēts, ka izglītības videi ir jāklūst par galveno konsultatīvo psihologu darbības jomu. Tomēr par konsultatīvo psihologu piemērotu vidi tika atzīta arī uzņēmējdarbība, slimnīcas, sabiedriskās organizācijas, profesionālā atbalsta un orientācijas centri, rehabilitācijas centri.

1952. gadā žurnālā “Amerikas Psihologs” (*“American Psychologist”*) tika publicētas konsultatīvo psihologu sagatavošanas rekomendācijas. Tajā pašā gadā APA padome (*APA Council*) nodrošināja Veterānu lietu komiteju ar universitāšu sarakstu, kuras ir gatavas un spējīgas sagatavot konsultatīvos psihologus.

1956. gadā tika publicēta atskaite “Konsultatīvā psiholoģija kā specialitāte”, kuru bija izstrādājusi komiteja saskaņā ar 17. nodaļas definīciju (APA, 1956).

Svarīgs konsultatīvās psiholoģijas attīstības posms 50. gados bija konsultatīvās psiholoģijas žurnāla (*Journal of Counselling Psychology, JCP*) izveidošana, kurš pirmoreiz tika publicēts 1954. gadā. Nozīmīgs notikums bija arī specializācijas nosaukuma izmaiņa diplomā - nosaukums “Konsultēšana un atbalsts” (*Counselling and Guidance*) tika nomainīts ar nosaukumu “Konsultatīvā psiholoģija” (*Counselling Psychology*) (APA, 1956).

60. gados konsultatīvās psiholoģijas attīstībā bija tā saucamā identitātes krīze, kas bija saistīta ar juridiskām diskusijām starp klīniskajiem un konsultatīvajiem psihologiem. Rezultātā 1964. gadā notika Otrā Nacionālā konsultatīvās psiholoģijas konference (*Greyston Conference*), kuru sponsorēja APA 17. nodaļa un kuras mērķis bija konsultatīvās psiholoģijas statusa un identitātes precizēšana. Konferences noslēguma atskaitē tika iekļautas rekomendācijas konsultatīvajiem psihologiem, 17. nodaļai, APA, universitātēm, kas piedāvā iegūt grādu psiholoģijā, organizācijām, kas nodrošina praksi un internatūru, un darba devējiem. Šī atskaite ietvēra pozitīvas rekomendācijas, lai celtu konsultatīvo psihologu sagatavošanas kvalitāti un atbalstītu konsultatīvās psiholoģijas kā profesijas atzīšanu.

60. gados bija arī citi svarīgi notikumi konsultatīvās psiholoģijas attīstībā ASV. 1967. gadā APA nopirka publicēšanas tiesības un sāka publicēt konsultatīvās psiholoģijas žurnālu (*Journal of Counseling Psychology, JCP*); 1968. gadā tika publicēts sabiedrībai izstrādāts buklets par konsultatīvo psiholoģiju (*Jordan et al., 1968*), kurā bija formulētas un precizētas konsultatīvo psihologu lomas un funkcijas: konsultatīvo psihologu lomas ir veikt zinātniskus pētījumus, izglītot, veikt administratīvo darbu, kā arī izpildīt korekcijas / rehabilitācijas (*remedial / rehabilitative*), preventīvā (*preventive*) un izglītojošā un attīstošā (*educative and developmental*) veidā.

1969. gadā Džons Vaitlijs (*John Whiteley*) ar APA 17. nodaļas atbalstu izveidoja žurnālu "Konsultatīvais Psihologs" (*The Counselling Psychologist, TCP*). Attiecīgi kopš 70. gadiem konsultatīvo psiholoģiju ASV pārstāv divi žurnāli.

70. un 80. gados konsultatīvā psiholoģija ASV turpināja attīstīties sociālo, profesionālo un kultūras izmaiņu ietekmē. Kļuva aktuāls jautājums par psihologu licencēšanu. 1974. gadā, atbildot uz APA pieprasījumu, Amerikas Profesionālās psiholoģijas komisija (*American Board of Professional Psychology, ABPP*) izveidoja Nacionālo veselības dienesta psiholoģijas pārstāvju reģistru (*National Register of Health Service Providers in Psychology, NR*) (*Wellner, 1984*). Kopš 1978. gada janvāra, lai speciālists tiktu iekļauts šajā reģistrā, viņam bija jābūt Valsts psiholoģijas

eksaminācijas komisijas (*State Board of Examiners of Psychology*) licencētam vai sertificētam, kā arī bija jābūt akreditētā iestādē iegūtam doktora grādam psiholoģijā. 80. gadu laikā bija nodibinātas un akreditētas daudzas konsultatīvo psihologu izglītības programmas.³⁰

Konsultatīvās psiholoģijas attīstībā liela nozīme bija konsultatīvo psihologu pieaugošajai interesei par privātpraksi, kas psihologiem nodrošināja tiesības sniegt finansiāli atlīdzinātus pakalpojumus neatkarīgi no oficiālajām veselības aprūpes iestādēm.

1987. gadā ASV Atlantā notika trešā Nacionālā konsultatīvās psiholoģijas konference. Konferencē galvenie apspriestie jautājumi bija: konsultatīvās psiholoģijas sabiedriskais tēls, profesionālā prakse dažādās vidēs, sagatavošana un akreditācija, konsultatīvās psiholoģijas pētījumi, kā arī organizatoriskie un politiskie jautājumi. Noslēgums, rekomendācijas un darbības plāni tika publicēti 1988. gada žurnālā "Konsultatīvais Psihologs" (*Weissberg et al.*, 1988). Par svarīgākajām konferences tēmām tika atzītas zinātniski praktiskā, zinātniski profesionālā modeļa nozīme un konsultatīvo psihologu darbības jomu noteikšana. Par konsultatīvo psihologu profesionālās darbības jomām tika atzīta prevencija, profilakse (*prevention*), attīstība dzīves laikā (*lifespan development*), profesionālā attīstība (angl. *vocational development*) un prasmju attīstība (*skill-building*). Par vēl vienu svarīgu konsultatīvo psihologu darbības jomu kļuva darbs ar kultūras, etniskajām, dzimuma un citām atšķirībām.

80. gados tika apspriesti jautājumi par konsultatīvās psiholoģijas pētījumu paradigmu dažādību. Konsultatīvajiem psihologiem tiek rekomendēts biežāk savā darbā izmantot kvalitatīvas pētījuma metodes (*Hill, Gronsky, 1984; Hoshmand, 1989; Howard, 1984; Polkinghorne, 1984*). Tomēr Pētnieciskā grupa (*Research Group*) konferencē Atlantā rekomendēja un atzina visu metodoloģijas un pētījumu veidu izmantošanu konsultatīvajā psiholoģijā (*Gelso et al.*, 1988).

³⁰ Konsultatīvās psiholoģijas akreditētu doktora studiju programmu skaita pieauguma rādītāji ASV (līdz 2004. gadam) ir šādi: 1964. gadā – 24 programmas, 1971. gadā – 21 programma, 1980. gadā – 27 programmas, 1985. gadā – 44 programmas, 1990. gadā – 59 programmas, 1995. gadā – 67 programmas, 2003. gadā – 72 programmas (*Munley et al.*, 2004).

90. gados viens no svarīgākajiem notikumiem konsultatīvās psiholoģijas attīstībā notika 1995. gadā – Profesionālās psiholoģijas specialitāšu un profesiju atzīšanas komisijas (*Commission for the Recognition of Specialties and Proficiencies in Professional Psychology, CRSPPP*) dibināšana. Šī komisija ieviesa specialitāšu un profesiju atzīšanas formālu procesu profesionālajā psiholoģijā (Nelson, 1999). 1997. gadā APA 17. nodaļa un Profesionālās psiholoģijas specialitāšu un profesiju atzīšanas komisijas apstiprināja konsultatīvo psihologu sagatavošanas modeli, un 1999. gadā APA konsultatīvo psiholoģiju formāli atzina par specialitāti (APA, 1999).

Par šodienas situāciju konsultatīvajā psiholoģijā ASV lasiet 3.1.1. nodaļā.

3.1.2. Konsultatīvās psiholoģijas attīstība Apvienotajā Karalistē

Konsultatīvā psiholoģija kā profesionālās darbības joma strauji attīstījās arī Apvienotajā Karalistē. Šajā valstī tā uzplauka 70. gadu beigās, un par tās pārstāvjiem sākotnēji kļuva praktiķi, kuri bija izglītoti kā konsultanti vai psihoterapeiti³¹ pēc pamata studiju beigšanas (Strawbridge, Woolfe, 2010). Viņu prakse atšķīrās no citu profesionāļu praktiskās darbības, piemēram, no klīniskajiem psihologiem, jo šo konsultantu uzmanības lokā bija personības attīstība un no distresa cietušu cilvēku labklājība (Ramsey-Wade, 2014).

Konsultatīvā psiholoģija Apvienotajā Karalistē oficiāli tika padarīta par profesionālu jomu 1982. gadā, kad Britu psihologu biedrībā (*British Psychological Society, BPS*) tika izveidota konsultatīvās psiholoģijas sekcija (*section*), bet pēc 12 gadiem, proti, 1994. gadā, Konsultatīvās psiholoģijas nodaļa (*Counselling Psychology Division*) (James, 2013; Strawbridge, Woolfe, 2010).

³¹ Atšķirībā no vairākām citām Eiropas valstīm Apvienotajā Karalistē jēdziens “psihoterapija” neattiecas tikai uz ārstu praksi (vairāk sk.: Ratniece, 2016). Psihoterapiju var apgūt salīdzinoši īsā laikā, piemēram, mākslas psihoterapeiti mācās divus gadus.

Konsultatīvās psiholoģijas attīstību Apvienotajā Karalistē ietekmēja daudz faktoru, kas noteica tās saturu: psihoterapijas attīstība Eiropā 20. gadsimta sākumā; konsultatīvās psiholoģijas attīstība ASV, sākot ar 50. gadiem, īpaši Karla Rodžersa darbi; klīniskās psiholoģijas attīstība u. c. (*James, 2013*). Konsultatīvās psiholoģijas formēšanās ASV kļuva par konsultatīvās psiholoģijas attīstības kritēriju atskaites punktu arī Apvienotajā Karalistē. Abās valstīs konsultatīvā psiholoģija tika izveidota un atzīta pēc klīniskās psiholoģijas izveidošanas un atzīšanas un savā veidā no tās atdalījās.

3.2. Mūsdienu konsultatīvās psiholoģijas raksturojums: dažādu valstu pieredze

3.2.1. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija ASV

Mūsdienās konsultatīvo psiholoģiju ASV pārstāv Konsultatīvās psiholoģijas biedrība (*Society of Counseling Psychology, SCP*), kas ir Amerikas Psihologu asociācijas nodaļa (*American Psychological Association, APA*). Šī biedrība ir profesionāla organizācija ar vairāk nekā diviem tūkstošiem biedru un asociēto biedru.

ASV Konsultatīvās psiholoģijas biedrības misija ir:

- turpināt izstrādāt un attīstīt konsultatīvās psiholoģijas apakšnozari saskaņā ar psiholoģijas zinātnes un profesijas attīstību un sociālo problēmu izmaiņām;
- apvienot psihologus, kas specializējas un/vai izrāda interesi par konsultatīvo psiholoģiju;
- aizstāvēt konsultatīvo psiholoģiju gan psiholoģijas disciplīnas ietvaros, gan sabiedrībā, kā arī nodrošināt līderību visos jautājumos, kas ir saistīti ar konsultatīvās psiholoģijas labklājību un attīstību;
- atbalstīt un veicināt biedru raksturojumu, darba vides, lomu un aktivitāšu dažādību;
- sekmēt zinātnes un prakses integrāciju, kā arī veicināt turpmāko izvērtējošo, zinātnisko un lietišķo aktivitāšu skaita pieaugumu konsultatīvajā psiholoģijā;

- izstrādāt, virzīt un atbalstīt konsultatīvo psihologu izglītību un sagatavošanu viņu profesionālajā ceļā;
- noteikt un atbalstīt konsultatīvo psihologu piedāvātos profesionālo pakalpojumu standartus;
- sekmēt konsultatīvās psiholoģijas pielietošanu sabiedrības interesēs.

Šobrīd Konsultatīvo psihologu biedrībā ir 14 sekcijas un deviņas speciālas interešu grupas, kas ir izveidotas, pamatojoties uz dažādām tematiskām interesēm konsultatīvajā psiholoģijā. Konsultatīvo psihologu biedrība izdod savu žurnālu – “Konsultatīvais Psihologs”, kā arī savu “Jaunumu Biļetenu” (“*Newsletter*”), kas ir elektroniski pieejams biedrības mājaslapā.

Konsultatīvo psihologu biedrība ir izstrādājusi šādu **konsultatīvās psiholoģijas definīciju**: konsultatīvā psiholoģija ir vispārējās prakses un veselības aprūpes dienesta specializācija profesionālās psiholoģijas jomā. Tās uzmanības lokā ir jautājumi par to, kā cilvēki funkcionē kā personības, kā arī savstarpējās attiecības ar citiem cilvēkiem visās vecuma grupās. Konsultatīvajā psiholoģijā strādā ar emocionālām un sociālām grūtībām, grūtībām, kas saistītas ar darbu, mācībām skolā un fizisko veselību cilvēkiem dažādos savas dzīves posmos. Turklāt konsultatīvā psiholoģija koncentrējas uz tipiskām stresa situācijām un nopietnākām problēmām, ar ko cilvēki sastopas kā indivīdi, ģimenes, grupu un organizāciju locekļi. Konsultatīvie psihologi palīdz cilvēkiem, kas pārdzīvo fiziskas, emocionālas un psihiskas veselības problēmas, uzlabot viņu labklājības izjūtu, samazināt distresa līmeni un atrisināt krīzes. Konsultatīvie psihologi nodrošina nopietnāku psiholoģisku simptomu izvērtēšanu, diagnostiku un ārstēšanu (*American Psychological Association*, 2016).

Visās cilvēka attīstības stadijās (bērnībā, pusaudžu vecumā, briedumā un senioru vecumā) konsultatīvie psihologi vērš uzmanību uz četriem aspektiem (*Society of Counseling Psychology*, 2016): uz veselīgajiem aspektiem un klienta stiprajām pusēm – klienta resursiem (neatkarīgi no tā, vai klients ir indivīds, pāris, ģimene, grupa vai organizācija); uz vides un situāciju ietekmi (tam, kā kultūra, dzimums un dzīvesveids veido pieredzi un rada grūtības); uz atšķirībām un sociālas līdztiesības problēmām; uz karjeras un darba nozīmi.

Problēmas, ar kurām strādā konsultatīvie psihologi, tiek aplūkotas no attīstības – cilvēka dzīves ceļa (*lifespan*) –, vides un kultūras perspektīvas. Problēmu saraksts iekļauj adaptācijas jautājumus (piemēram, skolas un karjeras adaptācija); lēmumu pieņemšanu karjeras un darba jautājumos, dažādu pārejas posmu (piemēram, skola–darbs–pensija) pārdzīvošanu; grūtības, kas saistītas ar attiecībām, ieskaitot ģimenes grūtības; mācību prasmju trūkumu; stresa vadīšanu un negatīvu dzīves notikumu pārvarēšanu; organizāciju problēmas; pielāgošanos fiziskai invaliditātei, slimībai vai traumai un to pārvarēšanu; personīgo un sociālo adaptāciju; identitātes attīstību; pastāvīgas ar citiem cilvēkiem saistītas grūtības; psihiskos traucējumus. Saskaņā ar Amerikas psiholoģijas asociāciju saraksts neaprobežojas vien ar iepriekš minētajām problēmām, ar ko konsultatīvie psihologi mēdz sastapties savā darbā (*Society of Counseling Psychology*, 2016).

Konsultatīvo psihologu biedrība (*Society of Counseling Psychology*, 2016) ir nosaukusi savu **mērķauditoriju** – klienti, ar ko strādā konsultatīvie psihologi, var būt atsevišķi indivīdi, grupas (ieskaitot pārus un ģimenes) un organizācijas. Respektīvi, konsultatīvie psihologi strādā ar atsevišķiem klientiem visās vecuma grupās, piemēram, ar bērniem ar uzvedības problēmām; pusaudžiem, kurus uztrauc izglītības un karjeras jautājumi vai kuriem ir alkohola un narkotiku lietošanas problēmas; pieaugušajiem, kas saskārušies ar grūtībām laulības vai ģimenes dzīvē, karjeras izmaiņām vai invaliditāti; cilvēkiem gados, kas pārdzīvo aiziešanu pensijā. Konsultatīvie psihologi strādā ar grupām, sniedzot palīdzību risinājumu meklēšanā, kas saistīti ar iepriekšminētajām problēmām, kā arī ar mērķi uzlabot grupas dalībnieku personisko un interpersonālo funkcionēšanu. Konsultatīvie psihologi konsultē organizācijas (piemēram, uzņēmumus) un darba grupas ar mērķi sniegt palīdzību darba vides uzlabošanā, kur cilvēki varētu rezultatīvi strādāt, bet organizācijas – paaugstināt savu produktivitāti un efektivitāti.

Konsultatīvie psihologi ir nodarbināti dažādās **darba vidēs**. Saskaņā ar Konsultatīvo psihologu biedrības datiem (*Society of Counseling Psychology*, 2016) konsultatīvie psihologi ir nodarbināti un strādā koleģiskās un universitātēs par pasniedzējiem, supervizoriem, pētniekiem. Viņi strādā par praktiķiem (bieži privātpraksē), sniedzot konsultācijas

un veicot psiholoģisko izpēti. Tāpat viņi strādā konsultatīvajos dienestos, kas sniedz pakalpojumus atsevišķiem indivīdiem, ģimenēm, grupām, organizācijām. Šādi dienesti var būt organizēti psihiskās veselības centros, Veterānu lietu administrācijas medicīnas centros un citās medicīniskajās iestādēs, ģimenes palīdzības dienestos, veselības aprūpes organizācijās, rehabilitācijas organizācijās, uzņēmumos, ražošanas organizācijās, kā arī organizācijās, kas veic privātpraksi.

3.2.2. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija Apvienotajā Karalistē

Apvienotajā Karalistē konsultatīvo psiholoģiju pārstāv Britu psiholoģijas biedrības Konsultatīvās psiholoģijas nodaļa (*Division of Counselling Psychology of the British Psychological Society*), un tā izdod žurnālu "Konsultatīvās Psiholoģijas Pārskats" (*Counselling Psychology Review*).

Britu psiholoģijas biedrība (*British Psychological Society*, 2016) definē konsultatīvo psiholoģiju šādi: konsultatīvā psiholoģija ir virzīta uz darbu ar klientu ar mērķi izpētīt psihiskās veselības problēmas un to rašanās iemeslus. Konsultatīvie psihologi strādā ar plašu problēmu loku, tostarp smagiem zaudējumiem, bijušajās vai esošajās attiecībās, psihiskās veselības problēmām un traucējumiem. Konsultatīvie psihologi strādā gan ar pieaugušajiem, gan ar bērniem.

Britu psiholoģijas biedrības Konsultatīvās psiholoģijas nodaļa atzīmē, ka konsultatīvā psiholoģija attīstījās kā profesionālās psiholoģiskās prakses atzars humanitāro zinātņu jomā veikto pētījumu, kā arī galveno psihoterapeitisko tradīciju ietekmē (*British Psychological Society*, 2012). Konsultatīvā psiholoģija papildina un attīstīta prakses fenomenoloģiskos modeļus tradicionālajā zinātniskajā psiholoģijā.

Saskaņā ar šiem modeļiem psihologi tiecas:

- ņemt vērā un strādāt ar subjektivitāti un intersubjektivitāti, vērtībām un pārliecībām;
- empātiski pētīt un cienīt pirmās personas stāstus (*first person accounts*) – autobiogrāfijas, dienasgrāmatas, vēstules u. tml. kā uzticamus informācijas avotus;

- skaidrot un saskaņot uztveri un pasaules skatījumu, nepieļaujot automātisku kāda viena noteikta pārdzīvojumu pieredzes, vērtību atklāšanas un zināšanu iegūšanas veida pārākumu;
- veikt praksi, kurā varētu integrēt profesionālās praktiskās vērtības, kas pamatojas uz pētījumiem, kā arī profesionālo meistarību;
- atzīt sociālo kontekstu un diskriminācijas nozīmi, demonstrēt augstus antidiskriminācijas prakses standartus, atbilstošus mūsdienu sabiedrības plurālistiskajai būtībai.

Apvienotajā Karalistē konsultatīvā psiholoģija strauji attīstās. Piemēram, 2016. gadā Britu psiholoģijas biedrības Konsultatīvās psiholoģijas nodaļā ir vairāk nekā 900 praktikantu, kas, beidzot studijas, tiks reģistrēti kā psihologi un tiks atzīti par pilntiesīgiem šīs biedrības locekļiem (*McIntosh, Nicholas, 2016*). Biedrība saviem locekļiem palīdz atrast darbu. Apvienotajā Karalistē konsultatīvie psihologi tiek nodarbināti un strādā Valsts veselības aprūpes dienestā un privātp praksē (*McIntosh, Nicholas, 2016*). Tomēr galvenokārt konsultatīvie psihologi Apvienotajā Karalistē ir nodarbināti privātp praksē (*Van Scoyoc, 2005*).

3.2.3. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija Kanādā

Konsultatīvās psiholoģijas attīstību Kanādā ir ietekmējušas divas nacionālas organizācijas: Kanādas Psiholoģijas asociācija (*Canadian Psychological Association, CPA*) un Kanādas Konsultatīvā asociācija (*Canadian Counselling Association, CCA*) (*Lalande, 2004*).

Kanādas Psiholoģijas asociācija un reģionālās psiholoģiskās organizācijas ir tieši saistītas ar profesionālo psiholoģiju un apskata konsultatīvo psiholoģiju kā vienu no psiholoģijas specializācijām. Kanādas Konsultatīvā asociācija būtiski ietekmē konsultatīvās psiholoģijas, kopīgo konsultēšanas principu un metožu attīstību (*Canadian Counselling Association, 2000*). Kanādā konsultatīvie psihologi var būt vienas vai otras asociācijas biedri (*Hiebert, Uhlemann, 1993*).

Kanādā nav izveidota vienota konsultatīvās psiholoģijas definīcija (*Lalande, 2004*), tomēr daudzas organizācijas un pētnieki ir mēģinājuši iezīmēt konsultatīvās psiholoģijas būtību. Tā, pamatojoties uz Kanādas

Psiholoģijas asociācijas Konsultatīvās psiholoģijas sekcijas (*Section of Counselling Psychology*) biedru aptauju, tika izstrādāta šāda definīcija: konsultatīvā psiholoģija ir psiholoģijas specializācija, kuras pārstāvji nodrošina galvenokārt korigējošu vai rehabilitējošu un profilaktisku palīdzību “normāliem” klientiem, kas pārdzīvo ar attīstību vai personības dzīves krīzēm saistītas problēmas (*Hiebert, Uhlemann, 1993*).

1995. gadā Ričards Jangs (*Richard Young*), konsultatīvās psiholoģijas profesors Britu Kolumbijas universitātē (*University of British Columbia*) Kanādā, apspriežot konsultatīvo psihologu sagatavošanas mācību programmas standartu pieņemšanas nepieciešamību, uzsvēra, ka, lai aprakstītu konsultatīvo psiholoģiju, ir jāapraksta konsultatīvo psihologu galvenās klientu grupas, jāraksturo galvenās izpētes un izvērtēšanas metodes, kā arī tas, kā konsultatīvajā psiholoģijā tiek konceptualizētas problēmas un to risināšanas ceļi (*Young, 1995a*). Mēģinot tikt galā ar šo uzdevumu, konsultatīvo psihologu klienti tika raksturoti kā salīdzinoši labi funkcionējoši cilvēki. Konsultatīvo psihologu darbībā ietilpst klientu psiholoģiskās attīstības novērtēšana, viņu personības attīstības konteksta un dzīvi ietekmējošo stresa avotu izpēte. Problēmas un to risinājumi galvenokārt tiek formulēti saskaņā ar klienta apzinātajiem procesiem – konsultatīvā psihologa darbs ir virzīts uz to, lai sekmētu adaptīvu risinājumu pieņemšanu un mērķtiecīgu pašregulāciju. R. Jangs arī atzīmēja, ka konsultatīvā psiholoģija sniedz būtisku ieguldījumu pētniecībā un praksē divās jomās, proti, karjeras attīstības un konsultēšanas un multikulturālās konsultēšanas jomā. Konsultatīvās psiholoģijas priekšmets ir cilvēku dzīves pieredze (*Young, 1995b*).

Ontario Psiholoģijas koledža savukārt piedāvā šādu konsultatīvās psiholoģijas **definīciju**: konsultatīvā psiholoģija ir psiholoģijas joma, kuras mērķis ir veicināt un uzlabot cilvēku normālu funkcionēšanu, palīdzot viņiem risināt problēmas, pieņemt lēmumus un pārvarēt ikdienas stresu; konsultatīvie psihologi galvenokārt strādā ar labi adaptētiem cilvēkiem (*College of Psychologists of Ontario, 2002*).

Kanādā konsultatīvā psiholoģija ir atzīta par vienu no praktiskās profesionālās psiholoģijas specializācijām (*Young, Nicol, 2007*).

3.2.4. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija Austrālijā

Austrālijā konsultatīvā psiholoģija attīstās kopš 20. gadsimta 70. gadiem (*Di Mattia, Grant, 2016*). Pirmoreiz 1970. gadā *Rose Committee* ziņojumā bija pausts, ka Austrālijas Psihologu biedrībā (*Australian Psychology Society, APS*) notiek diskusija par konsultatīvo psiholoģiju, konsultatīvo psihologu sagatavošanas standartu noteikšanu un konsultatīvo psihologu lomu Austrālijā. Šajā diskusijā tika uzsvērtā nepieciešamība sniegt psiholoģiskus pakalpojumus visu sabiedrības slāņu pārstāvjiem, kuri pārdzīvo nelabvēlīgus dzīves notikumus.

Sākotnēji konsultatīvās psiholoģijas definīcijas akcentēja, ka konsultatīvās psiholoģijas mērķis ir apzināt iespēju piedāvāt psiholoģiskos pakalpojumus papildus pakalpojumiem, ko piedāvā klīniskie psihologi (*Grant, Mullings, Denham, 2008*). Šobrīd Austrālijā konsultatīvo psiholoģiju oficiāli pārstāv Konsultatīvo psihologu koledža (*College of Counselling Psychologists*). 1976. gadā Austrālijas psihologu biedrībā tika izveidota Konsultatīvo psihologu nodaļa (*APS Division of Counselling Psychologists*), kas 1983. gadā tika nosaukta par Konsultatīvo psihologu padomi (*Board of Counselling Psychologists*), bet 1993. gadā – par Konsultatīvo psihologu koledžu. Šobrīd Austrālijas Psihologu biedrības biedru skaits pārsniedz 21 000 (*Di Mattia, Grant, 2016*), savukārt Konsultatīvo psihologu koledžas biedru skaits 2015. gada augustā sasniedza 986 biedrus (*APS College of Counselling Psychologists, 2016*).

Konsultatīvo psihologu koledža piedāvā šādu konsultatīvās psiholoģijas definīciju: konsultatīvie psihologi izmanto savas zināšanas un prasmes psiholoģijā, psihoterapijā un psihiskās veselības jomā darbam ar plaša spektra psiholoģiskām grūtībām, problēmām un psihiskās veselības traucējumiem. Viņi nodrošina izvērtēšanu un izpēti, diagnostiku un psihoterapiju³² atsevišķiem indivīdiem, pāriem, ģimenēm un grupām. Viņi palīdz klientam pārvarēt psihiskās veselības traucējumus vai psiholoģiskās problēmas un veicina atveseļošanos. Konsultatīvie psihologi

³² Arī šajā gadījumā atšķirībā no vairākām citām valstīm Austrālijā jēdziens “psihoterapija” neattiecas tikai uz ārstu praksi.

pēta, izvērtē un attīsta jaunas psiholoģiskās veselības uzlabošanas metodes, kā arī preventīvās metodes – psihisko problēmu un traucējumu profilakses metodes. Konsultatīvos psihologus izceļ īpaša filozofiska pozīcija – viņi atzīst cilvēku (klientu), kas atrodas dažādos funkcionēšanas līmeņos, iekšējo spēku un resursus, kā arī sadarbojas ar cilvēkiem (klientiem), veidojot terapeitiskas attiecības ar mērķi sasniegt būtiskas, jēgpilnas izmaiņas (*APS College of Counselling Psychologists*, 2016).

Konsultatīvo psihologu koledžas pārstāvji ir paziņojuši, ka konsultatīvo psihologu pakalpojumu patērētāji, t. i., klienti, ir indivīdi, grupas un organizācijas, pāri, ģimenes, kā arī medicīnā un veselības aprūpes jomā nodarbinātie speciālisti, sabiedriskās grupas, nacionālās, valsts vai lokālās valstiskās un nevalstiskās organizācijas, labklājības dienesti, mācību iestādes u. c. Konsultatīvo psihologu pakalpojumi ietver izvērtēšanu un tādas psiholoģiskās palīdzības nodrošināšanu, kas ir saistīta ar plašu grūtību un traucējumu spektru, ieskaitot tādas kā, piemēram, trauksme, depresija, posttraumatiskā stresa traucējumi, sēras un zaudējums attiecībās, vardarbība ģimenē, seksuālā vardarbība un trauma, karjeras attīstība, traucējumi, kas saistīti ar psihoaktīvo vielu lietošanu, ēšanas traucējumi, personības traucējumi (*APS College of Counselling Psychologists*, 2016). Tātad Austrālijā konsultatīvie psihologi ir nodarbināti dažādās profesionālajās vidēs un apmēram puse konsultatīvo psihologu strādā privātpraksē (*Goodyear et al.*, 2016).

3.2.5. Mūsdienu konsultatīvā psiholoģija cītās pasaules valstīs

ASV, Apvienotā Karaliste, Kanāda un Austrālija nav vienīgās valstis, kurās strauji attīstās konsultatīvā psiholoģija. Konsultatīvā psiholoģija kā specializācija tiek atzīta arī **Jaunzēlandē** (*Farrell*, 2013; *Pelling*, *Proeve*, 2006; *Scherman*, *Feather*, 2013). 2003. gadā tika izveidots Jaunzēlandes Psiholoģiskās biedrības Konsultatīvās psiholoģijas institūts (*New Zealand Psychological Society's Institute of Counselling Psychology*). Savukārt Jaunzēlandes Psihologu biedrība piedāvā šādu konsultatīvās psiholoģijas definīciju: konsultatīvā psiholoģija ir psiholoģijas specializācija, kurā izmanto un pielieto psiholoģijas zināšanas un pētījumu rezultātus darbā

ar atsevišķiem indivīdiem, grupām un organizācijām. Konsultatīvie psihologi palīdz klientiem, kuri pārdzīvo tipiskas un netipiskas dzīves problēmas, uzlabot viņu personisko, sociālo, izglītojošo un profesionālo funkcionēšanu (*New Zealand Psychological Society*, 2012).

Īrijā konsultatīvo psiholoģiju oficiāli pārstāv Īrijas Psihologu biedrības Konsultatīvās psiholoģijas nodaļa (*Division of Counselling Psychology DCoP of the Psychological Society of Ireland*), kas piedāvā šādu definīciju: konsultatīvā psiholoģija kā psiholoģijas specializācija sekmē personisko un starppersonu funkcionēšanas uzlabošanu visās dzīves laikā, vēršot uzmanību uz emocionālām, sociālām, profesionālām, ar izglītību, veselību un attīstību saistītām problēmām (*The Psychological Society of Ireland*, 2016). Īrijā konsultatīvie psihologi ir nodarbināti dažādās darba vidēs, tādās kā, piemēram, skolās, koledžās, veselības aprūpes dienestos, un strādā ar tādām problēmām kā, piemēram, identitāte, smags zaudējums, problēmas attiecībās, seksuāla un emocionāla vardarbība (*The Psychological Society of Ireland*, 2016).

Kā redzams, dažādu valstu konsultatīvie psihologi apvienojas profesionālās organizācijās, izdod zinātniskus periodiskus izdevumus, kuros publicē pētījumu rezultātus, un organizē konferences, kurās apspriež aktuālos jautājumus konsultatīvajā psiholoģijā. Viens no svarīgākajiem apspriestajiem jautājumiem ir konsultatīvo psihologu identitāte un konsultatīvās psiholoģijas definīcijas precizēšana. Iepriekš apskatītie piemēri par dažādu valstu pieredzi ļauj secināt, ka šobrīd nepastāv viena visu atzīta konsultatīvās psiholoģijas definīcija, to ietekmē katras valsts psiholoģijas attīstības nosacījumi, sociāli politiskie fakti un normatīvais regulējums.

3.3. Mūsdienu konsultatīvie psihologi un viņu profesionālās identitātes raksturojums

Lai gan konsultatīvās psiholoģijas definīcijas, teorētiskās pieejas, profesionālās darbības vides raksturojumi, izglītības un profesionālās sagatavošanas prasības un saturs ir atšķirīgs dažādās valstīs, ir vērojami centieni formulēt kopīgos šīs jomas raksturojumus. Rods Gudjers

ar kolēģiem (Rod Goodyear et al., 2016), pamatojoties uz pētījuma rezultātiem, izveidoja “konsultatīvo psihologu portretu”, raksturojot viņu sociāli demogrāfisko un profesionālās darbības vidi, galvenās profesionālās aktivitātes, pamata teorētisko orientāciju, apmierinātību ar karjeras izvēli un izglītību, kā arī noteica galvenās profesionālās vērtības un aprakstīja profesionālo identitāti. Šis pētījums tika veikts astoņās valstīs, proti, Austrālijā, Kanādā, Jaunzēlandē, Dienvidāfrikas Republikā, Ziemeļkorejā, Taivānā, Apvienotajā Karalistē un ASV. Pētījuma rezultāti ir atspoguļoti turpmākajā izklāstā.

Sociāli demogrāfiskais raksturojums. Lielākā daļa konsultatīvo psihologu visās valstīs ir sievietes. Vidējais konsultatīvo psihologu vecums variē atkarībā no valsts: pats jaunākais konsultatīvo psihologu vidējais vecums ir Dienvidkorejā ($M = 37,7$), bet vislielākais – Austrālijā ($M = 55,1$). Konsultatīvie psihologi ir ieguvuši bakalaura, maģistra vai doktora grādu.

Profesionālās darbības vide. Konsultatīvie psihologi strādā dažādās vidēs: universitāšu konsultatīvie centri, privātpraksēs, izglītības jomā, arī par akadēmisko personālu universitātēs vai profesionālās psiholoģijas mācību iestādēs. Lielākā daļa konsultatīvo psihologu ir arī praktiķi. ASV liela daļa konsultatīvo psihologu strādā akadēmiskā vidē.

Profesionālās aktivitātes. Lielākā daļa konsultatīvo psihologu visās astoņās valstīs par galveno profesionālo aktivitāti nosauca administratīvo darbu / vadību un konsultēšanu vai terapiju. Konsultatīvie psihologi ir iesaistīti arī supervīzijā, izglītošanā, personības un intelekta izpētē, karjeras konsultēšanā. Lielāko daļu darba laika konsultatīvie psihologi velta konsultēšanai un psihoterapijai.

Profesionālā teorētiskā orientācija. Svarīgs konsultatīvo psihologu darba aspekts ir teorētiskā orientācija. Pētījums parāda, ka tieši psihoterapijas teorijas nodrošina pamata prizmu, caur kuru konsultatīvie psihologi uztver, izvērtē savus klientus un saprot, kā rīkoties, kādu iejaukšanos veikt, lai nodrošinātu izmaiņas. Visās astoņās izpētajās valstīs konsultatīvie psihologi atzīmēja teorētiskās orientācijas nozīmi praksē. Saskaņā ar šī pētījuma rezultātiem tika noskaidrots, ka konsultatīvie psihologi galvenokārt savā darbā balstās uz integratīvo un ekletisko pieeju. Otra biežāk izmantotā pieeja ir kognitīvi biheiviorālā, bet

nākamās populārākās – psihodinamiskās pieejas. Konsultatīvie psihologi savā praktiskajā darbībā izmanto arī citas teorētiskās pieejas, piemēram, eksistenciālo un citas.

Apmierinātība ar profesijas izvēli, izglītību un profesionālo sagatavošanu. Pētījuma rezultāti liecina par konsultatīvo psihologu pietiekami augsto apmierinātības līmeni ar profesijas izvēli, izglītību un sagatavošanu profesionālajai darbībai. Tomēr konsultatīvo psihologu apmierinātība ar karjeras izvēli ir nedaudz lielāka nekā apmierinātība ar profesionālo sagatavošanu.

Profesionālās pamatvērtības. R. Gudjiers ar kolēģiem (*Goodyear et al.*, 2016) uzskata, ka konsultatīvie psihologi nevar pastāvēt kā atsevišķi speciālisti, ja savā praktiskajā darbībā neievēro robežas, kas viņus atšķir no citiem psihiskās veselības jomā strādājošajiem profesionāļiem. Pētījumā tika izšķirtas galvenās profesionālās konsultatīvo psihologu vērtības, kuras vēlāk apvienotas trīs lielās grupās:

- 1) koncentrēšanās uz klienta iekšējiem spēkiem un resursiem, uzmanība pret dažādību/atšķirību problēmu, koncentrēšanās uz interakcijām / mijiedarbību “personība-vidē”, fokusēšana uz attīstību;
- 2) uzmanības pievēršana sociālajam taisnīgumam, pētījumu rezultātu pielietošana praktiskajā darbā, ilgtermiņa un īstermiņa darba tehniku un metožu izmantošana, fokusēšana uz profilaktiskajām (preventīvajām) programmām, pievēršanās ar karjeru saistītajām problēmām;
- 3) zinātnisko pētījumu īstenošana.

Jau pagājušā gadsimta vidū, pievēršoties konsultatīvo psihologu profesionālo vērtību aprakstam, izskanēja apgalvojums, ka galvenais konsultatīvo psihologu darba fokuss ir “higiēnoloģija” (*hygiology*), kas ir pretstats patoloģijai (*pathology*), pieņemot, ka konsultatīvie psihologi neatkarīgi no tā, cik ļoti klients var būt disfunkcionāls, vēršas pie klienta iekšējā spēka, personības resursiem (*Super*, 1955).

Profesionālā identitāte. Jebkuras specialitātes pārstāvju profesionālās darbības svarīga sastāvdaļa ir viņu profesionālā identitāte. Minētajā pētījumā konsultatīvajiem psihologiem tika piedāvāts noteikt savu vietu

profesijā, izvēloties vienu no četrām kategorijām, proti, konsultatīvais psihologs, konsultants, klīniskais psihologs, psihologs. Austrālijas, Jaunzēlandes, Apvienotās Karalistes un ASV respondenti visbiežāk atzina sevi tieši par konsultatīvajiem psihologiem.

Apkopojot minētā pētījuma rezultātus, var secināt, ka konsultatīvie psihologi galvenokārt ir sievietes, kuru vidējais vecums dažādās valstīs ir aptuveni no 37 līdz 55 gadiem. Šie speciālisti ir nodarbināti dažādās profesionālajās vidēs. Tomēr visbiežāk konsultatīvie psihologi strādā privātpraksē un savā darbā balstās uz integratīvo, eklektisko vai integratīvi eklektisko pieeju. Kopumā, konsultatīvie psihologi ir apmierināti ar savas karjeras izvēli. Par vienu no galvenajām profesionālajām vērtībām konsultatīvie psihologi nosauc koncentrēšanos uz klienta iekšējiem resursiem.

Lai gan šodien daudzās valstīs konsultatīvā psiholoģija tiek atzīta par patstāvīgu profesiju, tomēr aktuāls paliek jautājums par konsultatīvo psihologu profesionālo identitāti. Vienas vispārārstzītas konsultatīvās psiholoģijas definīcijas³³ neesamību daļēji var izskaidrot ar to, ka patstāvīgā profesionālā specializācija ir formulēta nesen (*McLeod, 2003*). Tāpēc literatūrā tiek apspriests jautājums, ar ko konsultatīvā psiholoģija atšķiras no citām profesionālās darbības jomām, piemēram, no klīniskās psiholoģijas.

Zinātniskajā literatūrā, kā arī oficiālās definīcijās, kas publicētas vadošo psiholoģijas profesionālo asociāciju atskaitēs un mājaslapās, var atrast kritērijus, kas raksturo atšķirības starp konsultatīvo psiholoģiju un citām specializācijām. Piemēram, Patrīcija Rodžera un Džeralds Stouns (*Patricia Roger, Gerald Stone, 2016*), salīdzinot klīnisko un konsultatīvo psihologu darbības būtību, secina, ka konsultatīvie psihologi biežāk strādā ar normālo klientu populāciju. Respektīvi, profesionālajā literatūrā publicētie pētījumi ir orientēti uz cilvēkiem bez nopietnām vai

³³ Jāizsaka šaubas par to, vai ir iespējama un vajadzīga viena definīcija, ņemot vērā dažādo valstu atšķirīgo pieredzi un tradīcijas, normatīvos regulējumus (pirmkārt, attiecībā uz psihoterapijas praksi) u. c. Jāatzīst, ka nevienā psiholoģijas profesionālās darbības jomā nepastāv viena vispārpieņemta definīcija, tomēr skaidrāka robežu nodalīšana, kas šobrīd ir aktuāla arī psiholoģijā Latvijā, izdalot profesionālās darbības jomas, ir nākotnes uzdevums (*autoru piezīme*).

neārstējamām psihiskām saslimšanām. Konsultatīvie psihologi pievēršas tieši cilvēka attīstības iespējām, iekšējam spēkam un resursiem, kā arī adaptīvām stratēģijām, kuras cilvēks apgūst un izmanto visas dzīves garumā.

Lai sekmētu profesionālās identitātes izaugsmi, svarīga ir arī prakses un pētniecības attīstība. Apkopjot literatūru, var secināt, ka konsultatīvie psihologi vispirms pēta un mēģina izvērtēt dažādu teorētisko pieeju pielietošanas iespējas un efektivitāti darbā ar klientiem, piemēram, kognitīvi biheiviorālās pieejas efektivitāti (*Konstantinou*, 2014), eksistenciālās pieejas iespējas (*Spinelli*, 2014) un citas. Psihologi mēģina izvērtēt, kuras savā darbā ar klientiem pielietotās psiholoģiskās konsultēšanas formas ir efektīvākas un sekmē nozīmīgākus rezultātus. Pētnieki izvērtē arī konsultēšanas pa tālruni efektivitāti (*Reese, Conoley, Brossart*, 2002), salīdzina tiešas konsultēšanas (*face-to-face*) un konsultēšanas pa tālruni praksi (*Tse et al.*, 2013). Tātad vismaz divi diskusiju un pētījumu virzieni konsultatīvās psiholoģijas metodoloģijā ir īpaši aktuāli mūsdienās, proti, dažādu teorētisko pieeju un dažādu psiholoģiskās konsultēšanas formu nozīme un efektivitāte konsultatīvo psihologu darbā.

Kā jau jebkurā nozarē, lai sekmētu efektīvu un uz pierādījumiem vai uz vērtībām balstītu praksi, ir aktuāla konkrētāka profesionālās darbības rezultātu izpēte. Konsultatīvajā psiholoģijā tiek publicēti neskaitāmi pētījumi (sk. iepriekš nosauktos periodiskos izdevumus). Lai arī pētījuma dalībnieki galvenokārt ir klienti bez nopietnām psihiskām saslimšanām, cilvēki, kuri neizjūt smagas dzīves grūtības, bet risina jautājumus, kas ir saistīti ar personības izaugsmes iespējām un “normāla” klienta attīstību, ir arī pētījumi, kas skar negatīvu, sāpīgu dzīves pieredzi, piemēram, fizisko paškaitējumu un tā psiholoģisko jēgu (*Josselin, Willig*, 2015); ar posttraumatiskā personības izaugsmi, kuru var izraisīt dzīvību apdraudošas slimības, tādas kā AIDS/HIV (*Amos*, 2015), arī ar posttraumatisko pašu terapiju izaugsmi (*Bartoskova*, 2015); ar autentiskuma problēmām un tā attīstības iespējām, piemēram, starp transseksuāļiem (*Atnas, Milton, Archer*, 2015) utt.

Tātad konsultatīvās psiholoģijas attīstības mūsdienu aktualitātes ir saistītās ar trim galvenajiem virzieniem: ar konsultatīvo psihologu profesionālo identitāti, prakses un pētniecības attīstību.

3.4. Konsultatīvās psiholoģijas attīstība Latvijā

Analizējot konsultatīvās psiholoģijas mūsdienu aktualitātes Latvijā, secināms, ka, tāpat kā citviet pasaulē, galvenie uzdevumi šodien ir saistīti ar konsultatīvās psiholoģijas kā profesionālās darbības definēšanu un profesionālās identitātes attīstīšanu (šis uzdevums ir cieši saistīts arī Psihologu likumprojekta izstrādi un turpmāk plānoto sertifikāciju šajā jomā³⁴). Šobrīd ir nepieciešamie priekšnoteikumi konsultatīvās psiholoģijas izveidei: iestrādes normatīvajos dokumentos, studiju iespējas konsultatīvajā psiholoģijā, ir izveidota profesionālā apvienība, kā arī ir definētas vairākas pētniecības tēmas, tostarp gan Latvijā jaunas – individuālā anomija, tās struktūra un mazināšanas faktori, nozīmes sistēmas raksturojumi starpkultūru kontekstā –, gan tēmas, kas tiek attīstītas, – vērtības un tās ietekmējošie faktori, Es koncepcija. Būtisku ieguldījumu nākotnē prakses attīstībā sniegs arī Klīniskā personības testa izstrāde un pētījumi par profesionālās izglītības un prakses attīstību, tostarp par profesionālo identitāti.³⁵

Kopš 2015. gada Rīgas Stradiņa universitātes maģistra studiju programmā “Veselības psiholoģija” piedāvā apgūt konsultatīvā psihologa specializāciju un saņemt atbilstošu kvalifikāciju maģistra līmenī. Tāpat kā citas psiholoģijas maģistra studiju programmas Latvijā, šī programma

³⁴ Likumprojektā ir definētas sešas psihologu darbības jomas: izglītības un skolu psiholoģija, darba un organizāciju psiholoģija, klīniskā un veselības psiholoģija, juridiskā psiholoģija, konsultatīvā psiholoģija, militārā psiholoģija. Tajā (uz 2016. gada jūliju) ir formulēta šāda konsultatīvās psiholoģijas definīcija: konsultatīvā psiholoģija palīdz indivīdiem risināt plaša spektra problēmas, tikt galā ar emocionālu un psiholoģisku satricinājumu pēc tuvu cilvēku zaudējuma, piedzīvotas vardarbības ģimenē, seksuālās izmantošanas, traumām, attiecību krīzes u. tml. Viņi strādā ar indivīda unikālo psiholoģisko pieredzi, lai atveseļotu un mazinātu stresu. Konsultatīvie psihologi ir nodarbināti veselības un rehabilitācijas centros, nodrošina pieejamus psiholoģiskās palīdzības pakalpojumus, grupu pakalpojumus kopienā, tostarp bērniem un pusaudžiem. Pārsvārā viņi strādā privātpraksēs.

³⁵ Vairāk sk. RSU mājaslapā: <http://www.rsu.lv/fakultates/svslf/katedras/veselibas-psihologijas-un-pedagogijas-katedra>

ietver divas daļas – vispārējo un specifisko (attiecīgi veselības psiholoģijas un konsultatīvās psiholoģijas specializāciju). Vispārējā daļa ir veidota atbilstoši Latvijas psihologa profesijas standartam un Eiropas Psihologu asociāciju federācijas (*European Federation of Psychologists Associations, EFPA*) ieteikumiem gan attiecībā uz studiju kursiem, gan prakses apjomu. Tās ietvaros maģistranti apgūst psiholoģijas teorētiskos un empīriski pamatotos principus, attīsta praktiskās iemaņas psiholoģiskajā izvērtēšanā un konsultēšanā, tostarp īstermiņa konsultēšanā, konsultēšanā kognitīvi biheiviorālajā un citās pieejās, psihosociālajā rehabilitācijā, krīžu iejaukšanās u. c. Savukārt specifiskā daļa orientēta uz padziļinātu konsultatīvās psiholoģijas studiju kursu apguvi individuālajā un grupu konsultēšanā, kā arī sistēmiskajā pieejā konsultēšanā darbā ar dažādām klientu grupām.

Konsultatīvo psiholoģiju profesionālajā vidē pārstāv Latvijas Konsultatīvās psiholoģijas asociācija (LKoPA), kas tika nodibināta 2015. gadā. LKoPA piedāvā šādu **konsultatīvās psiholoģijas definīciju**: tā ir psiholoģijas profesionālās darbības joma, kurā psihologs klientam (individuāli vai grupā) palīdz risināt visdažādākās ikdienas problēmas, sniedzot atbalstu personiskajā, attiecību, darba vai izglītības dzīvē, kā arī palīdz pārvarēt situācijas, kas prasa jaunus resursus, veicinot personības attīstību (Latvijas Konsultatīvās psiholoģijas asociācija, 2016).

LKoPA misija ir attīstīt un popularizēt konsultatīvās psiholoģijas profesionālās darbības jomu Latvijā, apvienojot profesionāļus, sekmēt konsultatīvo psihologu darba kvalitāti, nodrošināt tās paaugstināšanas iespējas. LKoPA dibinātāji Statūtos ir noteikuši šādus darbības mērķus (Latvijas Konsultatīvās psiholoģijas asociācija, 2016):

- sekmēt konsultatīvās psiholoģijas profesionālās darbības jomas attīstību Latvijā, profesionālās identitātes veidošanos, informējot profesionāļus un plašāku sabiedrību par tās empīriski pamatotajiem sasniegumiem un iespējām;
- attīstīt sadarbību ar profesionālajām organizācijām un ieinteresētajām institūcijām Latvijā un ārvalstīs un, sadarbojoties ar sociālajiem partneriem, valsts pārvaldes un pašvaldību iestādēm, darba devējiem, izstrādāt dokumentus, kas sekmē biedru profesionālo un ekonomisko interešu aizstāvību;

- nodrošināt supervīzijas, izglītības, tālākizglītības un pieredzes apmaiņas kursu programmas īstenošanu konsultatīvās psiholoģijas profesionālās darbības jomā, lai veicinātu biedru un citu interesentu kompetenču un profesionalitātes paaugstināšanu.

Kā jau minēts iepriekš, viens no profesionālās darbības jomas attīstības nosacījumiem ir arī pētniecības attīstība. Lai arī šobrīd Latvijā vēl nav veikti pētījumi tieši par konsultatīvā psihologa darba efektivitāti ar kādu no klientu grupām, tomēr nenoliedzami ir pētītas konsultatīvajā psiholoģijā nozīmīgas problēmas, liekot pamatu specializācijas un profesionālās darbības jomas attīstībai. Kā piemērus var minēt³⁶

- promocijas darbā veiktos (vai promocijas darbā sāktos un vēlāk turpinātos) pētījumus, tostarp par indivīda Es koncepciju un tās attīstību³⁷; par kreativitāti profesionālajā darbā³⁸, par neverbālo pieskaņošanas konsultēšanas laikā³⁹, par pēctraumas stresu⁴⁰, par pusaudžu problemātisku uzvedību⁴¹, par personības izvērtēšanas instrumentu izveidi⁴², par jauniešu pašizjūtu un adiktīvu uzvedību⁴³;
- pētījumus par separācijas krīzes pārdzīvojumu un tā pārvarēšanu LZP grantu ietvaros (no 2001. līdz 2006. gadam, vadītāja K. Mārtinsone)⁴⁴;

³⁶ Turpmāk minētās atsaucēs neaptver visas pētniecības tēmas, kas ir veiktas Latvijā konsultatīvās psiholoģijas jomā; šeit ir minētas tikai RSU mācībspēku publikācijas. Plašāk par Latvijā aizstāvētajām disertācijām psiholoģijā sk.: Mārtinsone, Lasmane, Karpova, 2016 (nodaļā par Latvijas psiholoģijas attīstību).

³⁷ Ļeļina, 2012a, 2012b; Ļeļina, Ivanova, 2010, 2011a, 2011b, 2012; Ļeļina, Ivanova, Jeņenkova, 2013; Mārtinsone, 1998a,b; 1999a,b,c.

³⁸ Čukurs, 2013, 2011; Čukurs, Sebre, 2012; Sebre, Čukurs, 2012; Čukurs, Vende, 2011; Čukurs, 2011.

³⁹ Vende, Čukurs, 2011.

⁴⁰ Harlamova, Sebre, 2011, 2012, 2013.

⁴¹ *Lubenko, Sebre, 2010; Skreitule-Pikse, Sebre, Lubenko, 2010; Ļubenko, 2009; Ļubenko, Sebre, 2007.*

⁴² Perepjolkina, Reņģe, 2011, 2012a,b, 2013.

⁴³ Jirgena, 1998, 1999a, 1999b, 1999c, 2000, 2006; 2008; Mihailova, 2010, 2012.

⁴⁴ Maslovska, Mārtinsone, Miltuze, Upmane, Bite, 2006; Mārtinsone, Maslovska, Bite, Miltuze, Upmane, 2006; Miltuze, Upmane, Mārtinsone, Maslovska, Bite, 2004; Bite, Fenogenova, Mārtinsone, Maslovska, Miltuze, 2002; Martinsone,

- pētījumus par individuālo anomiju⁴⁵ un vērtībām, vērtību sistēmas raksturojumiem un vērtību dinamiku Valsts pētījumu programmu ietvaros (no 2014. gada, vadītājs RSU profesors S. Kruks)⁴⁶, kas arī attīsta veiktās iestrādes⁴⁷;
- kā arī pētījumus par izvērtēšanas jautājumiem⁴⁸ un personības klīniskā testa izveidi Valsts pētījumu programmas ietvaros (no 2014. gada, vadītājs *Dr. med. A. Stepens*)⁴⁹.

Šobrīd konsultatīvās psiholoģijas attīstība Latvijā ir cieši saistīta gan ar normatīvā regulējuma izstrādi par psihologa profesionālo darbību, gan izglītības īstenošanu un maģistra studiju programmas specializācijas attīstīšanu Rīgas Stradiņa universitātē, gan LKoPA stratēģisko mērķu sasniegšanu. Tās attīstībai ir ielikts labs pamats: ir apkopta vairāku valstu vēsturiskā pieredze konsultatīvās psiholoģijas izveidē, analizējot tās formēšanās avotus, ir izveidots konsultatīvās psiholoģijas izglītības modulis RSU, gan pārņemot un saglabājot vairākas iestrādes no iepriekš īstenotās studiju programmas Starptautiskajā Praktiskās psiholoģijas augstskolā (tā tika slēgta 2016. gadā), gan būtiski attīstot izglītības saturu. Nozīmīgi, ka profesionāļi ir apvienojušies biedrībā un sekmē konsultatīvās psiholoģijas prakses attīstību no vienas puses, bet no otras – jau šobrīd ir formulētas nozīmīgas pētniecības tēmas konsultatīvajā

Zakrizevska, Jirgena, Paipare, 2007; Ludane, Mārtinsone, 2007; Zakrizevska, Mārtinsone, Mihailovs, 2009.

⁴⁵ *Levina, Martinsone, 2015; Levina, Martinsone, Kamerade, 2015; Levina, Martinsone, Kolesnikova, Perepjolkina, 2014; Ļevina, Mārtinsone, Kamerāde, 2015a, 2015b, 2015c, 2016a, 2016b; Ļevina, Mārtinsone, Kince, 2016.*

⁴⁶ *Ļevina, Mārtinsone, Kince, 2016; Ļevina, Mārtinsone, Mihailova, 2015; Ļevina, Mārtinsone, Mihailova, Gintere, 2015.*

⁴⁷ *Jirgena, Mārtinsone, 2007; Mihailova, 2011, 2012.*

⁴⁸ *Šneidere, Harlamova, Perepjolkina, Arnis, Mārtinsone, Stepens, 2016.*

⁴⁹ *Perepjolkina, Koļesņikova, Mārtinsone, Rancāns, Stepens, 2016a, 2016b; Perepjolkina, Koļesņikova, Mārtinsone, Stepens, Rancāns, 2016c; Koļesņikova, Perepjolkina, Mārtinsone, Stepens, Rancāns, 2016; Koļesņikova, Perepjolkina, Mārtinsone, Stepens, 2015; Mārtinsone, Perepjolkina, Kolesnikova, Stepens, 2015; Perepjolkina, Koļesņikova, Mārtinsone, Stepens 2015; Koļesņikova, Perepjolkina, Mārtinsone, Stepens, Rancāns 2015; Perepjolkina, Mārtinsone, Koļesņikova, Stepens, Rancāns, 2015.*

psiholoģijā, un to izstrāde notiek Valsts pētījumu programmu ietvaros. Tuvākajā nākotnē pētniecībā jāpievēršas gan darbam ar specifiskām klientu grupām, gan paša konsultatīvā procesa izpētei, iespējams, vairāk veltot uzmanību tieši kvalitatīvajai pētniecības stratēģijai. Citi izpētes virzieni saistās ar šīs specializācijas ietvaros pasaulē aktualizētām tēmām – personas autentiskums, garīguma un reliģiozitātes jautājumi, multikulturālisms u. c. Profesionālās prakses attīstībai jāturpina pilnveidot gan metodoloģiskā izpratne par integratīvi eklektiskās pieejas pielietošanu profesionālajā darbā, gan jāveic refleksija par tās pielietojumu.

Cerams, jau tuvākajā nākotnē izdosies mērķtiecīgi attīstīt un stiprināt konsultatīvās psiholoģijas profesionālo darbību mūsu valstī.

Kopsavilkums

Apkopojot šīs grāmatas galvenās idejas, var secināt, ka konsultēšana ir dažādu profesiju pārstāvju darbības veids. Latvijā konsultēšana ir obligāts pienākums dažādu speciālistu profesionālajā darbībā, piemēram, psihologu, karjeras konsultantu, supervizoru, pedagogu, juristu.

Visplašākajā nozīmē konsultēšana ir noteikta speciālista profesionālā darbība, kuras rezultātā klientam tiek sniegta rekomendācija kādā jautājumā vai iejaukšanās par konkrētu uzvedību, kas ir vēlama vai nepieciešama, lai sasniegtu kādu mērķi, izprastu un pārvarētu grūtu dzīves situāciju, lai uzlabotu dzīves kvalitāti, lai sniegtu atbalstu lēmuma pieņemšanā utt. Konsultēšanā izmanto daudzas teorētiskās pieejas, tostarp psihodinamisko, kognitīvi biheiviorālo un humānistisko, kā arī integratīvo, eklektisko un integratīvi eklektisko pieeju.

Psiholoģiskās konsultēšanas mērķis ir palīdzēt klientam risināt viņa problēmu, apzināt un izmainīt neefektīvos uzvedības modeļus, pieņemt svarīgus lēmumus, sasniegt izvirzītos mērķus, sekmēt resursu apzināšanos un izmantošanu, lai klients varētu dzīvot produktīvāk, izjust apmierinātību ar dzīvi. Psiholoģiskā konsultēšana ietver vairākas secīgas stadijas, un atkarībā no darba vides un klienta vajadzībām psihologs izmanto daudz specifisku metožu un tehniku.

Psiholoģiskā konsultēšana ir psihologu profesionālās darbības veids, bet konsultatīvā psiholoģija ir psiholoģijas profesionālās darbības joma un specializācija. Vairākās valstīs, piemēram, ASV, Apvienotajā Karalistē, Kanādā, Austrālijā, Jaunzēlandē, Īrijā, konsultatīvā psiholoģija ir atzīta par atsevišķu psiholoģijas apakšnozari un specializāciju.

Konsultatīvo psihologu asociāciju un biedrību dokumentos un zinātniskajā literatūrā tiek atzīts, ka konsultatīvie psihologi visbiežāk strādā ar "normāliem" cilvēkiem, kas pārdzīvo dzīves grūtības un kuriem pietrūkst resursu to pārvarēšanai. Konsultatīvie psiholoģi

pievērš uzmanību klienta iekšējiem resursiem, palīdzot pārvarēt grūtas dzīves situācijas.

Konsultatīvās psiholoģijas mūsdienu aktualitātes ir saistītas ar trim konsultatīvās psiholoģijas attīstības virzieniem, proti, ar konsultatīvo psihologu profesionālās identitātes, konsultatīvās psiholoģijas prakses un pētniecības attīstību.

Latvijā konsultatīvās psiholoģijas attīstību sekmē normatīvā regulējuma izstrādāšana. Konsultatīvos psihologus Latvijā sagatavo RSU, un šo profesionālās darbības jomu pārstāv Latvijas Konsultatīvās psiholoģijas asociācija, kuras stratēģisko mērķu realizēšana veicinās konsultatīvās psiholoģijas attīstību mūsu valstī.

Izmantotā literatūra

1. Adler, A. (1927). [1959]. *The Practice and Theory of Individual Psychology*. Totowa, NJ: Littlefield, Adams & Co.
2. American Psychological Association (1999). Archival description of counseling psychology. *The Counseling Psychologist*, 27, 589–592.
3. American Psychological Association (2016). Iegūts no: <http://www.apa.org/ed/graduate/specialize/counseling.aspx>.
4. American Psychological Association, Division of Counseling and Guidance, Committee on Counselor Training (1952a). Recommended standards for training counseling psychologists at the doctoral level. *American Psychologist*, 7, 175–181.
5. American Psychological Association, Division of Counseling and Guidance, Committee on Counselor Training (1952b). The practicum training of counseling psychologists. *American Psychologist*, 7, 182–188.
6. American Psychological Association, Division of Counseling and Guidance, Committee on Counselor Training (1956). Counseling Psychology as a specialty. *American Psychologist*, 1, 282–285.
7. Amos, I. (2015). What is known about the post-traumatic growth experiences among people diagnosed with HIV / AIDS? A systematic review and thematic synthesis of the qualitative literature. *Counselling Psychology Review*, 30 (3), 47–56.
8. APS College of Counselling Psychologists (2016). Iegūts no: https://groups.psychology.org.au/ccoun/about_us/?ID=486.
9. Atnas, C., Milton, M., Archer, S. (2015). Making the decision to change – the experiences of trans men. *Counselling Psychology Review*, 30 (1), 33–42.
10. Baker, D. B., Benjamin, L. T., Jr. (2000). The affirmation of the scientific-practitioner: A look back at Boulder. *American Psychologist*, 55, 241–247.
11. Bartoskova, L. (2015). Research into post-traumatic growth in therapists: A critical literature review. *Counselling Psychology Review*, 30 (3), 57–68.
12. Beck, A. (1976). *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. Harmondsworth: Penguin.

13. Benjamin, L. T., DeLeon, P. H., Freedheim, D. K., Vandenbos, G. R. (2003). Psychology as a profession. No: I. B. Weiner, D. K. Freedheim (Eds.). *Handbook of Psychology: Vol. I. History of Psychology*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc., pp. 27–45.
14. Berga, G. (2016). Analītiskā terapija. No: Bite, I., Mārtinsonē, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 147–172.
15. Bite, I., Frenogenova, A., Mārtinsonē, K., Maslovskā, K., Miltuze, A. (2002). Krīzes izpratnes teorētiskie pamati. *Decade of Reform: Achievements, Challenges, Problems: Research in Educational Psychology*, VI, 1. Rīga: LU, 103–113.
16. Bite, I., Majore-Dūšeļe, I. (2016). Kognitīvi biheiviorālās terapijas trešais vilnis. No: Bite, I., Mārtinsonē, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 373–398.
17. Bite, I., Mārtinsonē, K., Sudraba, V. (red.). (2016). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC.
18. Bite, I., Purvliče, B. (2016). Eksistenciālā terapija. No: Bite, I., Mārtinsonē, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 221–244.
19. Bite, I., Ratniece, G. (2016). Krīzes intervence. No: Bite, I., Mārtinsonē, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 487–506.
20. Blocher, D. H. (1966). *Development counseling*. New York: Ronald Press.
21. Bramer, L. M., Shosfonn, E. L. (1982). *Therapeutic Psychology: Fundamentals of Counseling and Psychotherapy*, 4th ed. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
22. *British Psychological Society*. (2016). Iegūts no: <http://www.bps.org.uk/>.
23. *British Psychological Society*. (2012). *What is counselling psychology?* Iegūts no: <http://www.bps.org.uk/careers-education-training/society-qualifications/counselling-psychology/counselling-psychology>.
24. Burks, H. M., Steffle, B. (1979). *Theories of Counselling*, 3rd ed. New York: McGraw-Hill.
25. Canadian Counselling Association. (2000). *Canadian Counselling Association* [Brochure]. Ottawa, ON: Canadian Counselling Association.
26. College of Psychologists of Ontario (2002). [Registration]. Iegūts no: <http://www.cpo.on.ca/Registration/RegAreasOfPractice.htm>.
27. Čukurs, E. (2013). Psihoterapeitu raksturojums par psihoterapeita kreativitātes un personības iezīmju saistību ar psihoterapijas efektivitāti: kvalitatīva analīze. No: *Latvijas Universitātes Raksti. 801. sēj.: Psiholoģija*. Rīga: LU, 49–65.

28. Čukurs, E. (2011). Vēsturisks pārskats par kreativitātes un psihoterapijas efektivitātes jēdzienu izpēti. No: *Daugavpils Universitātes 52. starptautiskās konferences rakstu krājums*. Daugavpils: Daugavpils Universitāte, 721–728.
29. Čukurs, E., Sebre, S. (2012). Psychotherapist's creativity and openness to experience: quantitative and qualitative analysis. *International Journal of Psychology*, 47, ICP 2012 supplement, 79.
30. Dattilio, F. M., Norcross, J. C. (2006). Psychotherapy integration and the emergence of instinctual territoriality. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 8 (1), 5–6.
31. Dewsbury, D. A. (1999). Introduction. No: Dewsbury, D. A. (Ed.). *Unification through Division: Histories of the Divisions of the American Psychological Association*, Vol. III. Washington, DC: American Psychological Association.
32. Di Mattia, M., Grant, J. (2016). Counselling psychology in Australia: History, status and challenges. *Counselling Psychology Quarterly*, 29 (2), 139–149.
33. Divisions of APA – American Psychological Association. Iegūts no: <http://www.apa.org/about/division/index.aspx?tab=1>.
34. Duhovska, J., Baltiņa, D., Millere, I. (2016). E-intervences onkoloģijas pacientu psihosociālā rehabilitācijā. Otrā starptautiskā zinātniski praktiskā konference “Veselība un personības attīstība: integratīvā pieeja”, 2016. gada 14.–16. aprīlis. Rīga: Rīgas Stradiņa universitāte.
35. Egan, G. (1986). *The Skilled Helper: A Model for Systematic Helping and Interpersonal Relating*, 3rd ed. Monterey, CA: Brooks / Cole.
36. Ellis, A. (1962). *Reason and Emotion in Psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
37. Ellis, A. (1989). The history of cognition in psychotherapy. No: Freeman, A., Simon, K. M., Beutler, L. E., Arkowitz, H. (Eds.) *Comprehensive Handbook of Cognitive Therapy*. New York: Plenum Press, pp. 5–19.
38. European Federation of Psychologists' Association, EFPA. Iegūts no: <http://www.efpa.eu/professional-development>.
39. Faiver, C. M., Ingersoll, R. E., O'Brien, E., & McNally, C. (2001). *Explorations in Counseling and Spirituality: Philosophical, Practical, and Personal Reflections*. Pacific Grove: Brooks / Cole.
40. Faiver, C. M., O'Brien, E. M. (1993). Assessment of religious beliefs form. *Counseling and Values*, 37 (3), 176–178.
41. Farrell, B. (2013). Counselling psychology in Aotearoa / New Zealand – what is it, where has it come from, and where might it go? *New Zealand Journal of Psychology*, 42 (3), 11–17.

42. Freud, S. (1973). [1917]. *Introductory Lecture on Psychoanalysis*. Harmondsworth: Penguin.
43. Gelso, C. J., Betz, N. E., Friedlander, M. L., Helms, J. E., Hill, C. E., Patton, M. J., Super, D. E., Wampold, B. E. (1988). Research in counselling psychology: Prospects and recommendations. *The Counseling Psychologist*, 16, 385–406.
44. Gelso, C. J., & Fretz, B. R. (1992). *Counseling Psychology*. Fort Worth, TX: Holt.
45. George, R. L., & Cristiani, T. S. (1990). *Counseling: Theory and Practice*, 3rd ed. Englewood Cliffs, NY: Prentice Hall.
46. Gilliland, B. E., James R. K., Bowman J. T. (1989). *Theories and Strategies in Counseling and Psychotherapy*, 2nd ed. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
47. Goodyear, R. K., Lichtenberg, J. W., Hutman, H., Overland, E., Bedi, R., Christiani, K., Di Mattia, M., du Preez, E., Farrell, B., Feather, J., Grant, J., Han, Y., Ju, Y., Lee, D., Lee, H., Nicholas, H., Nielsen, J. J., Sinacore, A., Tu, S., Young, C. (2016). A global portrait of counselling psychologists' characteristics, perspectives, and professional behaviors. *Counseling Psychology Quarterly*, 29 (2), 115–138.
48. Grant, J., Mullings, B., Denham, G. (2008). Counselling psychology in Australia: Past, present and future – Part one. *The Australian Journal of Counselling Psychology*, 9, 3–14.
49. Hagedorn, W. B. (2005). Counselor self-awareness and self-exploration of religious and spiritual beliefs: Know thyself. No: Cashwell, C. S., Young, J. S. (Eds.). *Integrating Spirituality and Religion into Counseling: A guide to competent practice*. Alexandria: American Counseling Association, 63–84.
50. Hall, C. R., Dixon, W. A., Mauzey, E. D. (2004). Spirituality and religion: Implications for counselors. *Journal of Counseling and Development*, 82 (4), 504–507.
51. Harlamova, J., Sebre, S. (2011). Negatīvo posttraumatisko pārlicību saistība ar pārciestas vardarbības ģimenē smaguma pakāpi. No: Latvijas Universitātes Rīgas Medicīnas koledža. 3. starptautiskās zinātniskās konferences “Aktualitātes veselības aprūpes izglītības pilnveidē: mūsdienas un nākotnē” rakstu krājums. Rīga: LU Akadēmiskais apgāds, 52–59.
52. Harlamova, J., Sebre, S. (2012). Post-traumatic negative cognitions within the Panic Attack-Posttraumatic Stress Disorder Model. *International Journal of Psychology*, 47, ICP 2012, supplement, 780.
53. Harlamova, J., Sebre, S. (2013). Relationships between post-traumatic negative cognitions, panic attack and posttraumatic stress symptoms. *Baltic Journal of Psychology*. 14 (1, 2), 117–130.

54. Hiebert, B., Uhlemann, M. R. (1993). Counselling psychology: Development, identity and issues. No: Dobson, K. S., Dobson, D. J. G. (Eds.). *Professional Psychology in Canada*. Toronto, ON: Hogrefe & Huber, 285–312.
55. Hill, C. E. (1986). An overview of the Hill counselor and client verbal response modes category system. No: Greenberg, L., Pinsoff, W. (Eds.) *The Psychotherapeutic Process: A Research Handbook*. Guilford, NY, 131–160.
56. Hill, C. E., Gronsky, B. R. (1984). Research: Why and now? No: Whiteley, J. M., Kagan, N., Harmon, L. W., Fretz B. R., Tanney, F. (Eds.). *The Coming Decade in Counseling Psychology*. Schenectady, NY: Character Research.
57. Hoshmand, L. L. S. T. (1989). Alternate research paradigms: A review and teaching proposal. *The Counseling Psychologist*, 17, 3–79.
58. Howard, G. S. (1984). A modest proposal for a revision of strategies for counseling research. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 430–431.
59. Ivey, A. (1971). *Microcounseling: Innovations in Interviewing Training*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
60. Izglītības un zinātnes ministrija (2002). *Izglītības un zinātnes ministrijas 2002. gada 6. jūnija rīkojums Nr. 351*. Profesijas standarts. Psihologs. 2016. gada 17. jūnijs. Iegūts no: <http://visc.gov.lv/profizglitiba/dokumenti/standarti/ps0078.pdf>.
61. Izglītības un zinātnes ministrija (2004). *Izglītības un zinātnes ministrijas 2004. gada 27. februāra rīkojums Nr. 116*. Profesijas standarts. Skolotājs. 2016. gada 17. jūnijs. Iegūts no: <http://visc.gov.lv/profizglitiba/dokumenti/standarti/ps0238.pdf>.
62. Ivanova, N. (2006). Psihologa konsultanta darba supervīzija: būtība, svarīgākās funkcijas un nozīme. *Psiholoģijas Pasaule*, 9.
63. Ivanova, N. (red.) (2002). *Bērna psiholoģiski pedagoģiskā iedrošināšana pārejot no sākumskolas uz pamatskolu: atbalsts, sadarbība, palīdzība*. Rīgas pilsētas izglītības jaunatnes un sporta departaments, 253.
64. James, P. E. (2013). Counselling psychology in the UK: A 30-year passage. *Counselling Psychology Review*, 28 (3), 75–80.
65. Jirgena, S. (1998). *Jauniešu pašizjūta un uzvedības determinantes*. Rīga: Latvijas Universitāte.
66. Jirgena, S. (1999a). *Adiktīvas uzvedības izvēle agrīnā jaunībā*. Rīga: Latvijas Universitāte.
67. Jirgena, S. (1999b). *Jauniešu adiktīvas uzvedības izvēles izpēte*. Rīga: Latvijas Universitāte.
68. Jirgena, S. (1999c). *Jauniešu pašizjūta un adiktīvās uzvedības izvēle: promocijas darbs*. Rīga: Latvijas Universitāte.

69. Jirgena, S. (2000). Skolēna pašizjūta un skolas sociālpsiholoģiskās vides subjektīvais vērtējums. *Personības attīstība. Skolēnu un studentu personības veidošanās mācību un audzināšanas procesā*. Rīga: Izglītības solī, 78–82.
70. Jirgena, S. (2006). *Jaunieši un adiktīva uzvedība*. Rīga: Drukātava.
71. Jirgena, S., Mārtinsonē, K. (2007). Vērtību hierarhija: jauniešu salīdzinošais vērtējums 1998. un 2005. gadā. No: Medveckis, A. (sast.). *Sabiedrība un kultūra. Rakstu krājums IX*. Liepāja: LiePA, 112–119.
72. Jirgena, S., Mihailovs, I. J. (2008). Sociālā riska ģimeņu dzīves scenārijs. No: Medveckis, A. (sast.). *Sabiedrība un kultūra. Rakstu krājums X*. Liepāja: LiePA, 48–55.
73. Jordan, J. P., Myers, R. A., Layton, W. C., Morgan, H. H. (1968). *The Counseling Psychologist*. Washington, DC: American Psychological Association.
74. Josselin, D., Willig, C. (2015). Making sense of self-injury: A pluralistic case-study. *Counselling Psychology Review*, 30 (4), 5–15.
75. Jung, C. G. (1966). [1917, 1928]. Two essays on analytical psychology. No: *Collected Works*, 2nd ed., Vol. 7. London: Routledge.
76. *Karjeras konsultanta profesijas standarts*. Saskaņots Profesionālās izglītības un nodarbinātības trīspusējās sadarbības apakšpadomes 2011. gada 14. decembra sēdē protokols Nr. 10 (2011). Iegūts no: <http://visc.gov.lv/profizglitiba/dokumenti/standarti/ps0367.pdf>.
77. Kelly, E. W. (1995). *Spirituality and Religion in Counseling and Psychotherapy*. Alexandria: American Counseling Association.
78. Koļeņņikova, J., Perepjolkina, V., Mārtinsonē, K., Stepens, A. (2015). Psychometric properties of the functioning scales for the Latvian Clinical Personality Test (LCPT). *Journal of Rehabilitation Medicine: 4th Baltic & North Sea Conference on PRM, Rīga, Latvia*. 47 (8), 775–776.
79. Koļeņņikova, J., Perepjolkina, V., Mārtinsonē, K., Stepens, A., Rancāns, A. (2016). The theoretical integrative model for the Latvian clinical personality inventory. *Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference*, 1, 388–398.
80. Koļeņņikova, J., Rudzīte, G., & Peca, K. (2016). Integrative theoretical model of e-interventions for Riga Stradins University (Latvia) students. *30th Conference of the EHPS / DHP "Behaviour Change: Making an impact on health and health services"* (23rd–27th of August, 2016, Aberdeen, Scotland): *Conference Abstracts*, 417.
81. Konstantinou, G. (2014). The relationship of counselling psychology training with CBT: Implications for research and practice. *Counselling Psychology Review*, 29 (3), 43–54.

82. Krone, I. (2016). Psihoterapija un neurozinātne. No: Bite, I., Mārtinsons, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016.
83. Krone, I., Freimane M. (2016). Kognitīvi biheiviorālā terapija. No: Bite, I., Mārtinsons, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 345–372.
84. Krone, I., Ludāne, M. (2016). Kognitīvi biheiviorālā terapija. No: Bite, I., Mārtinsons, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016.
85. Lalande, V. M. (2004). Counselling psychology: A Canadian perspective. *Counselling Psychology Quarterly*, 17 (3), 273–286.
86. *Latvijas Konsultatīvās psiholoģijas asociācija* (2016). Iegūts no: <http://konsultativapsihologija.lv/>.
87. *Latvijas Psihologu biedrības Supervizora nolikums* (2014). Iegūts no: <https://www.google.lv/#q=Supervizora+profesion%C4%81lais+standarts>.
88. Lejiņa, L. Tehnoloģija un psiholoģija: dažas mūsdienu tendences. *Otrā starptautiskā zinātniski praktiskā konference “Veselība un personības attīstība: integratīvā pieeja”*, 2016. gada 14.–16. aprīlis. Rīga: Rīgas Stradiņa universitāte.
89. Leong, F. T., Savickas, M. L. (2007). Introduction to special issue on international perspectives on counseling psychology. *Applied Psychology*, 56 (1), 1–6.
90. Levina, J., Martinsone, K. (2015). A Revised Integrative Hierarchical Model of Anomia: Towards the construction of anomia indices. *The 14th European Congress of Psychology “Linking technology and psychology: feeding the mind, energy for life”* (Milan, Italy 7–10 July 2015): *Abstract book*, 2250. Iegūts no: http://www.ecp2015.it/wp-content/uploads/2015/07/ECP-2015-Abstract-Book_upd27jul1.pdf.
91. Levina, J., Martinsone, K., Kamerade, D. (2015). Anomia as a factor predicting subjective well-being. *Meditsinskaya psikhologiya v Rossii*, 3 (32). Iegūts no: <http://mprj.ru>.
92. Levina, J., Martinsone, K., Kolesnikova, J., Perepjolkina, V. (2014). Possibilities of research of anomie in Latvian society. No: *5th International Interdisciplinary Scientific Conference “Society. Health. Welfare”. 2nd Conference of Speech Therapists*. Rīga: RSU, 39.
93. *Likumprojekts: Psihologu likums*. (2016). Iegūts no: <http://titania.saeima.lv/LIVS12/saeimalivs12.nsf/0/788415A2FA635B34C2257DAF002FC804?OpenDocument>.

94. Līdums, G. (2016). Pastorālā konsultēšana. No: Bite, I., Mārtinsone, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 507–532.
95. Līdums, G., Ratnieks, S. (2016). Sistēmiskā ģimenes psihoterapija. No: Bite, I., Mārtinsone, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 421–448.
96. Lloyd, M. A., Dewey, R. A. (1997). *Areas of Specialization in Psychology*. Iegūts no: <http://www.psywww.com/careers/specialt.htm>.
97. Lubenko, J. (2015) Latvian Health Psychology Conference eHealth Literacy: Manifestations of the “Second Digital Divide” and Association with Health Literacy. *Starptautiskā zinātniski praktiskā konference “Veselības psiholoģija, veselības rekreācija un mākslas terapija veselības veicināšanai”*, 2015. gada 10.–11. aprīlis. Rīga: Rīgas Stradiņa universitāte. No: http://www.rsu.lv/images/stories/dokumenti/prezentacijas/e-psihologijas_iespejas_un_izaicinajumi.pdf.
98. Lubenko, J., & Sebire, S. (2010). Longitudinal associations between adolescent behaviour problems and perceived family relationships. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 5, 785–790.
99. Ludane, M., Mārtinsone, K. Relation of God Image Perception to Crisis Appraisal among Individuals Belonging and not Belonging to Different Religious Denominations. *Baltic Journal of Psychology*, 2007, 8 (1, 2), 57–67.
100. Ļeņina, J. (2012a). *Pusaudžu Es-koncepcija un sociālais statuss klasē un tuvu draugu grupā: Promocijas darbs*. Rīga: LU.
101. Ļeņina, J. (2012b). Self-concept of adolescents with diverse centrality in classroom. *Riga Technical University 53rd International Scientific Conference Dedicated to the 150th Anniversary and the 1st Congress of World Engineers and Riga Polytechnical Institute / RTU Alumni. Digest*, 319.
102. Ļeņina, J. (2015). Es jēdziens. No: Mārtinsone, K., & Miltuze, K. (red.) *Psiholoģija 2*. Rīga: Zvaigzne ABC, 77–81.
103. Ļeņina, J., Ivanova, N. (2010). Es-koncepcijas fenomens un tā nozīme skolotāju profesionālajā darbībā. No: *ATEE Spring University “Teacher of the 21st century: quality education for quality teaching”: Riga, Latvia, 2010: plenary reports* [CD-ROM]. Association for Teacher Education in Europe, University of Latvia. Faculty of Education and Psychology. Rīga: Latvijas Universitāte; Association for Teacher Education in Europe, 58–64.
104. Ļeņina, J., Ivanova, N. (2011a). Es-koncepcijas struktūras modeļi. *Latvijas Universitātes Raksti. Psiholoģija*, 774, 67–80.
105. Ļeņina, J., Ivanova, N. (2011b). Psychometric properties of the Russian version of the Self-Description Questionnaire II (SDQ-II). *Baltic Journal of Psychology*, 12 (1, 2), 102–113.

106. Ļevina, J., Ivanova, N. (2012). Self-concept of adolescents with different social status in peer groups. *Baltic Journal of Psychology*, 13 (1, 2), 98–112.
107. Ļevina, J., Ivanova, N., Jeņenkova, O. (2013). Adolescents' self-concept and social status in school class. *The International Journal of Interdisciplinary Educational Studies*, 7 (1), 21–40.
108. Ļevina, J., Mārtinsone, K., Kamerāde, D. (2015a). Individuālā anomija kā sabiedrības politisko, tiesisko, ekonomisko pārmaiņu indikators: tās tās psiholoģiskās sekas. No: *Starptautiskā zinātniskā konference "Drošības nostiprināšanas aktuālās problēmas: politiskie, sociālie, tiesiskie aspekti"* (Rīgā 2015. gada 23. aprīlī). Programma un tēzes. Rīga: RSU, 94–96.
109. Ļevina, J., Mārtinsone, K., & Kamerāde, D. (2015b). Individuālās anomijas modeļi Latvijas populācijā. No: Rīgas Stradiņa universitāte. *2015. gada zinātniskā konference: Tēzes*. Rīga: RSU, 375.
110. Ļevina, J., Mārtinsone, K., Kamerāde, D. (2015c). Sex and age differences in levels of anomia of Latvian inhabitants. No: *Sabiedrība, integrācija, izglītība. Starptautiskās zinātniskās konferences materiāli*. III daļa. Rēzekne: RA izdevniecība, 567–576.
111. Ļevina, J., Mārtinsone, K., Kamerāde, D. (2016). A model of anomia in the Baltic states. *The International Journal of Interdisciplinary Civic and Political Studies*. [in press].
112. Ļevina, J., Mārtinsone, K., Kince, K. (2016). Relations between anomia and values of the inhabitants of the Baltic states. No: *Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference*. Volume I, May 27th–28th, 2016. Rēzekne: Rēzeknes Tehnoloģiju augstskola, 431–446.
113. Ļevina, J., Mārtinsone, K., Mihailova, S. (2015). Jauniešu vērtību dzimumatšķirības un specifika latviešu un krievu etnolingvistiskajās grupās. No: Rīgas Stradiņa universitāte. *2015. gada zinātniskā konference: Tēzes*. Rīga: RSU, 374.
114. Ļevina, J., Mārtinsone, K., Mihailova, S., Gintere, I. (2015). Characteristics of personal value-meaning systems of Latvian youths in 1998, 2005, 2010 and 2015: A comparative study. No: *Sabiedrība, integrācija, izglītība. Starptautiskās zinātniskās konferences materiāli*. III daļa. Rēzekne: RA izdevniecība, 577–587.
115. Ļubenko, J. (2009). Adolescent behaviour problems and family environment: The mediating role of self-efficacy. *Baltic Journal of Psychology*, 10, 39–55.
116. Ļubenko, J., Sebre, S. (2007). Adolescent's identity, attachment to parents and family psychological environment. *Baltic Journal of Psychology*, 8, 37–49.

117. Majore-Dūšele, I. (2016). Ētiskie apsvērumi konsultēšanā un psihoterapijā. No: Bite, I., Mārtinsone, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*, Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 37–51.
118. Majore-Dūšele, I., Mārtinsone, K. (2016). Konsultanta un psihoterapeita personība. No: Bite, I., Mārtinsone, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*, Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 52–64.
119. Maslovska, K., Mārtinsone, K., Miltuze, A., Upmane, A., Bite, I. (2004). Zaudējuma krīze sievietes dzīvē: kopīgais un atšķirīgais pārdzīvojums pēc tuva cilvēka nāves un šķiršanās. No: *Latvijas Universitātes Raksti*, 2004. *Psiholoģija*. Rīga: LU, 52–62.
120. Maslovska, K., Mārtinsone, K., Miltuze, A., Upmane, A., Bite, I. (2006). Krīzes pārvarēšanas veidi Latvijas sievietēm ar tuva cilvēka nāves un ar šķiršanās pieredzi. No: *Latvijas Universitātes Raksti*, 2005. *Psiholoģija*. Rīga: LU, 19–36.
121. Mārtinsone, K. (1998a). Adevkāts pašvērtējums – optimālas pašizjūtas un savas identitātes veidošanās garants. No: Latvijas Universitāte. Pedagoģijas un psiholoģijas inst.; [sast. Dz. Meikšāne, I. Plotnieks]. *Personības pašizjūta un identitāte: [rakstu krāj.]*. Rīga: SIA “Māc. apg. NC”, 27–40.
122. Mārtinsone, K. (1998b). *Emocionāli vērtējošās attieksmes pret sevi būtība un nozīme personības struktūrā*. Rīga: SR [Svētdienas Rīts].
123. Mārtinsone, K. (1999a). Emotional attitude toward Self as an Identity Component: [Abstract]. *Identity and Self-esteem: Interactions of Students, Teachers, Family and Society*. Rīga, 51–59.
124. Mārtinsone, K. (1999b). Identitātes kā personības kodola veidošanās ontogēnēzē (integratīvā skatījumā). [Latvijas Universitātes Pedagoģijas un psiholoģijas institūta recenzēts zinātnisko rakstu krājums] *“Personības attīstība ģimenē, skolā un augstskolā”*. Rīga: LU, 32–39.
125. Mārtinsone, K. (1999c). Savas pozīcijas grupā pašvērtējuma un citvērtējumu savstarpējās sakarības jauniešu vecumā. Latvijas Universitātes Pedagoģijas un psiholoģijas institūta recenzēts zinātnisko rakstu krājums “Personības attīstība. Skolēnu un studentu personības veidošanās mācību un audzināšanas procesā.” Rīga: LU, 74–79.
126. Mārtinsone K. (2011) Krīzes pārvarēšanas veidi sievietēm. Starptautiskā starpdisciplinārā zinātniskā konference “Krīze un tās pārvarēšanas iespējas”: Konferences programma un tēzes. Rīga: Drukātava, 32.
127. Mārtinsone, K. (2016). Integratīvi eklektiskā pieeja konsultēšanā un psihoterapijā. No: Bite, I., Mārtinsone, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 449–486.
128. Mārtinsone, K. (red.) (2009). *Mākslas terapija: teorija un prakse*. Rīga: Drukātava.

129. Mārtinsone, K. (red.) (2011). *Mākslu terapija*. Rīga: RaKa.
130. Mārtinsone K. (sast.) (2012). *Psiholoģija Latvijā: psihologi, izglītība, profesionālā darbība*. Rīga: RaKa, 320.
131. Mārtinsone, K., Lasmane, A., Karpova, Ā. (2016). *Psiholoģijas vēsture*. Rīga: Zvaigzne ABC, 544.
132. Mārtinsone, K., Maslovska, K., Bite, I., Miltuze, A., Upmane, A. (2004). Common and diverse aspects of emotional experience and crisis coping categories in case of loss for women in Latvia. *Socialinis-Darbas [Social work]*, 4(1), 40–54.
133. Mārtinsone, K., Mihailova, S., Mihailovs, I. J., Majore-Dūšele, I., Paipare, M. (2008). *Mākslu terapija un tās attīstības konteksti (integratīvi eklektiskā pieeja Latvijā)*. Rīga: RSU.
134. Mārtinsone, K., & Miltuze, K. (red.). (2015). *Psiholoģija 1. Pamatjautājumi - teorijas un pētījumi*. Rīga: Zvaigzne ABC.
135. Mārtinsone, K., Perepjolkina, V., Kolesnikova, K., Stepens, A. (2015). Biopsychosocial model: a new perspective in the development of a clinical personality test. No: 29th Conference of the European Society of Health Psychology "Principles of Behaviour Change in Health and Illness". Limassol, Cyprus, 186. Iegūts no: http://www.ehps2015.org/files/EHPS2015_Conference_Abstracts_01092015.
136. Mārtinsone K., Zakrizevska M., Jirgena S., Paipare M. (2007). The Crisis Coping of Art Therapy: Theoretical approaches. *Proceedings International Scientific Conference "New Dimension in the Development of Society"*. Jelgava: LLU SZF, 308–314.
137. McIntosh, M., Nicholas, H. (2016). Division of Counselling psychology (DCoP). *Dispelling the Myths about Counselling Psychologists whilst Challenging Discrimination*. Iegūts no: https://www.bps.org.uk/system/files/user-files/Division%20of%20Counselling%20Psychology/public/dcop_dispelling_myths_letter_nov_2015.pdf.
138. McLeod, J. (2003). *An Introduction to Counselling*. 3rd ed. Buckingham: Open University Press.
139. Mihailova S. (2010). Adiktīvā uzvedība kā iespējamais diskriminācijas pamats. No: Rīgas Stradiņa universitāte. *Zinātniskie raksti 2009. Ekonomika. Komunikācija. Politika. Socioloģija. Sociālā politika un sociālais darbs. Tiesības*. Rīga: Rīgas Stradiņa universitāte, 159–165.
140. Mihailova, S. (2011). Nauda kā vērtība latviešu sabiedrībā: psiholoģisks skatījums. No: *Starptautiskās zinātniskās konferences "Eiropas integrācijas sociālā un ekonomiskā dimensija: problēmas, risinājumi, perspektīvas" tēzes*. Daugavpils: Akadēmiskais apgāds "Saule", 38.

141. Mihailova, S. (2012). Nabadzība un pārticība dažādu specialitāšu Latvijas studentu skatījumā. No: [Sast., atbild. red. Medveckis, A.]. *Sabiedrība un kultūra. Rakstu krājums XIV*. Liepāja: LiePA. 385–393.
142. Mihailova, S. (2012). Poverty and money: A psychological view. *Sociālo Zinātņu Vēstnesis*, 2 (15), 78–100.
143. Mihailova, S. (2016). Uz klientu centrētā psihoterapija. No: Bite, I., Mārtinsons, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 196–220.
144. Miltuze, A., Upmane, A. Mārtinsons, K., Maslovska, K., Bite, I. (2004). Stresa pārvarēšanas stratēģijas un iekšējās saskaņas izjūtas sievietēm ar dažādu zaudējuma pieredzi. *Starptautiskā zinātniskā konference "Teorija un prakse skolotāju izglītībā II"*. Rīga: RPIVA, 371–381.
145. *Ministru kabineta 2016. gada 5. jūlija noteikumi Nr. 445 "Pedagogu darba samaksas noteikumi"*. Iegūts no: <http://likumi.lv/ta/id/283667-pedagogu-darba-samaksas-noteikumi>.
146. Munley, P. H., Duncan, L. E., McDonnel, K. A., Sauer, E. M. (2004). Counseling psychology in the United States of America. *Counselling Psychology Quarterly*, 17 (3), 247–271.
147. Nelson, P. D. (1999). *The historical roots of CRSPPP and its mission to recognize specialties and proficiencies in professional psychology*. Iegūts no: <http://www.apa.org/crspppp/history.html>.
148. Nelson-Jones, R. (2001). *Theory and Practice of Counseling and Therapy*. London: TJ International Ltd.
149. Netere, E., Brainin, E. (2015). *eHealth Literacy: Manifestations of the "Second Digital Divide" and Association with Health Literacy*. [Latvian Health Psychology Conference, April 2015]. Iegūts no: <http://www.rsu.lv/images/stories/dokumenti/prezentacijas/eHealthLiteracyLatvia2015.pdf>.
150. New Zealand Psychological Society. (2012). *The Institute of Counselling Psychology*. Iegūts no: <http://www.psychology.org.nz/ICounsel>.
151. Norcross, J. C., Beutler, L. E. (2008). Integrative psychotherapies. No: R. J. Corsini, & D. Wedding (Eds.). *Current Psychotherapies*. 8th ed. Belmont, CA: Brooks / Cole, 481–511.
152. Norcross, J. C., Goldfried, M. R. (Eds.). (2005). *Handbook of Psychotherapy Integration*. 2nd ed. New York: Oxford University Press.
153. Pelling, N., Proeve, M. (2006). Australian and New Zealand university clinical and counselling psychology staff: Maintaining practice in academe. *Australian Psychologist*, 41 (2), 112–119.
154. Perepjolkina, V., Čukurs, E. (2016). Psihoterapijas efektivitāte. No: Bite, I., Mārtinsons, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*, Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 561–603.

155. Perepjolkina, V., Koļesņikova, J., Mārtinsons, K., Rancāns, E., Stepens, A. (2016a). Dimensionālā pieeja personības traucējumu izpratnei un diagnostikai: [Materiāls prezentēts Latvijas Universitātes 74. konferencē].
156. Perepjolkina, V., Koļesņikova, J., Mārtinsons, K., Stepens, A. (2015). Development and validation of the Latvian Clinical Personality Test. *14th European Congress of Psychology*. Milan, Italy. ECP 2015 Abstract Book. Poster Presentations, P2667. Iegūts no: http://www.ecp2015.it/wp-content/uploads/2015/07/AbstractBook_Poster2.pdf.
157. Perepjolkina, V., Koļesņikova, J., Mārtinsons, K., Stepens, A., Rancāns, A. (2016b). Latvijas Klīniskā personības testa izstrāde: no idejas līdz tās realizācijai. No: *Sabiedrība. Integrācija. Izglītība. Starptautiskā zinātniskā konference, 2016. gada 27.-28. maijs*. Rēzekne: Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmija, Izglītības, valodu un dizaina fakultāte.
158. Perepjolkina, V., Koļesņikova, J., Mārtinsons, K., Stepens, A., Rancāns, A. (2016c). Latvijas Klīniskā personības testa (LKPT v2.2.) pantu izstrāde: integratīvās pieejas pielietošana. No: *Sabiedrība. Integrācija. Izglītība. Starptautiskā zinātniskā konference, 2016. gada 27.-28. maijs*. Rēzekne: Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmija, Izglītības, valodu un dizaina fakultāte.
159. Perepjolkina, V., Reņģe, V. (2012). Latvijas personības aptaujas otrās pilotversijas psihometriskie rādītāji. Teorija praksei mūsdienu sabiedrības izglītībā. *VI Starptautiskā konference. Zinātnisko rakstu krājums*. Rīga: RPIVA / Riga Teacher Training and Educational Management Academy, Latvia, 211-218. Iegūts no: http://www.rpiva.lv/pdf/6_starptzinkonf.pdf.
160. Perepjolkina, V., Reņģe, V. (2013). Personības iezīmju saistība ar apmierinātību ar dzīvi, laimes izjūtu, vispārējo pašvērtējumu un stresa līmeni: Latvijas Personības aptaujas kritēriālās validitātes pārbaude. No: *Daugavpils Universitātes 54. starptautiskās zinātniskās konferences materiāli*. Daugavpils Universitāte: Akadēmiskais apgāds "Saule", 702-707.
161. Polanski, P. (2003). Spirituality in supervision. *Counseling and Values*, 47 (2), 131-141.
162. Polkinghorne, D. E. (1984). Further extensions of methodological diversity for counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 416-429.
163. Ramsey-Wade, C. E. (2014). UK counselling psychology training placements: Where are we now? *Counselling Psychology Review*, 29 (3), 4-16.
164. Ratniece, G. (2016). Psihoterapijas attīstība un organizācijas principi Eiropā un Latvijā. No: Bite, I., Mārtinsons, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*, Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 27-36.
165. Reese, R. J., Conoley, C. W., Brossart, D. F. (2002). Effectiveness of telephone counseling: A field-based investigation. *Journal of Counseling Psychology*, 49 (2), 233-242.

166. Rizq, R. (2010). Psychodynamic approaches. No: Woolfe, R., Strawbridge, S., Douglas B., Dryden W. (Eds.). *The Handbook of Counselling Psychology*. 3rd ed. London: Sage, 85–104.
167. Roger, P. R., Stone, G. (2016). Counseling psychology vs clinical psychology. *American Psychological Association, Society of Counseling Psychology*. Iegūts no: <http://www.div17.org/about-cp/counseling-vs-clinical-psychology/>.
168. Rogers, C. R. (1942). *Counseling and Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
169. Rogers, C. R. (1951). *Client-centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
170. Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95–103.
171. Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person*. Boston: Houghton Mifflin.
172. Scherman, R. M., Feather, J. S. (2013). Counselling psychology in Aotearoa / New Zealand: Introduction to the special section. *New Zealand Journal of Psychology*, 42 (3), 7–10.
173. Scott, C. W. (1980). History of the Division of Counseling Psychology: 1945–1963. No: J. M. Whiteley (Ed.). *The History of Counseling Psychology*. Monterey, CA: Brooks / Cole.
174. Sebre, S., Čukurs, E. (2012). Resilience in relation to creativity, openness to experience and emotional support. *International Journal of Psychology*, 47, ICP 2012 supplement, 630.
175. Skinner, B. F. (1971). *Beyond Freedom and Dignity*. New York: Knopf.
176. Skinner, B. F. (1983). *A Matter of Consequences*. New York: Knopf.
177. Skreitule-Pikse, I., Sebre, S., Lubenko, J. (2010). Child behavior and mother-child emotional availability in response to parent training program: moderators of outcome. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 5, 1418–1424.
178. *Society of Counseling Psychology* (2016). Iegūts no: <http://www.div17.org> [15.06.2016.].
179. Sperry, L., Shafranske, E. P. (Eds.). (2005). *Spiritually Oriented Psychotherapy*. Washington: American Psychological Association.
180. Spinelli, E. (2014). An existential challenge to some dominant perspectives in the practice of contemporary counselling psychology. *Counselling Psychology Review*, 29 (2), 7–14.
181. Strawbridge, S., Woolfe, R. (2010). Counselling psychology: Origins, developments and challenges. No: Woolfe, R., Strawbridge, S., Douglas, B., Dryden, W. (Eds.). *The Handbook of Counselling Psychology*. 3rd ed. London: Sage, 3–22.

182. Sudraba, V. (2016). Objektu attiecību pieeja. No: Bite, I., Mārtinsone, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*, Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 113–146.
183. Sudraba, V. (2016). Psihoanalītiskā terapija. No: Bite, I., Mārtinsone, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*, Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 79–112.
184. Sudraba, V. (2016). Psihodrāma. No: Bite, I., Mārtinsone, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 295–321.
185. Sue, D. W., Ivey, A., Pedersen, P. (1996). *A Theory of Multicultural Counseling and Therapy*. Pacific Grove, CA: Brooks / Cole.
186. Sue, D. W., Sue, D. (2008). *Counseling the Culturally Diverse: Theory and Practice*. 5th ed. New York: Wiley.
187. Super, D. E. (1955). Transition: from vocational guidance to counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 2 (1), 3–9.
188. Šneidere, K., Harlamova, J., Perepjolkina, V., Arnis, V., Mārtinsone, K., Stepens, A. (2015). *Establishing the Net Attainable Benefits of Long-term Exercise - Latvian Version (ENABLE-LV)*. [Materiāls prezentēts starptautiskā zinātniskā simpozijā “3-Dimensional Effect of Physical Activity in Old Age - Physical, Mental & Emotional” Kauņā, Lietuvā, 13.11.2015.] [Nepublicēts materiāls].
189. *The Psychological Society of Ireland* (2016). Iegūts no: <http://www.psihq.ie/page/art/66/0>.
190. Tse, S., Campbell, L., Rossen, F., Wang, C. W., Jull, A., Yan, E., Jackson, A. (2013). Face-to-Face and telephone counseling for problem gambling: A pragmatic multisite randomized study. *Research on Social Work Practice*, 23 (1), 57–65.
191. Van Deurzen E. (2002) *Existential Counselling & Psychotherapy in Practice*. London: Sage Publications.
192. Van Scoyoc, S. (2005). The future of our profession: Time to remember our history. *Counselling Psychology Review*, 20 (2), 49–51.
193. Vektere, S., Goluba, I. (2016). Geštaltterapija. No: Bite I., Mārtinsone K., Sudraba V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 245–266.
194. Vende, K., Čukurs, E. (2011). A pilot study: level of nonverbal attunement between mother and children with secure and insecure attachment style. No: 11th *European Conference on Psychological Assessment: Book of Programme, Abstracts*, 175.

195. Vītola, I. (2016). Individuālpsiholoģija. No: Bite, I., Mārtinsonē, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 173-194.
196. Watson, J. B. (1930). *Behaviorism*. New York: Norton.
197. Weissberg, M., Rude, S. S., Gazda, G. M., Bozarth, J. D., McDougal, K. S., Slavitt, M. R., Smith, J. L., Walsh, D. J. (1988). An overview of the third national conference for counseling psychology: Planning the future. *The Counselling Psychologist*, 16, 325-331.
198. Wellner, A. M. (1984). The Council for the National Register of Health Service Providers in Psychology. No: Whiteley, J. M., Kagan, N., Harmon, L. W., Fretz, B. R., Tanney, F. (Eds.). *The Coming Decade in Counseling Psychology*. Schenectady, NY: Schenectady, NY: Character Research Press, 249-265.
199. Whiteley, J. M. (1984). Counseling Psychology: A Historical Perspective. *The Counseling Psychologist*, 12, 3-109.
200. Yarhouse, M. A., Burkett, L. A. (2002). An inclusive response to LGB and conservative religious persons: The case of samesex attraction and behavior. *Professional Psychology: Research and Practice*, 33(3), 235-241.
201. Young, R. A. (1995a). Core curriculum in professional psychology: The perspective of counselling psychology. *Forum: The Newsletter*, 5, 10-15.
202. Young, R. A. (1995b) From the Chair. *Forum: The Newsletter*, 5, 1-2.
203. Young, R. A., Nicol, J. J. (2007). Counselling psychology in Canada: Advancing psychology for all. *Applied Psychology: An International Review*, 56 (1), 20-32.
204. Zakriževska M., Mārtinsonē K., Mihailovs I. J. (2009). Traumatiskās krīzes pārvarēšana, to ietekmējošie faktori un simptomātiskās izpausmes. *Drošības nostiprināšanas problēmas krīzes apstākļos. Programma un tēzes*. Rīga: RSU, 51-52.
205. Zande, D. (2016). Biheiviorālā terapija. No: Bite, I., Mārtinsonē, K., Sudraba, V. (red.). *Konsultēšana un psihoterapija: teorija un prakse*. Rīga: Zvaigzne ABC, 2016, 323-344.
206. Ефремова, Т. Ф. (2010). Современный словарь русского языка три в одном: орфографический, словообразовательный, морфемный: около 20000 слов, около 1200 словообразовательных единиц. Москва: АСТ.
207. Кочюнас, Р. (1999). *Основы психологического консультирования*. Москва: Академический проект.

208. Мартинсоне, К., Ласмане, А. (2004) Проблема интеграции психологических теорий и концепций в постсовременном обществе. Но: *Труды Ярославского методологического семинара*. Том 2: Предмет психологии. Ярославль, МАПН, 226-235.
209. Мей Р. (2001). *Искусство психологического консультирования*. Москва: Эксмо-пресс.