

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Факультет психологии



Рабочая программа дисциплины
**Психологическое консультирование личности в трудной
жизненной ситуации**

Направление подготовки магистратуры
37.04.01 Психология

Профиль подготовки магистратуры
«Консультативная психология»

Квалификация (степень) выпускника
Магистр

Форма обучения
очная

Саратов,
2021

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	Фролова С.В.	Фролова-	30.04.2021
Председатель НМК	Балакирева Е.И.	Балакирева	30.04.2021
Заведующий кафедрой	Белых Т.В.	Белых	30.04.2021
Специалист Учебного управления			

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации» являются:

- создание условий для постижения сущности процесса психического консультирования личности в трудной жизненной ситуации, осмысливания основных этических и психотехнических принципов профессиональной деятельности типа психолога-консультанта;
- раскрытие общей логики развития консультативного взаимодействия клиента и консультанта через освоение основных этапов и процедур психологического консультирования в трудной жизненной ситуации;
- овладение базовыми специальными методами психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации;
- знакомство с современными концепциями, видами, формами и моделями психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации для более успешной ориентации в существующем разнообразии направлений деятельности типа психолога и формирование умения совершать адекватный выбор инструментария и способов решения различных консультативных задач.

2. Место дисциплины в структуре ООП магистратуры

Дисциплина «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации» реализуется в 3-м семестре, относится к факультативным дисциплинам ООП, содержательно и методически связана с другими дисциплинами учебного плана и служит более углубленной подготовке магистрантов к оказанию психологической помощи личности, оказавшейся в трудной жизненной ситуации. Изучению дисциплины «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации» предшествуют такие курсы как «Психологическое консультирование и психологическая профилактика», «Индивидуальное психологическое консультирование», «Психологическое консультирование: модели организации и направления» и др.

3. Результаты обучения по дисциплине «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации»

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
ПК-1 Способен осуществлять психологическое консультирование субъектов образовательного процесса.	ПК-1.1 Знает методологию организации и проведения психологического консультирования субъектов образовательного процесса. ПК-1.2 Умеет планировать и осуществлять психологическое консультирование субъектов образовательного процесса. ПК-1.3 Владеет навыками организации и проведения психологического консультирования субъектов образовательного процесса.	Знать: цель, задачи и базовые методы психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации; основные виды, формы и современные модели психологического консультирования; основные этапы и процедуры психологического консультирования; необходимые условия оказания психологической помощи и средства установления поддержания консультативного контакта; этические принципы профессиональной деятельности психолога-консультанта; требования, предъявляемые к личностным качествам, знаниям и опыту консультанта; системы специальных методов оказания психологической помощи личности в трудной

		<p>жизненной ситуации, разработанных на основе различных теорий консультирования.</p> <p>Уметь: решать типовые задачи организации профессиональной деятельности, связанные с консультативной практикой при оказании психологической помощи личности в трудной жизненной ситуации; эффективно использовать базовые методы психологического консультирования, оказывать эмоциональную поддержку человеку, оказавшемуся в трудной жизненной ситуации; осуществлять психологическое воздействие с целью оптимизации психического функционирования индивида, оказавшегося в трудной жизненной ситуации.</p> <p>Владеть: приемами активного рефлексивного и эмпатического слушания при оказании психологической помощи личности в трудной жизненной ситуации, важнейшим из средствами установления и поддержания помогающих отношений; анализом и интерпретацией проблемной ситуации, постановкой и проверкой гипотез в психологическом консультировании; приемами организации процесса принятия решения в психологическом консультировании; методами и навыками эмоциональной и когнитивной регуляции психического состояния и деятельности в трудной жизненной ситуации.</p>
ПК-3 Способен разрабатывать и реализовывать индивидуальное или групповое психологическое консультирование клиентов по выявленным у них психологическим проблемам с целью нивелирования влияния неблагоприятной среды, помочь в социализации и адаптации.	<p>ПК 3.1. Знает методологию и методические приемы осуществления индивидуального или группового психологического консультирования клиентов по выявленным у них психологическим проблемам с целью нивелирования влияния неблагоприятной среды, помочь в социализации и адаптации.</p> <p>ПК 3.2 Умеет разрабатывать и реализовывать программы индивидуального или группового психологического консультирования клиентов по выявленным у них психологическим проблемам с целью нивелирования влияния неблагоприятной среды, помочь в социализации и адаптации.</p> <p>ПК 3.3 Владеет навыками разработки и реализации программ индивидуального или группового психологического консультирования клиентов по выявленным у них психологическим проблемам с целью нивелирования влияния неблагоприятной</p>	<p>Знать: цель, задачи, базовые и специальные методы, виды, формы, современные модели, основные этапы и процедуры психологического консультирования для разработки программы оказания психологической помощи личности в трудной жизненной ситуации.</p> <p>Уметь: решать типовые задачи организации профессиональной деятельности, связанные с консультативной практикой при оказании психологической помощи личности в трудной жизненной ситуации; эффективно использовать базовые и специальные методы психологического консультирования, выстраивать и поддерживать беседу, структурировать и проводить интервью, осуществлять систематическое наблюдение и самонаблюдение, применять целенаправленное активное эмпатическое слушание; оказывать эмоциональную поддержку человеку, оказавшемуся в трудной жизненной ситуации; осуществлять психологическое воздействие с целью оптимизации психического функционирования индивида, оказавшегося в трудной жизненной ситуации.</p> <p>Владеть: навыками разработки программ психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации; приемами активного рефлексивного и эмпатического слушания, важнейшим из средствами установления и поддержания</p>

	среды, помочи в социализации и адаптации.	ржанияпомогающихотношений; анализомиинтерпретациейпроблемнойситуаци и,постановкойипроверкойгипотез в психологическом консультировании; приемами организации процессапринятия решения в психологическом консультировании;методамиинавыкамиэмоциональнойикогнитивнойрегуляцииисихическо го состояния и деятельности в трудной жизненной ситуации.
ПК-5. Способен разрабатывать и реализовывать планы проведения коррекционно- развивающих занятий для детей и обучающихся, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, решение проблем в сфере общения, преодоление проблем в общении и поведении.		<p>Знать: базовые специальные методы психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации, связанной с проблемами общения и регуляцией эмоциональной сферы и когнитивных функций.</p> <p>Уметь: применять базовые и специальные методы психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации, связанной с проблемами общения и регуляцией эмоциональной сферы и когнитивных функций.</p> <p>Владеть: базовыми и специальными методами психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации, связанной с проблемами общения и регуляцией эмоциональной сферы и когнитивных функций.</p>

4.Структураисодержаниедисциплины«Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы (72 часа).

№п /п	Разделдисциплины	Се- мес- тр	Не- деля семе- стра	Видыучебнойработ ы,включаясамосто ятельнуюработустуде нтовитрудоемкость(Формытекущегоконтроляспеваемости(понеделямсеместра)Формыпромежуточнойаттестации(посеместрам)
				Лек ции	Се минары Практич еские занятия	КСР	
1	Раздел 1. Понятие, виды и методы психологического консультирования при оказании помощи личности в трудной жизненной ситуации	3	1	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки изучения в практических занятиях, тестовые задания.

2	Раздел2. Принципы, условия и навыки поддержания консультативного контакта	3	2	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки участия в практических занятиях, тестовые задания
3	Раздел3. Этапы и процедуры психологического консультирования	3	3	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки участия в практических занятиях, проверка эссе, тестовые задания
4	Раздел4. Современные системы психотерапии и консультирования	3	4	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки
5	Раздел 5. Применение модели личностно-центрированного консультирования при оказании помощи личности в трудной жизненной ситуации	3	5	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки участия в практических занятиях
6	Раздел 6. Поведенческое консультирование при оказании помощи личности в трудной жизненной ситуации	3	6	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки участия в практических занятиях
7	Раздел 7. Применение логотерапии при оказании помощи личности в трудной жизненной ситуации	3	7	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки участия в практических занятиях
8	Раздел8. Когнитивное консультирование при оказании помощи личности в трудной жизненной ситуации	3	8	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки участия в практических занятиях

9	Раздел 9. Позитивное консультирование, ориентированное на решение проблемы	3	9	1	1	4	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, проверка ее
10	Раздел 10. Методы и психотехники работы с травматическими переживаниями	3	10	3	3	12	Контрольные вопросы, контроль самостоятельной подготовки и участия в практических занятиях, тестовые задания
11	Промежуточная аттестация	3					Форма промежуточной аттестации – зачет
	Всего часов: 72			12	12	48	

Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. ПОНЯТИЕ, ВИДЫ И МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПРИ ОКАЗАНИИ ПОМОЩИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Тема 1. Понятие, цели и задачи психологического консультирования при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

Предмет и задачи консультативной психологии. Общее и особенное психологического консультирования, психотерапии и процесса обучения. Взаимосвязь консультативной психологии с другими отраслями психологического знания. Психологическое консультирование как специальноорганизованный процесс общения. Цель и задачи психологического консультирования при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации.

Тема 2. Виды, формы и модели психологического консультирования при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

Формы психологического консультирования. Индивидуальное и групповое психологическое консультирование. Семейное консультирование. Основные различия между групповой терапией и групповым консультированием. Виды психологического консультирования.

Критерии классификации видов психологического консультирования. Однократное и многократное консультирование. Консультирование по личному обращению и консультирование в результате вызова или направления. Консультирование без дополнительного тестирования и с дополнительным тестированием. Изолированное и комбинированное психологическое консультирование. Очное и телефонное консультирование. Возрастно-психологическое консультирование. Психолого-педагогическое консультирование. Межличностное психологическое консультирование. Профессиональное консультирование. Деловое психологическое консультирование. Кризисное консультирование. Психологическое консультирование по проблемам самочувствия.

Теории личности и модели психологического консультирования. Специфика моделей консультирования в зависимости от содержания трудных жизненных ситуаций.

Тема 3. Методы психологического консультирования при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

Беседа. Виды беседы. Цели и функции беседы. Приемы и техники, используемые в беседе.

Интервью. Виды функций интервью. Наблюдение. Цели и виды наблюдения в психологическом консультировании. Наблюдение за вербальным и невербальным поведением. Навыки наблюдения и развитие наблюдательности консультанта. Метод активного слушания. Цель приема активного слушания. Заинтересованное отношение к собеседнику. Уточняющие вопросы. Повторение сказанного собеседником. Переформулирование мыслей собеседника. Поддерживающие реакции. Прием обобщения. Эмпатическое слушание. Цель приема эмпатического слушания. Эмпатия, рефлексия, идентификация как средства эффективного психолого-консультирования. Методы консультирования в различных психологических школах

Раздел 2. ПРИНЦИПЫ, УСЛОВИЯ И НАВЫКИ ПОДДЕРЖАНИЯ КОНСУЛЬТАТА В ИНОГOKОНТАКТА ПРИ ОКАЗАНИИ ПОМОЩИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Тема 4. Принципы и правила психологического консультирования при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

Доброжелательное отношение к клиенту. Безоценочное отношение к клиенту. Сохранение равенства позиций. Недопустимость советов и наставлений. Уважение ценностей и права на самоопределение клиента. Распределение ответственности в процессе консультирования. Конфиденциальность. Наличие мотивации клиента. Создание эмоциональной поддержки. Фиксация на позитивных, ресурсных сторонах личности. Разграничение личных и профессиональных отношений.

Тема 5. Создание помогающих отношений в консультировании при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

5.1. Сущность помогающих отношений

Понятие консультативного контакта. Эмоциональные компоненты помогающих отношений (терапевтического климата). Создание атмосферы любодного доверия. Конгруэнтность консультанта. Способность к эмпатии и безусловному уважению клиента. Эмпатическое понимание. Помогающие отношения. Типы межлических взаимоотношений: «Я-Ты» и «Я-Оно» (по М. Буберу).

5.2. Навыки поддержания консультативного контакта

Невербальное общение. Важность контакта глазами. Использование невербальных языков общения консультантом для установления доверительных отношений с клиентом. Поза заинтересованного слушателя. Использование физического пространства в ходе консультирования. Слушание и клиент. Умение выслушать клиента. Цели и значение слушания в консультировании. Вербальное общение. Основные техники вербального общения. Эффективные и неэффективные вопросы. Приемы повторения, переформулирования, обобщения. Техники прояснения проблемы клиента, выдвижения гипотез в консультировании, техники интерпретации. Техники эффективной обратной связи. Навыки осознания и выражения чувств. Эмоциональная компетентность консультанта. Способность осознавать и понимать свои чувства и чувства других людей. Способность управлять своими чувствами и эмоциональным состоянием других людей. Понятие переноса и контрапереноса. Умение консультанта предотвратить негативное влияние переноса и контрапереноса. Понятие и задачи конфронтации в психологическом консультировании. Навыки конфронтации.

Тема 6. Позиция консультанта как фактор эффективного взаимодействия с клиентом при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

Позиции в общении и источники зрения, распределения контроля и власти в общении. Позиция равенства в консультировании как важное условие его эффективности. Позиции взаимодействия в консультировании «Эго»-состояния по Э. Берну. Доброжелательная позиция принятия партнера. Нейтральная позиция. Враждебная позиция непринятия партнера. Стратегии консультирования направлена на консультанта поддержки изменения. Позиции в восприятии консультанта: умение управлять ими в ходе

консультирования. Индивидуальная точка зрения консультанта. Умение понять точку зрения другого человека. Метапозиция восприятия. Способность видеть себя и присутствующих со стороны.

Тема 7. Условия психологического консультирования при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

Совокупность физических компонентов терапевтического климата. Обстановка консультирования. Структурирование времени консультирования. Индивидуальные особенности личности клиента и его проблемной ситуации. Наличие собственной внутренней мотивации изменений у клиента. Желание вступать в консультативный контакт с психологом. Психологическая доступность клиента для консультирования. Отсутствие деструктивных факторов в среде. Личностные качества и профессиональные знания и навыки консультанта. Навыки структурирования консультативного процесса. Владение методами психотехники и психологического консультирования. Своевременное разрешение личных и профессиональных проблем консультантом с целью снижения риска нанесения вреда клиенту. Необходимость профессиональной супервизии.

Тема 8. Требования, предъявляемые к личностным качествам профессионального консультанта

8.1. Требования к личности консультанта

Личность консультанта как помогающий фактор. Проявление глубокого интереса к людьми, терпение и общение с ними. Эмоциональная стабильность и объективность. Способность вызывать доверие других людей. Уважение ценностей другой личности. Хорошее самопонимание. Внимательность, умение выслушать. Аутентичность. Открытость собственному опыту. Развитие самопознания. Сила личности и идентичность. Толерантность к неопределенности. Принятие личной ответственности. Глубина отношений с другими людьми. Постановка реалистичных целей. Эмпатия. Разнообразие стилей личной профессиональной жизни консультанта. Система ценностей консультанта. Влияние профессиональной деятельности на личность консультанта. «Синдром эмоционального сгорания» и его профилактика в деятельности консультанта.

8.2. Профессиональная подготовка консультанта к оказанию помощи личности в трудной жизненной ситуации

Компетентность консультанта. Обязательная профессиональная подготовка. Знания, необходимые консультанту. Освоение разделов психологии, предполагающих специализацию в области психического консультирования. Практическая подготовка консультанта. Практика под наблюдением квалифицированного специалиста. Важность углубления самопознания консультанта. Обширный и интенсивный курс индивидуального и группового консультирования, ориентированный на совершенствование личности. Тренинг начинающего консультанта.

Тема 9. Этика психологического консультирования при оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

Этическая ответственность консультанта. Этические принципы в психологическом консультировании. Этические проблемы, возникающие в процессе оказания помощи. Согласия клиента на проведение консультирования. Предоставление клиенту максимальной консультантом. Недопустимость применения недостаточно освоенных диагностических терапевтических процедур. Согласование с клиентом возможности аудио- и видеозаписи консультативных бесед. Особые ограничения на обращение консультанта с информацией о личной жизни клиента. Необходимость соблюдения профессиональной тайны. Особые ситуации, при которых профессиональная тайна не соблюдается. Запрет на двойные отношения. Нецелесообразность консультирования родственников, друзей, сотрудников. Вопросы свободы и ответственности в консультировании. Проблема зависимости пациента от проблем консультанта.

Раздел3.ЭТАПЫИПРОЦЕДУРЫПСИХОЛОГИЧЕСКОГОКОНСУЛЬТИРОВАНИЯПРИ ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Тема10.Этапыпсихологическогоконсультированияпри оказания помощи личности в трудной жизненной ситуации

Общаялогикапроцессапсихологическогоконсультирования. Опытзарубежныхи отечественныххконсультантов,позволяющийвыделитьосновныестадиипсихологического консультирования.Подготовкакакконсультированию.Знакомствосклиентоминачало беседы.Расспросклиента.Формулированиеипроверкаконсультативныхгипотез. Планированиерешения проблемывыработка новоймодели поведения.Завершениебеседы. Общая длительностьконсультативнойсессии.

Тема11.Психологическаянастройкаконсультанта

Этапнастройкиконсультанта.Состояниеоптимальнойпрофессиональнойготовности. Психоэмоциональноесостояниеконсультантакакинструментоказанияпсихологической помощи. Характеристики оптимального «помогающего» состояния консультанта. Эффективныеприемыиспособыуправлениясвоимсостоянием.Психотехникиосознания выражениячувств.Психотехниканаправленнойвизуализации.Психотехниконцентрации внимания.

Тема12.Знакомствои выяснение запросаклиента

Выстраиваниеэффективноговзаимодействия.Взаимныеприветствияипредставления партнеровдругдругу.Рольневербальныхсредствобщениянанаучальномэтапе консультирования.Доброжелательностьизаинтересованностьконсультанта.Правила представленияпартнеров.Постановкацелейизадачконсультирования.Выяснение содержаниязапроса клиента,егореалистичности.Определениепрофессиональных возможностейконсультанта.Заключениесоциальногоконтракта.Договоренностьклиента и консультанта как факторэффективнойрегуляцииконсультативного процесса.

Тема13.«Исповедьклиента»

Рассказклиентаосебеисвоихпроблемах.Понятие«исповеди»клиентавконсультативной психологии.Выслушиваниеисповедиклиента,ееанализ.Прояснениеиуточнениепроблемы клиента. Прием уточняющихвопросов. Особенности фиксирования информации консультантом.НеобходимостьпроявленияискреннегоЭмпатииконсультантом. Жалобыклиента.Недопустимостьоценокиманипулирования.Поощрениеклиентак углубленному рассмотрению возникших проблем. Фиксация чувств, содержания высказыванийневербальногоповеденияклиента.Основныеметодыработыпсихологана этапе«исповедиклиента».Наблюдение,активноеиэмпатическоеслушание.Система классификации информации, воспринимаемой консультантом.

Тема14.Расспросклиентаиполучениедополнительнойинформации

Основныезадачистадиирасспросаиполучениядополнительнойинформации.Создание точнойхарактеристикапроблемыклиента.Необходимостьдополнительнойинформации дополнительнаябеседа.Встречистретьимилицами,имеющимиотношениекпроблеме клиента. Применение психодиагностики в психологическом консультировании. Психодиагностикасцелью получениянаиболеебъективнойиточнойинформации. Психодиагностикасцелью установленияобоснованностижалобклиента.Уточнение проблемыклиента.Анализконкретныхситуацийизжизниклиента.Гипотезыв психологическомконсультировании.Вариантыболееконструктивныхпозицийклиентав отношении ксвоим проблемам.

Тема15.Совместнаяинтерпретацияпроблемыипринятиерешенияклиентом

Понятие интерпретации в консультировании. Правила интерпретации. Техника интерпретации.Установлениепричинныхсвязеймеждуповедениемiperеживаниями, клиента.Гипотетическийхарактеринтерпретаций.Переборвариантоврешенияпроблемной

ситуации. Индивидуальный подход к решению отдельных проблем. Выработка возможных альтернатив решения проблемы. Выбор альтернатив сточки зрения ведущих мотивов, реалистичности и готовности клиента измениться. Составление реалистичного плана решения проблемы.

Тема 16. Формирование новой модели поведения и оптимизация личностных механизмов саморегуляции

Реализация плана решения проблем клиентом. Построение деятельности под достижению поставленных целей. Обеспечение адекватного психотехнического сопровождения выработки новых моделей поведения. Предоставление информации клиенту. Правила составления рекомендаций по формированию новой модели поведения. Выполнение домашних заданий клиентом. Психотехническая грамотность консультанта.

Тема 17. Оценка эффективности консультации методом совместного обсуждения

Завершающий этап психологического консультирования. Подведение итогов беседы. Обсуждение вопросов, касающихся дальнейших отношений клиентов с консультантами и другими специалистами. Прощание консультанта с клиентом. Варианты завершения первой беседы.

Раздел 4. СОВРЕМЕННЫЕ СИСТЕМЫ ПСИХОТЕРАПИИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Тема 18. Теории в психологическом консультировании: интегративная система координат

Система подходов в современном психологическом консультировании, их связи, взаимопроникновение, оппонирование. Принцип дополнительности в современном психологическом консультировании. Конструктивизм как стратегия преобразования в консультировании. Статистика систем психотерапии консультирования. Главные психотерапевтические факторы в консультировании. Роль теории в консультировании. Теории личности и теории процессов в консультировании. Унифицирующие аспекты психологического консультирования. Фундаментальные процессы изменения в консультировании. Специфические аспекты психологического консультирования.

Раздел 5. ПРИМЕНЕНИЕ МОДЕЛИ ЛИЧНОСТНО-ЦЕНТРИРОВАННОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПРИ ОКАЗАНИИ ПОМОЩИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Тема 19. Основные положения личностно-центрированного консультирования

Основные положения теории К. Роджерса. Перцепционная или субъективная система взглядов. Акцент на субъективном, перцепционном взгляде на клиента. Значение термина «клиент-

центрированное консультирование». Тенденция актуализации. Понятие «Я». Условия ценности. Характерные черты Я-концепции. Цели, задачи и условия личностно-центрированного консультирования. Конгруэнтность. Безусловно-позитивное отношение. Эмпатия как помогающая форма общения.

Раздел 6. ПОВЕДЕНЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПРИ ОКАЗАНИИ ПОМОЩИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Тема 20. Теория и модели поведенческого консультирования

Бихевиоризм Уотсона. Обусловливание и разобуслоование эмоций. Бихевиоризм Скиннера. Оперантное поведение. Сопряжено-подкрепление. Позитивное и негативное подкрепление. Режимы подкрепления и их эффективность. Самоконтроль. Главные задачи консультанта-бихевиориста. Концепция реципрокного торможения Вольпе.

Тема 21. Методы и техники поведенческого консультирования

Методы релаксации и десенсибилизации в преодолении тревоги. Метод репетиции поведения и тренинг гассертивности. Методы подкрепления. Программы подкрепления.

жетонная система. Обучение клиентов использованием самоподкрепления.

Раздел7.ПРИМЕНЕНИЕ ЛОГОТЕРАПИИ ПРИ ОКАЗАНИИ ПОМОЩИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Тема22.Теорияипрактикалоготерапии

ПонятиелоготерапиипоB.Франклу.Главнаяцельлоготерапии.Основныеположения теорииB.Франкла.Свободаволи.Стремлениексмыслу.Сознание,подсознание,духовное бессознательное. Смысл жизни. Самотрансценденция.Источники смысла. Сверхсмысл. Экзистенциальная фрустрация. Экзистенциальный вакуум. Методы углубления экзистенциальногоосознанияифокусированиянапоискахмысла.Методпарадоксальной интенции.

Раздел8.КОГНИТИВНОЕКОНСУЛЬТИРОВАНИЕПРИ ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

Тема23.Основныеположениякогнитивноконсультирования

ОсновныетеоретическиеположениякогнитивноконсультированияA.Бека.Первичный уровень когнитивнойобработки. Более высокие уровни когнитивной обработки. Когнитивные,эмоциональныеиповеденческиесхемы.Автоматическиемысли.Когнитивные ошибки.Связькогниций и эмоций.

Тема24.Основныепсихотехникакогнитивноконсультирования

Когнитивныетехники.Обеспечениелогическогообоснования.Самоконтрольмыслей. Проверкакорректировкаавтоматическихмыслей.Идентификациякогнитивныхшибок. Переопределение проблем.

Раздел9.ПОЗИТИВНОЕКОНСУЛЬТИРОВАНИЕ,ОРИЕНТИРОВАННОЕНАРЕШЕНИЕПРОБЛЕМЫ

Тема25.Основныепринципыипостулатыпозитивноконсультирования

Позитивноеконсультированиекакальтернативныйподходтрадиционнымметодам консультирования. Термин «позитивное консультирование».

Задача позитивного консультанта.Постулаты позитивноконсультирования.Стратегическиепринципы позитивноконсультирования.

Тема26.Позитивноеконсультирование,ориентированноенарешениепроблемы

Методбеседы,ориентированнойнарешениепроблемы.Техникиработыспроблемой.

Техникиработысцелью.Техникиработысресурсами.Работас«социальнойсетью».

Составление программы достижения цели.

Раздел10.МЕТОДЫИПСИХОТЕХНИКИРАБОТЫСТРАВМАТИЧЕСКИМИПЕРЕЖИВАНИЯМИ

Тема27.Методыипсихотехникоконсультированияклиентовстравматическими переживаниями

Особенностиоказанияпсихологическойпомощиприпереживаниипсихологическойтравмы.

Методарт-терапиивработестяжелымичувствамиклиента.Методиосновныетехники психодрамы. Психотехники нейролингвистического программирования в работе с психологическойтравмой.Психотехникинаправленнойвизуализации.Психотехники десенсибилизации.

Содержаниепрактическихзанятий

Практические занятиякразделу1:«Понятие,видыиметодыпсихологическогоконсультирования при оказании психологической помощи личности в трудной жизненной ситуации»

Используютсяэлементытренингананачинающегоконсультантитренингана наблюдения и наблюдательности

1. Упражнение «Консультирование – это..., консультирование – это не ...»
Цель: предоставление возможности спомощью методам оговариваться основные моменты, присущие психологическому консультированию
2. Упражнения «Невербальные средства общения» и «Испорченный видеотелефон»
Цель: знакомство с эффективными невербальными средствами общения в процессе консультирования.
3. Элементы тренинга наблюдения и наблюдательности профessionала
Цель: создание условий для выработки навыков профессиональной наблюдательности.
Задачи: знакомство и овладение методиками наблюдения за эмоциональным состоянием, наблюдения за признаками проявленияя вежестах правды и лжи, доверия или недоверия, симпатии или антипатии, наблюдения за основными признаками беспокойства или уверенности.
4. Упражнение «Анти-активное слушание»
Цель: осознание важности для говорящего невербальных и вербальных признаков слушания партнером.
5. Упражнение «Активное слушание»
Цель: освоение приемов активного слушания, развитие внимания в слуховой модальности.
6. Упражнение «Эмпатическое слушание»
Цель: освоение приемов и психотехник эмпатического слушания.

Практические занятия к разделу 2: «Принципы, условия и навыки поддержания консультативного контакта»

- Используются элементы тренинга начинающего консультанта и тренинга эмоциональной компетентности
1. Комплекс упражнений тренингу эмоциональной компетентности
Цель: повышение уровня рефлексивных состояний и способности управления ими, развитие эмпатии, осознание значения эмоционального состояния консультанта как средства управления консультативным процессом.
 2. Комплекс упражнений, направленных на развитие саморегуляции и своих эмоциональных состояний и регуляции профессиональной деятельности. Данные упражнения используют приемы аутотренинга, направленной визуализации, нейролингвистического программирования и других психотехнологий.
 4. Комплекс упражнений, направленных на отработку умений давать положительную обратную связь для поддержания консультативного контакта.
 6. Упражнение «Позиции в консультировании»
Цель: рефлексия своих чувств в различных позициях консультативного взаимодействия и опытное определение наиболее ресурсной позиции консультанта.

Практические занятия к разделу 3: «Этапы процедуры психологического консультирования при оказании психологической помощи личности в трудной жизненной ситуации»

- Используются элементы тренинга начинающего консультанта и тренинга эмпатии.
1. Упражнение «Начало консультативной сессии»
Цель: освоение навыков установления контакта в самом начале консультирования.
 2. Упражнение «Составление контракта с клиентом»
Цель: овладение навыками составления контракта с клиентом.
 3. Комплекс упражнений, направленных на развитие навыков активного слушания, навыков

использования «эхо-техники», перефразирования, резюмирования, открытых и закрытых вопросов.

Цель: развитие навыков активного горефлексивного слушания и умения анализировать результаты своей профессиональной деятельности.

4. Упражнение «Повторяющееся слово»

Цель: отработка навыков использования приема уточняющих вопросов, необходимых на этапе уточнения проблемы клиента.

5. Комплекс упражнений, направленных на развитие навыков эмпатии, позволяющих понимать партнера по общению и осознавать его персональную историю.

6. Комплекс упражнений, направленных на развитие навыков эмпатического слушания для поддержания консультативного контакта.

Цель: отработка техники постановки вопросов эмоционального характера и умения следовать за клиентом, отработка техники эмпатии «отражения чувств».

7. Решение практических задач выбора психодиагностических средств для более углубленного изучения проблемы клиента в зависимости от содержания консультативной ситуации, жалобы и запросы клиента.

8. Упражнение «Советы»

Цель: осознание того, насколько неэффективными бывают советы.

9. Упражнения, направленные на овладение процедурой выяснения ведущих мотивов и управления процессом принятия решения клиентом.

10. Упражнение «Составление программы действий, направленных на достижение целей»

Цель: подготовка к выработке навыков моделирования нового поведения.

11. Упражнение «Окончание сессии»

Цель: отработка навыков проведения завершающего этапа сессии.

Практическое занятие к разделу 5: «Поведенческоеконсультирование при оказании психологической помощи личности в трудной жизненной ситуации»

Практическое освоение методов релаксации и десенсибилизации и преодоления тревоги.

Знакомство с элементами тренинга ассертивности и репетиции поведения.

Практическое занятие к разделу 7: «Применение логотерапии при оказании психологической помощи личности в трудной жизненной ситуации»

Знакомство с методами углубления экзистенциального осознания и фокусирования на поисках смысла; с методом парадоксальной интенции.

Практическое занятие к разделу 10: «Когнитивноеконсультирование»

Практическое освоение психотехник когнитивного консультирования по А. Беку (обеспечение логического обоснования; проверка корректировка автоматических мыслей; идентификация когнитивных ошибок; переопределение проблем).

Практическое занятие к разделу 9: «Позитивноеконсультирование, ориентированное на решение проблем»

Практическое освоение методики консультирования, фокусированного на решении проблемы (использование психотехник работы с проблемой, психотехник постановки цели, психотехника актуализации ресурсов; приемы работы с «социальной сетью» клиента; составление программы достижения цели).

Практические занятия к разделу 10. «Методы психотехники работы с привлечением к работе с проблемами»

Практическое знакомство с психотехниками арт-терапии, используемыми в работе с тяжелыми чувствами клиента. Освоение психотехник нейролингвистического программирования в работе с психологической травмой. Использование психотехник направленной визуализации для восстановления контроля над собственным эмоциональным

состоянием.

5.Образовательные технологии, применяемые при освоении идисциплины

В ходе реализации различных видов учебной работы по освоению дисциплины «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации» используются образовательные технологии, направленные на актуализацию творческого потенциала магистров и ответственности за качество освоения образовательной программы.

Проблемная лекция. Знания вводятся как «неизвестное», которое не необходимо «открыть», используется прием постановки проблемы, которую входит вложение материала необходи́мо решить. При этом выдвигаемая проблема требует неоднотипного решения, готовой схемы которой нет. Деятельность магистрантов на лекции приближается к поисковой, исследовательской. Данный тип лекции используется при введении знаний по каждому из разделов изучаемой дисциплины.

Лекция-визуализация. Учит преобразовывать устную и письменную информацию в визуальную форму, выделяя при этом наиболее значимые и существенные элементы. На лекции используются мультимедийные презентации, к подготовке которых могут привлекаться обучающиеся. Проведение лекции проводится связью развернутому комментированию подготовленных наглядных материалов. Данный тип лекции используется при освоении раздела 3 изучаемой дисциплины: «Этапы и процедуры психологического консультирования».

Лекция-пресс-конференция. Предполагает обявление темы лекции и предложение студентам устно (или письменно) задавать вопросы преподавателю по данной теме. Магистр обязан сформулировать вопросы в течение 5 минут. Далее преподаватель сортирует поступившие вопросы (записки) и читает лекцию в форме связного раскрытия темы, в процессе которого формулируются ответы на заданные вопросы. В конце лекции преподаватель проводит титовую оценку вопросов, выявляя знания и интересы обучающихся. Подобная лекция позволяет выявлять круг интересов магистрантов и степень их подготовленности к работе; фокусировать внимание на важнейших моментах изучаемой проблематики; подводить итоги освоения данной тематической блока и систематизировать полученные знания. Лекция-пресс-конференция используется при освоении знаний по каждому из разделов изучаемой дисциплины.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки «психология» в целях формирования и развития профессиональных навыков обучающихся при освоении дисциплины «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации» предусматривается широкое использование активных и интерактивных форм проведения практических занятий – учебных элементов психологических тренингов:

- элементы тренинга начиная юного консультанта (в практических занятиях к разделам 1, 2, 3);

- элементы тренинга наблюдательности профessionала (в практических занятиях к разделам 1, 2),

- элементы тренинга эмоциональной компетентности и развития эмпатии (в практических занятиях к разделам 2, 3).

Данные занятия представляют собой специальную систематическую тренировку, обучение и позащиту отработанной методике, сконцентрированной на формировании совершенствования следующих умений и навыков:

- установления и поддержания консультативного контакта;
- выстраивания психоdiagностической консультативной беседы;
- осуществления систематического наблюдения и саморефлексии;
- эффективного применения активного и эмпатического слушания;
- исследования проблемной ситуации;

- позитивной обратной связи;
- оказания психологической поддержки;
- организации процесса принятия решения и планирования достижения поставленных целей;
- саморегуляции своей профессиональной деятельности и эмоциональных состояний с целью снижения рисков нанесения вреда и профилактики эмоционального сгорания.

Для студентов-

инвалидов и лиц с ОВЗ предусмотрены следующие формы организации педагогического процесса и контроля знаний:

а) для слабовидящих:

обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс; для выполнения контрольных заданий при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; задания для выполнения, а также инструкция о порядке выполнения контрольных заданий оформляются увеличенным шрифтом (размер 16-20);

б) для глухих и слабослышащих:

обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры колективного пользования, при необходимости студентам предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

в) для лиц с тяжелыми нарушениями речи, глухих, слабослышащих в секонтрольные задания по желанию студентов могут проводиться в письменной форме.

Основной формой организации педагогического процесса является интегрированное обучение инвалидов, т.е. все студенты обучаются в смешанных группах, имеют возможность постоянно общаться со сверстниками, легче адаптируются в социуме.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 70% аудиторных занятий, что соответствует требованиям ФГОС ВО и главной цели ОП подготовки магистрантов по направлению «психология».

6. Учебно-

методическое обеспечение самостоятельной работы магистров. Оценочные представления о текущем контроле успеваемости, промежуточной аттестации и о том, какое оно влияет на дисциплины

Виды самостоятельной работы. В дисциплине «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации» предполагаются следующие виды самостоятельной работы:

- самостоятельная подготовка и углубленное изучение тем, предлагаемых на лекциях с помощью вопросов для самопроверки (см. 6.1.),
- самостоятельная подготовка к выполнению практических заданий (6.2.)
- подготовка к эссе по тематическим разделам 1-3 (см. 6.3.),
- написание реферата по темам второй части дисциплины (см. 6.4.),
- подготовка к зачету по контрольным вопросам изучаемой дисциплины (см. 6.5),
- выполнение практических заданий.

Порядок выполнения самостоятельной работы. Самостоятельная подготовка к практическим занятиям осуществляется регулярно по каждому разделу дисциплины и определяется календарным графиком изучения дисциплины.

В ходе освоения дисциплины предполагается написание эссе и реферат на одну из предлагаемых тем. Время, отводимое на подготовку эссе и реферата – от 2 недель до двух месяцев, но работа должна быть предъявленна для проверки не позднее, чем за неделю до начала сессии.

Порядок осуществления текущего контроля. Текущий контроль выполнения

практических заданий осуществляется регулярно (еженедельно), начиная со второй недели семестра. Контроль оценивания выполнения эссе осуществляется по завершении освоения раздела 3; рефера - напоследней неделе семестра.

Текущий контроль освоения отдельных разделов дисциплины осуществляется при помощи тестовых заданий в завершении изучения каждого раздела.

Систематический контроль успеваемости служит дальнейшим более объективному оцениванию в ходе промежуточной аттестации.

6.1. Вопросы для самостоятельной подготовки по разделам дисциплины «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации»

Вопросы для самопроверки освоения раздела 1: «Понятие, виды и методы психологического консультирования при оказании помощи личности в трудной жизненной ситуации»

1. Что такое психологическое консультирование?
2. Что изучает консультативная психология?
3. Какие цели преследует психологическое консультирование?
4. Какие задачи решает консультативная психология?
5. В чем состоят отличия психологического консультирования от других областей практической психологии?
6. Кто, когда и почему обращается за помощью к психологу-консультанту?
7. Каковы критерии для классификации видов консультирования?
8. Какие существуют виды психологического консультирования и в чем заключаются их особенности?
9. Перечислите основные формы психологического консультирования.
10. Каковы методы психологического консультирования?

Вопросы для самопроверки освоения раздела 2: «Принципы, условия и навыки поддержания консультативного контакта»

1. Каковы основные правила психологического консультирования?
2. Чем способствует выполнение консультантом правил безоценочного отношения к клиенту?
3. Какой позиции следует придерживаться консультанту во взаимодействии с клиентом?
4. Что означает принцип распределения ответственности в процессе консультирования?
5. Какие ограничения на обращение с информацией накладывает правило конфиденциальности?
6. Накакие экспериментальные данные опирается принцип фиксации консультанта на ресурсных сторонах личности клиента?
7. Какие основные есть условия позитивного изменения личности в ходе консультирования выделил К. Роджерс?
8. Что понимается под консультативным контактом?
9. Чем определяется характер консультативного контакта? Как понимается консультативный контакт в различных теоретических направлениях консультирования?
10. Что относят к эмоциональным компонентам помогающих (терапевтических) отношений?
11. Какие типы межлических отношений выделил М. Бубер? Каков должен быть характер помогающих отношений в консультировании и психотерапии по М. Буберу?
12. Каковы навыки поддержания консультативного контакта? Дайте характеристику каждой группе навыков.
13. Чем понимается под переносом и контрапереносом в консультировании? Для чего психологу необходимо отслеживать эти явления в ходе консультативного взаимодействия?
14. Когда целесообразно применение навыков конфронтации в консультировании?
15. Какие позиции и взаимодействия позиций и восприятия выделяются в ходе консультативного взаимодействия? Какие из позиций являются наиболее эффективными в консультировании? Какие возможности предоставляет консультанту умелое сочетание различных позиций и восприятия в ходе общения с клиентом?
16. Какие требования предъявляются к личностным качествам консультанта?
17. Какого профессионального подготавливается консультант пройти консультант?
18. Что понимается под синдромом эмоционального сгорания?

19. Перечислите необходимые условия проведения психологического консультирования.
20. Соблюдение каких принципов предполагает профессиональная этика консультанта?
21. Что такое супервизорство?

Вопросы для самопроверки освоения раздела 3: «Этапы и процедуры психологического консультирования»

1. Какие этапы выделяются в процессе психологического консультирования?
2. Что представляют собой основные этапы проведения психологического консультирования?
3. Каковы задачи консультанта на этапе психологической настройки?
4. К каким способам создания состояния рабочей готовности для проведения психологического консультирования может прибегнуть консультант?
5. Как нужно встречать клиента в психологической консультации? Каковы техники встречи клиента?
6. Какие действия предпринимаются психологом-консультантом непосредственно после встречи клиента?
7. Как следует психологу-консультанту начинать беседу с клиентом?
8. С какими словами рекомендуется психологу-консультанту обращаться к клиенту в начале беседы?
9. Как следует вести себя психологу-консультанту во время исповеди клиента?
10. С помощью каких конкретных приемов психолог-консультант может снять психологическое напряжение у клиента?
11. Что представляет собой прием вербальной поддержки клиента с стороны психолога-консультанта?
12. Каким образом может быть практически решена проблема запоминания психологом-консультантом того, что ему сообщают клиенты во время исповеди о себе и о своей проблеме?
13. Что включает в себя процедура эмпатического слушания клиента?
14. Что означает прием «парафраза (повторение)?» Когда и при каких обстоятельствах обращаются к нему в практике психологического консультирования?
15. Каково консультационно-психологическое определение приема «обобщение»? В каких случаях рекомендуется обращаться к нему психологу-консультанту?
16. В чем выражается прием эмоциональной поддержки клиента с стороны психолога-консультанта?
17. Для чего психологу-консультанту рекомендуется практиковаться и учиться пользоваться своей речью, обращенной к клиенту, индивидуальными особенностями собственной речи клиента?
18. Какие технические приемы применяются психологом-консультантом во время исповеди клиента?
19. Какие действия психолога-консультанта и клиента содержат в себе этап прарасспроса клиента при получения дополнительной информации?
20. В чем заключается процедура прояснения мысли клиента?
21. Когда и почему в консультации возникает необходимость специального психологического изучения клиента с помощью психологических тестов?
22. Что должно делать психолог-консультант клиенту на этапе интерпретации проблемы приятия решения?
23. Почему желательно предлагать клиенту не один, а несколько разных способов решения его проблемы?
24. Почему самому клиентуично, а не психологу-консультанту, следует делать окончательный выбор практических рекомендаций по решению проблемы?
25. Что такое процедура уточнения деталей принятого решения?
26. Каковы задачи содержания этапа формирования новой модели поведения и оптимизации личностных механизмов саморегуляции клиента?
27. Чем представляют собой основные правила, которыми психологу-консультанту следует

- руководствоваться, предлагая клиенту практические рекомендации по решению его проблемы?
28. Для чего желательно, чтобы психолог-консультант обеспечил клиента средствами эффективного контроля за правильностью выполнения полученных рекомендаций?
29. Какую цель преследуютличные встречи с психологом-консультантом и клиентом уже послетого, как консультация практически завершена и клиент получил требуемые рекомендации по решению его проблемы?
30. В чем состоят задачи завершающего этапа психологического консультирования?
31. Какие слова психологу-консультанту следует сказать клиенту по завершении консультации?

Вопросы для самопроверки посвященные разделам 4-10

1. Почему разработанный К. Роджерсом консультационный подход называется личностно-центрированным?
2. Что понимается К. Роджерсом под перцепционной или субъективной системой взглядов?
3. Что является основным мотивационным внутренним импульсом человека в концепции К. Роджерса?
4. Какой процесс теории К. Роджерса называются организмически-ценочным процессом индивидуума?
5. Что такое «условия ценности», по К. Роджерсу?
6. Каковы цели, задачи и условия личностно-центрированного консультирования?
7. Почему К. Роджерс главным в консультировании считает качество устанавливаемых отношений между клиентом и консультантом?
8. Как К. Роджерс понимает эмпатию, и какую роль отводит ее в процессе консультирования?
9. Что понимается под конгруэнтностью?
10. Что понимал Дж. Уотсон под процессом обусловливания эмоций?
11. Каков взгляд Б.Ф. Скиннера на психотерапию?
12. Какие задачи может решать поведенческое консультирование?
13. В каких целях применяется метод реципрокного торможения Дж. Вольпе?
14. Какие проблемы позволяют решить методы релаксации и систематической десенсибилизации, разработанные в поведенческом консультировании?
15. Что предполагает ассертивный тренинг?
16. Опишите процедуру метода прогрессирующей мышечной релаксации.
17. В чем состоят особенности вербальной процедуры релаксации, ментальной релаксации, условной релаксации?
18. Каковы задачи разработки программ подкрепления и жетонной системы?
19. Перечислите основные стадии процедуры метода репетиции поведения.
20. На каких положениях основывается обучение клиентов использованию самоподкрепления?
21. Каковы основные положения теории логотерапии В. Франкла?
22. Какие основные источники жизненного смысла выделяет В. Франкл?
23. Что понимает В. Франкл под духовным бессознательным?
24. Назовите главные характеристики экзистенциальной фрустрации.
25. Для описания какого состояния В. Франкл использовал понятие экзистенциального вакуума?
26. Что понимается В. Франклом под ноогенным неврозом?
27. Опишите основные методы и техники логотерапии.
28. Перечислите основные приемы метода углубления экзистенциального осознания.
29. Какие методы используют логотерапевты для фокусировки на поиске смысла? Задача 30. В чем состоят особенности выявления смысла через логодраму?
31. Какова цель применения парадоксальной интенции в логотерапии?
32. Какие цели ставят когнитивное консультирование?
33. Перечислите основные положения когнитивного консультирования по А. Беку.

34. Назовите основные уровни когнитивной обработки информации по А. Беку.
35. Что понимает А. Бек под когнитивными схемами?
36. Что такое когнитивные ошибки, и какую роль они играют в жизнелюбовке?
37. Перечислите и дайте характеристики основным видам когнитивных ошибок по А. Беку.
38. Какая связь существует между когнитивными эмоциями и поведением?
39. Назовите основные виды дисфункциональных и преувеличенных убеждений по А. Беку.
40. В чем состоит суть когнитивной модели депрессии?
41. Каковы основные когнитивные методы проверки истинности и исправления автоматических мыслей?
42. На что направлено использование таких когнитивных психотехник, как декатастрофизация, реатрибуция, переопределение и децентрализация?
43. Какие основные задачи решает позитивное консультирование?
44. Каковы основные постулаты и принципы позитивного консультирования?
45. Опишите структуру беседы, фокусированной на решении? Из каких основных блоков она состоит?
46. Перечислите известные вам техники позитивного консультирования, фокусированного на решении проблемы.
47. Особенности оказания психологической помощи при переживании психологической травмы.
48. Методы и психотехники в работе с психологической травмой.

Практические задания к разделу 3: «Этапы и процедуры психологического консультирования»

1. Представьте себе, чтобы подготовиться к проведению психологической консультации. Опишите и объясните необходимость каждого из планируемых вами шагов.
2. Представьте, чтобы практикующий психолог-консультант. Чтобы будет делать на каждом из этапов психологического консультирования?
3. Как вы будете проводить процедуру встречи клиента с кем-либо, вспомнив и использовав все, что в этом случае должно быть сделано хорошо подготовленный психолог-консультант. Проиграйте полностьюью с кем-либо собеседуя встречи клиента в психологической консультации, взяв на себя роль психолога-консультанта. Обратитесь к кому-либо как к потенциальному клиенту, используя приемы фразами речевого этикета, уместные в момент встречи клиента в психологической консультации.
4. Какие практические действия следует предпринять психологу-консультанту до начала исповеди клиента, включив частностив эти действия процедуру снятия психологических барьеров у клиента, процедуру его общего эмоционального настроения на психологическую консультацию.
5. Предположим, что исповедь вашего клиента уже началась. Продемонстрируйте на практике процедуру эмпатического слушания.
6. Продемонстрируйте на практике приемы активного слушания клиента. Используйте прием параллакс в общении с несколькими людьми.
7. Разговаривая с кем-либо из знакомых людей, открыто выражите ему уверенность, поддержку, продемонстрировав на практике соответствующую процедуру психологического консультирования.
8. Вспомните и опробуйте на практике процедуру прояснения мысли клиента.
9. Попробуйте на практике в разговоре слюдьми прием обобщения.
10. Попытайтесь в общении с разными людьми использовать особенности их речи, а также скопировать их манеру и стиль общения.
11. Кто-то из ваших знакомых можетпытываться в данный период жизни небольшие трудности. Представьте, чтобы психолог-консультант, иквам например пришел человек с проблемой в родной, скоторой столкнулся с знакомый. Допустим, что клиент завершил

свою исповедь вам как психологу-консультанту предстоит определить суть его проблемы, а также найти вместе с клиентом оптимальное решение. Как вы можете оценить проблему клиента, какие варианты решения проблемы вы сможете предложить. Обоснуйте каждый из предложенных вариантов, рассмотрев достоинства и недостатки. Как можно реализовать в диалоге с клиентом процедуру поиска взаимоприемлемого решения и процедуру уточнения деталей принятого решения?

12. Предположим, что проводимая вами психологическая консультация уже близится к концу и решены проблемы, волнующие клиента, уже найдено. Покажите практически, как работает заключительная процедура психологического консультирования.

Практические задания к разделам 4-10

Подготовьтесь к практическим аудиторным занятиям, самостоятельно ознакомившись с основными психотехниками:

1. личностно-центрированного консультирования,
2. логотерапии,
3. поведенческого консультирования,
4. когнитивного консультирования,
5. консультирования, фокусированного на решении проблемы.

Используйте для этого список рекомендуемой литературы.

6.3. Методические рекомендации для написания эссе

Эссе – небольшая по объему самостоятельная письменная работа на предложенную тему соответствующей дисциплины. Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных умозаключений. Эссе должно содержать четкое изложение и поставленной проблемы, включать самостоятельный проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, соответствующий дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме. Качество работы оценивается по следующим критериям: самостоятельность выполнения, способность аргументировать положения и выводы, обоснованность, четкость, лаконичность, оригинальность постановки проблемы, уровень освоения темы и изложения материала, способность самостоятельно осмысливать факты, структура и логика изложения.

Темы для подготовки эссе подисциплине

1. Разнообразие видов психологического консультирования
2. Эмпатия как средство эффективного консультативного общения
3. Эмоциональное состояние и консультант как средство управления консультативным процессом
4. Базовые и специальные методы психологического консультирования
5. Этапы психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации
6. Применение психодиагностики в различных консультативных ситуациях

Рекомендуемая литература:

Абрамова Г.С. Психологическое консультирование. Теория и опыт: Уч. пособ. для студ. вузов. – М.: Изд. Центр «Академия», 2001. – 240 с.

Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. – Изд. 2-е. – М., 1999. - 208 с.

Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидерс А.Г. Возрастно-психологическое консультирование. – М., 1990.

- Моховиков А.Н.* Телефонное консультирование.– М.: Смысл, 1999. – 140с.
- Мэй Р.* Искусственное психологическое консультирование.– М.: Независимая фирма «Класс», 1994. – 133 с.
- Немов Р.С.* Основы психологического консультирования: Учеб. Для студ. Педвузов.– М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999.– 528 с.
- Роджерс К.Р.* Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы.– М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 464с.
- Роджерс К.* Взгляд на психотерапию. Становление человека.– М., 1994.

6.4. Методические рекомендации к выполнению реферата по дисциплине «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации»

с указанием тематики и литературы

Реферат – форма письменной работы, представляет собой краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной научной теме. Объем реферата может достигать 10-15 стр.; время, отводимое на его подготовку – от 2 недель до месяца. Подготовка реферата подразумевает самостоятельное изучение нескольких литературных источников (монографий, научных статей и т.д.) по определенной теме, не рассматриваемой подробно в аннотации, систематизацию материала и краткое изложение. Цель написания реферата – развитие навыков краткого и лаконичного представления собранных материалов и фактов в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научным отчетам, обзорами статей.

Реферат предлагается написать по одной из тем второй части дисциплины: «Теоретические модели и техники психологического консультирования»:

1. Личностно-центрированное консультирование по К. Роджерсу
2. Модели и психотехники поведенческого консультирования
3. Экзистенциальное консультирование
4. Основные цели, задачи и техники логотерапии В. Франкла
5. Теория и практика когнитивного консультирования
6. Анализ влияния когнитивных ошибок на качество жизни в концепции А. Бека
7. Методы и психотехники в работе с травматическими переживаниями
8. Патогенетическая психотерапия В.Н. Мясищева (Личностно ориентированная психотерапия В. Н. Мясищева)
9. Понимающая психотерапия Ф.Е. Василюка
10. Позитивно ориентированная психотерапия

Рекомендуемая литература:

Кочюнас Р. Основы психологического консультирования– М.: "Академический проект", 1999.

Нельсон-Джонс Р. Теория и практика консультирования.– СПб.: Питер, 2001.– 464с.//
<http://zipsites.ru/psy/psylib/info.php?p=2917>

Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. Учеб. пособие для студ. вузов, 3-е изд., стер.– М.: Академия, 2008.– 288с.

Роджерс К.Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы.– М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 464с.

Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека.– М., 1994.

Франкл В. Человек в поисках смысла.– М., 1990.

Фролова С.В. Психология преодоления ситуаций насилия в семье (Феноменология переживания и пути оказания психологической помощи)/ С.В. Фролова.— СПб.: Речь, 2012.— 112 с.

6.5. Контрольные вопросы для подготовки к экзамену по дисциплине «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации»

1. Цели, задачи психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации
2. Сущность процесса психологического консультирования
3. Виды психологического консультирования
4. Формы психологического консультирования
5. Требования, предъявляемые к личностным качествам, знаниями и опыту у психолога консультанта. Специфика профессионального общения консультанта
6. Основные методы психологического консультирования
7. Методы беседы и интервью, используемые в ходе психологического консультирования
8. Метод наблюдения в психологическом консультировании. Виды наблюдения. Объекты наблюдения консультанта. Навыки наблюдательности консультанта.
9. Цель и приемы рефлексивного активного слушания
10. Цель, особенности приемы эмпатического слушания
11. Эмпатия, рефлексия, идентификация как средства эффективного психологического консультирования
12. Специальные методы консультирования в различных психологических школах
13. Принципы и правила психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации
14. Устаревшие и ошибочные методы психологического консультирования
15. Создание помогающих отношений в консультировании. Навыки поддержания консультативного контакта
16. Основные техники верbalного общения в консультировании
17. Эффективное использование невербальных средств общения в консультировании
18. Правила эффективной обратной связи в консультировании
19. Эмоциональная компетентность консультанта. Навыки сознания и выражения чувств
20. Способность управлять чувствами и эмоциональными состояниями
21. Перенос и контрперенос в психологическом консультировании и предотвращение их негативного влияния
22. Понятие и задачи конфронтации в психологическом консультировании. Навыки конфронтации.
23. Основные этапы психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации
24. Этап психологической настройки консультанта. Эффективные приемы и способы управления состоянием консультанта
25. Правила знакомства и выяснения запросов клиента. Постановка целей и задач консультирования
26. Социальный контракт как фактор эффективной регуляции консультативного процесса
27. Понятие «исповеди» клиента в консультативной психологии. Правила выслушивания
28. Исповеди клиента и ее анализ. Особенности фиксирования информации консультантом
29. Основные задачи стадии расспроса и получения дополнительной информации
30. Требования к применению психодиагностики в консультировании. Тесты, используемые при решении различных психологических задач в консультировании
31. Гипотезы в психологическом консультировании как варианты более конструктивных позиций клиента в отношении к своим проблемам

32. Этап совместной интерпретации проблем и принятия решения клиентом: процедуры и техники
33. Выявление ведущих мотивов клиента и составление реалистичного плана решения проблемы
34. Этап формирования новой модели поведения и оптимизация личностных механизмов саморегуляции клиента
35. Психотехническое сопровождение выработки новых моделей поведения личности в трудной жизненной ситуации
36. Завершающий этап консультативной сессии
37. Оценка эффективности консультации методом совместного обсуждения
38. Условия психологического консультирования
39. Создание атмосферы психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации
40. Проблема ограничений в психологическом консультировании: распределение ответственности, времени, эмоциональная привязанность
41. Позиция консультанта как фактор эффективности консультативного контакта
42. Процедуры психологического консультирования личности в трудной жизненной ситуации
43. Современные системы психотерапии и консультирования
44. Главные психотерапевтические факторы в консультировании. Унифицирующие и специфические аспекты психологического консультирования.
45. Личностно-центрированное консультирование
46. Факторы эффективного психологического консультирования по К. Роджерсу
47. Основные положения теории логотерапии В. Франкла и ее применение в психологическом консультировании
48. Поведенческое консультирование: теория и практика
49. Методы релаксации и десенсибилизации в преодолении тревоги. Процедуры релаксации
50. Когнитивное консультирование: основные положения и психологические техники
51. Когнитивные ошибки и эмоциональные расстройства
52. Постулаты и стратегические принципы позитивного консультирования
53. Методика консультирования, фокусированного на решении проблемы
54. Мультимодальное консультирование
55. Понятие профессионального консультирования (супervизорство) с целью уменьшения риска нанесения вреда клиенту
56. Методы и психотехники в работе с травматическими переживаниями
57. Повышение профессиональной квалификации психолога-консультанта
58. Этические принципы профессиональной деятельности консультанта

6.6.

Система оценивания для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

1) контроль знаний, умений, навыков, усвоенных в данной дисциплине, осуществляется по результатам работы на практических занятиях;
 2) контроль выполнения магистрантами заданий для самостоятельной работы, 3) контроль и оценивание написания эссе и
 4) контроль знаний, умений, навыков, усвоенных по каждой из разделов дисциплины, осуществляется при помощи тестовых заданий.

Работа на практических занятиях оценивается по итогам подготовки и выполнения магистрами практических заданий, постепенно активности работы в группе и качеству результатов самостоятельной работы.

Оценка за выполнение тестовых заданий в разделах дисциплины выставляется в соответствии со следующими критериями:

Оценка «зачтено» (3-5 баллов) - 51-100%

правильных ответов. Оценка «не зачтено» - 50% и

Форма промежуточного контроля - экзамен.

Оценка на экзамене выставляется в соответствии с результатами выполнения следующих заданий:

1. выполнение заданий для самостоятельной работы, написание эссе и рефератов по выбранной теме;
2. оценка за работу на практических занятиях (степень активности в виде выступлений со сообщениями, участия в дискуссиях, успешность выполнения практических заданий, качество самоанализа результатов проделанной работы и т.д.);
3. выполнение тестовых заданий изученным разделам;
4. устный ответ на два вопроса билета.

7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС Таблица

ца максимальных баллов по видам учебной деятельности

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Автоматизированное тестирование	Не автоматизировано естество-рирование	Промежуточная аттестация	Итого
3	10	0	30	20	0	20	20	100

Программа оценивания учебной деятельности студента

3 семестр

Лекции

Оценивается посещаемость, активность на лекциях – пресс-конференциях, умение выделить главную мысль на проблемных лекциях, ответы на блиц-опросы.

Диапазон оценки: от 0 до 10 баллов

Практические занятия

Оценивается самостоятельность при выполнении работы, активность работы в аудитории, правильность выполнения заданий, уровень подготовки к занятиям, умение

проявлять активное наблюдение, приемы активного слушания, психотехники активизации сознания, психотехники эмпатии, эффективно владение средствами невербального общения.

Диапазон оценки: от 0 до 30 баллов

Самостоятельная работа

Оценивается качество выполнения эссе, реферата, заданий по освоению метода активного наблюдения и оформления пятипротоколов наблюдения, ответов на вопросы для самопроверки.

Диапазон оценки: от 0 до 20 баллов

Неавтоматизированное тестирование

Оценивается количество правильных выполненных тестовых заданий при помощи сформированного ключа к ответам. Максимальное число баллов по этому виду контроля составляет 20 баллов.

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация представляет собой ответы на давопросы в программе дисциплины и выполнение практического контрольного задания спредоставляемым для анализа описанием консультативной ситуации. Максимальновозможный балл при прохождении промежуточной аттестации – 20.

Диапазон баллов в критерии оценки

При проведении промежуточной аттестации

ответ на «отлично» оценивается от 18 до 20 баллов;

ответ на «хорошо» оценивается от 15 до 17 баллов;

ответ на «удовлетворительно» оценивается от 11 до 14 баллов;

ответ на «неудовлетворительно» оценивается от 0 до 10 баллов.

Максимальная сумма баллов за все виды учебной деятельности в ходе обучения под дисциплине «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации» составляет 100 баллов.

Таблица пересчета полученной студентом суммы баллов под дисциплину «Психологическое консультирование личности в трудной жизненной ситуации» вооценку (зачет):

55-100 баллов	«зачтено»
0-54 балла	«незачтено»

**8.Учебно-
методическое и информационное обеспечение дисциплины «Психологическо
е консультирование личности в трудной жизненной ситуации»**

а) литература:

1. Фролова С.В. Основы консультативной психологии [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Саратов: Сарат. гос. ун-т им. Н.Г. Чернышевского, 2018. - 118 с. // <https://www.sgu.ru/structure/znbsgu> - Электронная библиотека учебно-методической литературы СГУ. Текст ID= 2206
2. Фролова С.В. Теория и практика психологического консультирования [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Саратов: Сарат. гос. ун-т им. Н.Г. Чернышевского, 2018. - 152 с. // <https://www.sgu.ru/structure/znbsgu> - Электронная библиотека учебно-методической литературы СГУ. Текст ID= 2207
3. Линде Н.Д. Психологическое консультирование: Теория и практика. М.: Аспект Пресс, 2011. 254 с.
4. Методы практической социальной психологии. Диагностика. Консультирование. Тренинг: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / под ред. Ю. М. Жукова. М.: Аспект Пресс, 2004. – 255.
5. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб. пособие. - 3-е изд., стер. М.: Академия, 2008. 284 с.
6. Очирова Л.И. Основы консультативной психологии [Электронный ресурс]. - Улан-Удэ: Бурятский государственный университет, 2017. 97 с. Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/614257>
7. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование: учеб. пособие. СПб: Питер, 2008. 252 с.
8. Сапогова Е.Е. Консультативная психология: учеб. пособие для студентов. М.: Академия, 2008. 348 с.
9. Соколова Е.Т. Психотерапия. Теория и практика: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений. - 4-е изд., стер. М.: Академия, 2010. 368 с.
10. Социальная психология [Текст]: хрестоматия / сост.: Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. М.: Аспект Пресс, 2008. 462 с.
11. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - 6-е изд., стер. М.: Академия, 2008. 208 с.
12. Шаграева О. А. Основы консультативной психологии: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования. М.: Академия, 2011. 269 с.

б) рекомендуемые первоисточники:

1. Абрамова, Г.С. Психологическое консультирование. Теория и опыт [Текст]: учеб. пособие для студентов / Г.С. Абрамова. - М.: Академия, 2001. - 240с.
2. Бурменская Г.В. и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: учеб. пособие. - М.: Академия, 2002. - 416 с.
3. Карелина А.А. Снег на листьях. - М.: Эксмо, 2010г. - 224с.
4. Лидерс А.Г. Психологическое обследование семьи (3-е изд., стер.) учеб. пособие-практикум - М.: Академия, 2006. - 432 с.

- 5.Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М.: Независимая фирма «Класс»,1994. – 133с.
- 6.НемовР.С.Основыпсихологическогоконсультирования:Учеб.Длястуд. Педвузов. – М.:Гуманит. Изд. ЦентрВЛАДОС,1999.–526с.
- 8.РоджерсК.Клиентоцентрированнаятерапия[Текст]/К.Роджерс.–М.; Киев:Рефл-бук:Ваклер, 1997. - 320с.
- 9.Франкл В. Человек в поисках смысла. –М., 1990.– 368с.

в)Интернет-ресурсы, базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Электронная библиотека СГУ<http://library.sgu.ru/uch>
Электронная библиотека РУКОНТ // <https://rucont.ru>
<http://zipsites.ru/psy/psylib/info.php?p=2917>
Российская психологическая библиотека:<http://www.rospsy.ru>.
Библиотека русского гуманитарногоИнтернет–университета:
<http://www.vusnet.ru/biblio>
Электронная библиотека института психологии Л.С. ВыготскогоРГГУ
<http://psychology.rsuh.ru>.
Научная электронная библиотекаeLibrary.ru<http://elibrary.ru>

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Ресурсное обеспечение дисциплины формируется на основе требований к условиям реализации основных образовательных программ, определяемых ФГОС ВО по направлению подготовки 37.04.01 Психология профиль «Консультативная психология» с учетом рекомендаций ООП.

Для реализации данной рабочей программы используются компьютерные классы с выходом в Интернет (ауд.133, 134, XII корпус СГУ), аудитории (кабинеты), оборудованные мультимедийными демонстрационными комплексами (102, 103, 110, 113). Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к одной или нескольким электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам), содержащим все издания основной литературы, перечисленные в рабочей программе дисциплины, сформированным на основании прямых договорных отношений с правообладателями. Кроме того, обучающийся может пользоваться фондом Зональной научной библиотеки им. В.А. Артисевич.

Электронно-библиотечная система СГУ (электронная научная библиотека) и электронная информационно-образовательная среда обеспечивают возможность индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет, как на территории образовательной организации, так и вне ее.

Используемая для реализации образовательных программ общая площадь помещений составляет не менее 10 квадратных метров на одного обучающегося (приведенного контингента) с учетом учебно-лабораторных зданий, двухсменного режима обучения и применения электронного обучения и (или) дистанционных образовательных технологий.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению и профилю подготовки 37.04.01 «Психология».

Автор:

доктор психологических наук, профессор

С.В.Фролова

Программа одобрена на заседании консультативной кафедры от 29.04.2021 года, протокол № 9.