

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
по выполнению практических работ
по дисциплине **«Теоретические и методологические основы оказания
психологической помощи»**
для студентов направления подготовки
37.04.01 «Психология»
Направленность (профиль)
«Психологическое консультирование»

Ставрополь, 2026 г.

Содержание

РАЗДЕЛ 1. Теоретические и методологические подходы к определению психологической помощи.

Тема 1. Понятие психологической помощи. Теоретические подходы к определению понятия. Понятие психологической помощи с точки зрения методологии.

Тема 2. Виды психологической Психологическая коррекция, консультирование, тренинг и психотерапия.

Тема 3. Этапы и особенности оказания психологической помощи. Этапы психологического консультирования. Технические этапы психологического консультирования и психотерапии

РАЗДЕЛ 2. Психологическая помощь при различных состояниях.

Тема 4. Особенности психологической помощи при утрате.

Психологическая помощь на стадии шока. Помощь на стадии острого горя.

Тема 5. Психологическая помощь при тревожных расстройствах Систематическая десенсибилизация. Терапия панического расстройства с агорафобией

Тема 6. Психологическая помощь при суициде Природа возникновения суицида. Факторы суицида. Этапы психологической помощи при суициде.

Тема 7. Психологическая помощь жертвам насилия Проблема и понятие насилия. Виды насилия. Особенности психологической помощи жертвам насилия.

Тема 8. Особенности оказания психологической помощи детям в ситуации насилия. Типы насилия над детьми, их характеристика. Техники работы с детьми оказавшихся в ситуации насилия.

Тема 9. Оказание психологической помощи при ПТСР Понятие и классификация ПТСР. Основные этапы оказания помощи.

Введение

Целью освоения дисциплины «Теоретические и методические основы оказания психологической помощи» является формирование набора общенаучных и профессиональных компетенций магистра, формирование у них основ знаний по практике психологической помощи исходя из различных направлений консультативной практики; развитие более глубокого понимания содержания и процедуры психологического консультирования, его предмета, объекта и других базовых составляющих.

Задачи освоения дисциплины:

- сформировать общие представления о психологическом консультировании, психологической помощи.
- освоить методологию психологической помощи (развитие личности клиента как ее предмет).
- сформировать представление о методах и подходах в практике психологической помощи в форме консультирования и психотерапии, об их соотношении в психологической деятельности.
- изучить разнообразные методы психологической помощи, их уровни и классификации.
- сформировать навыки построения грамотного плана психологической помощи при различных запросах на нее.
- сформировать навыки проведения психологического консультирования и коррекции его в процессе реализации.

Методические указания призваны помочь магистрам сориентироваться в учебной программе курса, самостоятельно осуществлять контроль своих знаний, качественно готовиться к практическим занятиям и эффективно подготовиться к экзамену.

С целью формирования у студентов способностей научно-исследовательской деятельности, анализа и интерпретации психологических фактов в учебный курс включены задания творческого и поискового характера и задания, требующие использования психодиагностических методик по заданной проблематике.

ТЕМА 1. Понятие психологической помощи. Теоретические подходы к определению понятия. Понятие психологической помощи с точки зрения методологии.

Цель: овладению навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога и умению применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции (для оптимизации) собственной деятельности и психического состояния

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: Целью любого психологического вмешательства является изменение психического состояния и поведения индивида, в случае психологической помощи это устранение психологических проблем и нарушений поведения.

Психологическая помощь направлена на устранение психологических проблем и нарушений поведения посредством использования специальных научно обоснованных психологических методов.

Теоретическая часть: Выделяют различные виды психологической помощи, которые различаются целями, теоретическими ориентациями, лежащими в их основе, сферами применения, а также степенью профессионализма лица, которое эту помощь осуществляет. Важно понимать, что иногда психологическую помощь нам могут оказать и непрофессионалы родные и друзья, священнослужители и даже случайные знакомые, которым в данный момент небезразлично наше состояние. Кроме такой «стихийной» помощи, некоторые ее виды могут целенаправленно применять специально обученные добровольцы.

В зависимости от основных целей помощи выделяют:

- психологическое консультирование;
- психотерапию;
- психологическую коррекцию;
- кризисное вмешательство;
- психологическую реабилитацию;
- психологический тренинг.

Вопросы и задания:

1. Понятия «психологическая помощь, психологическое консультирование», «психологическая коррекция», «психологическое просвещение» и «психотерапия». Тождество и различия этих понятий.
2. Место и содержание консультирования среди видов психологической помощи.
3. Содержание понятий «клиент», «заказчик» и «пользователь» психологической информации.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования. Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.

2. Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2007. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2011)
2. Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2012)
3. Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2013- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net>- Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/>-библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

ТЕМА 2. Виды психологической помощи. Психологическая коррекция, психологическое консультирование, тренинг и психотерапия.

Цель: формирование представлений о видах психологической помощи, развитие навыков дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: Характер психологической помощи в значительной степени определяется теоретической ориентацией того или иного специалиста. В связи с этим американский психолог Р. Комер отмечает, что внутри профессиональной группы различий, вызванных теоретическими разногласиями, гораздо больше, чем, например, между врачами, клиническими психологами и социальными работниками, которые придерживаются одной концепции. На сегодняшний день существует значительное количество направлений психологической помощи: психоанализ, бихевиоральная и когнитивно бихевиоральная терапия, экзистенциальная психотерапия, рационально-эмотивная терапия, гештальт терапия и др. Каждое из них определяется тем, что конкретно выдвигается в качестве основной причины возникновения психологических проблем у клиента и каковы основные характеристики здоровой, адаптированной личности.

Теоретическая часть: Психологическое консультирование

ориентировано на помощь клиенту в разрешении определенной проблемной

ситуации, дает возможность расширить его представления о различных аспектах своей личности, а также социального окружения.

Психотерапия ориентирована на улучшение психического состояния лиц, имеющих психические и поведенческие расстройства, устранение симптомов данных расстройств методами психологического воздействия. Цель психотерапии – исправить имеющиеся психические расстройства в клинике неврозов и психосоматических заболеваний личности.

Психологическая коррекция представляет собой направленное психологическое воздействие на определенные психические структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида.

Понятие «психологическая коррекция» впервые стали употреблять представители дефектологии, или специальной психологии как науки о психике людей с характерными отклонениями от нормального психического развития, связанного с врожденными или приобретенными дефектами. Под коррекцией понимается процесс исправления тех или иных нарушенных функций. «Коррекция – это всегда определенное воздействие на человека с целью исправления чего-либо, это внешний процесс по отношению к индивиду». В патопсихологии психологическая коррекция понимается как способ психологического воздействия, направленный на выравнивание при отклонениях в психическом развитии. В общей психологии под психологической коррекцией рассматривается совокупность психологических приемов, используемых психологом для исправления психологии или поведения психически здорового человека. Часто психологическая коррекция видится идентичной психотерапии.

Кризисное вмешательство экстренная психологическая помощь лицам, находящимся в кризисном состоянии (жертвы межнациональных конфликтов, стихийных бедствий, катастроф; люди, потерявшие близких и др.), направленная на профилактику развития психических расстройств и нарушений поведения.

Психологическая реабилитация помощь больному, ориентированная на максимально полное восстановление его способностей, повышение качества жизни, улучшение социальной адаптации, интеграцию в общество, предотвращение развития стойких нарушений личности и негативных изменений жизненного стиля.

Психологический тренинг выработка у клиента необходимых психологических и поведенческих навыков: преодоления стресса, разрешения конфликтов, принятия решений и т.п.

Психологическая помощь может оказываться как индивидуально, так и в группе (семейная, групповая терапия), а также в рамках целой организации (организационное консультирование).

Вопросы и задания:

1. Особенности оказания психокоррекционной помощи.
2. Оказание психотерапевтической помощи: этапы, принципы.

3. Место и содержание консультирования среди видов психологической помощи.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.
2. Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2007. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2012)
2. Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2011. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)
3. Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2011- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net> - Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/> - библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

ТЕМА 3. Этапы и особенности оказания психологической помощи.

Цель: формирование представлений о видах психологической помощи, развитие навыков дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: У.Бауманн и К.РейнеккерХехт отмечают, что исследование психологической помощи не должно ограничиваться только оценкой ее эффективности, необходимо подходить к данной проблеме дифференцированно, учитывать характер отношений между терапевтом и клиентом, техники терапии, особенности ее различных этапов.

Теоретическая часть: Этапы психологического консультирования

1. Проблема существует, но не осознана консультируемым. Сам пациент может понимать, что существует некая проблема, но не понимать,

какая, или вовсе не понимать, что у него есть проблема. В этом случае он попадает к психологу не по собственному желанию, а по настоятельным просьбам или требованиям окружающих.

2. Осознание совершилось в результате работы с психологом и собственных наблюдений, но желание что-то предпринимать еще не появилось.

3. Этот этап можно охарактеризовать русской пословицей: «Капля камень точит». Под постоянным напором окружающих пациент осознал, что без постороннего психологического вмешательства ему не обойтись.

4. Этап активных действий. Пациент прилагает максимум сил, времени и денег, чтобы добиться решения проблемы.

5. Этап сохранения и поддержания достигнутых результатов.

Описанные этапы могут протекать по-разному. Можно выделить четыре варианта течения:

1) стабильный: пациент длительно задерживается на каждом этапе; 2) прогрессирующий: пациент стремительно и целенаправленно продвигается от одного этапа к другому; 3) регрессный: пациент неожиданно возвращается к более раннему этапу,

4) рециркулирующий: наблюдается смена прогрессирующего варианта на регрессный, и наоборот.

К техническим этапам психологического консультирования и психотерапии относятся:

1) установление контакта, необходимого для профессионального консультирования;

2) предоставление клиенту возможности выговориться (иногда возможность рассказать о своих переживаниях ведет к тому, что человек начинает по-другому видеть проблему и находит самостоятельно методы для ее решения);

3) предоставление клиенту эмоциональной поддержки и информации о позитивных аспектах его проблемной ситуации;

4) совместное с клиентом перерабатывание проблемы;

5) заключение динамического контракта (т. е. согласование с клиентом организационных аспектов и доли ответственности каждого из участников, выявление и коррекция нереальных ожиданий пациента);

6) формирование вариантов возможных решений проблемы (консультант, исходя из своего профессионального и жизненного опыта, дает рекомендации только после того, как пациент сформулировал 2–3 решения);

7) принятие оптимального решения из представленного регистра с точки зрения пациента; 8) закрепление мотивационных аспектов и планирование путей и способов реализации выбранного плана;

9) в конце консультирования предоставление пациенту права при необходимости повторного приема или назначение впоследствии дополнительной встречи. Частным случаем психологического консультирования является семейное консультирование. В качестве клиента здесь рассматривается семья в целом, а проблема – как общая.

Вопросы и задания:

1. Основные методические подходы к психологическому консультированию.
2. Основные задачи психологического консультирования:
3. Этапы оказания психологической помощи

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.
2. Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2007. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2009)
2. Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)
3. Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2010- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net> - Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/> - библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

ТЕМА 4. Особенности индивидуальной психологической помощи при утрате.

Цель: формирование представлений о способах и этапах оказания психологической помощи при утрате, развитие навыков дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: Помощь человеку, понесшему трату, в большинстве случаев не предполагает профессионального вмешательства. Достаточно оказывается информировать близких о том, как вести себя с ним. Для горющего самым важным является возможность

разделить свое горе с Другим, пережить его вместе. Однако не все люди способны изначально не только делиться своими переживаниями, но и позволять себе сильные чувства. Все эти особенности усложняют горевание.

Теоретическая часть: Консультирование клиентов, обратившихся спереживанием горя, это в первую очередь создание такого пространства, где они могут быть услышаны и их чувства могут быть выражены. Активное слушание, готовность принять и облегчить чувства клиента являются неотъемлемыми и самыми важными моментами на всех этапах работы с горем. Собеседник может неоднократно обращаться к одним и тем же моментам, деталям утраты. Все это требует от консультанта терпения и эмпатии.

М. Мамардашвили пишет: «Нельзя жить, если жизнь не освещена тем особым напряжением, что сопутствует переживанию смерти, которая как таковая не может быть эмпирически переживаемым состоянием человека» Поэтому целью работы с клиентом, переживающим горе, является превращение острого горя в это «обостренное чувство сознания».

Психологическая помощь на стадии шока. Не оставлять человека в изоляции, дать почувствовать ему свое присутствие, возможно через прикосновение или пожатие руки. При этом важно помнить, что в разных культурах придается разное значение телесному контакту, в некоторых культурах он недопустим.

Помощь на стадии острого горя. Следует говорить об умершем, о причине его смерти и чувствах в связи с произошедшим. Спрашивать, интересоваться фактами его биографии, рассматривать вместе фотографии. В случае необычной смерти (например, насильственная смерть или суицид) возможность такой беседы осложняется чувствами стыда, реальные обстоятельства могут превращаться в секрет семьи. Поддержание этого секрета блокирует процесс горевания. С одной стороны нельзя торопить клиента и провоцировать его говорить «правду», с другой очень важно быть открытым и не осуждающим. При обнаружении секрета важно обсуждать малейшие детали и чувства, которые они вызывают у клиента. В моменты замирания, приостановки дыхания можно предложить клиенту лучше опереться на стул, глубже вдохнуть. Процесс дыхания очень важен, поскольку ритмичное и глубокое диафрагмальное дыхание способствует более полному и поддержанному переживанию сильных чувств. Необходимо дать возможность плакать, не торопясь утешать («все будет хорошо»). Важно быть рядом с клиентом в той точке переживания, где находится он сам.

Вопросы и задания:

1. Психологическая помощь на стадии шока.
2. Помощь на стадии острого горя.
3. Помощь на стадии восстановления

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

- 1.Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.
- 2.Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2007. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2009)
2. Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)
- 3.Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2010- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net>- Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/>-библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

ТЕМА 5. Психологическая помощь при тревожных расстройствах

Цель: формирование представлений о способах и этапах оказания психологической помощи при тревожных расстройствах, развитие навыков дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и

умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: В терапии посттравматического стрессового расстройства используются различные когнитивные и бихевиоральные техники: информирование пациента о природе и последствиях страха, тренинг навыков. Важной целью терапии является преодоление зависимости от психоактивных веществ (которые могут усиливать чувство страха). Кроме того, могут применяться методы кризисного вмешательства.

Теоретическая часть: Наиболее эффективными видами психологической помощи при тревожных расстройствах являются поведенческая и когнитивная терапия.

При поведенческой терапии фобических и обсессивно-компульсивных расстройств чаще всего применяются следующие техники:

- систематическая десенсибилизация. Оптимальная частота сессий - не реже двух раз в неделю.

Экспозиция вызывающего страх стимула принесет большой эффект в том случае, если она будет достаточно длительной и проводится при предъявлении реального стимула;

- прямая экспозиция (с использованием релаксации);
- наводнение.

Сессии должны быть длительными (не менее 30 минут) и частыми - два и более раз в неделю; полная и тщательная проработка вызывающих страх ситуаций; контроль за уровнем тревоги во время сеанса и недопущение слишком сильного возбуждения; обязательное выполнение домашних заданий между сессиями (включающими экспозицию в реальных ситуациях); предотвращение избегающего поведения.

В терапии посттравматического стрессового расстройства используются различные когнитивные и бихевиоральные техники: информирование пациента о природе и последствиях страха, тренинг навыков. Важной целью терапии является преодоление зависимости от психоактивных веществ (которые могут усиливать чувство страха). Кроме того, могут применяться методы кризисного вмешательства.

Терапия панического расстройства с агорафобией заключается:

- в обучении клиента серьезному отношению к панической атаке;
- тестировании мыслей, которые приводят к большему дистрессу (обычно это мысли о потере самоконтроля);
- изменении наиболее стрессорирующих мыслей;
- обучении релаксации и техникам дыхания.

В терапии генерализованного тревожного расстройства наиболее успешным является когнитивный подход (идентификация мыслей и

ситуаций, вызывающих тревогу). Некоторые авторы рекомендуют так называемый «прямой» подход к решению проблем клиента. Например, больной не может купить себе костюм из-за тревоги, которая появляется у него в магазине, и он вместе с терапевтом начинает работать над решением этой конкретной задачи.

Вопросы и задания:

1. Подготовка доклада и презентации по использованию техник систематическая десенсибилизация; прямая экспозиция; наводнение.
2. Терапия панического расстройства.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.
2. Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2007. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2007)
2. Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)
3. Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2010- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net> - Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/> - библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

ТЕМА 6. Психологическая помощь при суициде

Цель: формирование представлений о способах и этапах оказания психологической помощи при суициде, развитие навыков дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: Стремление осмыслить природу суицидов, дать этому теоретическое обоснование уходит своими корнями в глубокое прошлое. В настоящее время выделяют три основные теоретические концепции: психопатологическую, психологическую и социальную.

Теоретическая часть: Согласно психологической концепции ведущими основным в формировании суицидальных тенденций является психологический фактор. В психоаналитическом подходе суицид рассматривается как проявление «инстинкта смерти», который может проявляться в агрессии и, как частный случай, в аутоагрессии.

Экзистенциальные психологи полагают, что основная причина самоубийств - «экзистенциальный вакуум», утрата смысла жизни. Поведенческая теория исходит из понятия «рефлекса цели». И.П. Павлов писал: «...жизнь перестает призывать к себе, как только исчезает цель. Разве мы не читаем весьма часто в записках, оставляемых самоубийцами, что они прекращают жизнь потому, что она бесцельна. Трагедия самоубийцы в том и заключается, что у него происходит чаще всего мимолетное и только гораздо реже продолжительное задерживание, торможение рефлекса цели».

Однако роль психологических факторов необходимо рассматривать в совокупности с социальными и биологическими факторами. Основоположник социологической концепции Э. Дюрхгейм считал, что в основе суицидального поведения лежит снижение и неустойчивость социальной интеграции. Дальнейшее развитие этой концепции связано с работами А.Г. Амбрумовой, с точки зрения которой, суицидальное поведение есть следствие социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого ею микросоциального конфликта.

Совокупность суицидентов представлена тремя диагностическими категориями: больные психическими заболеваниями, пограничными нервно-психическими расстройствами, практически здоровые. Количественное соотношение 1,5:5:1.

У всех суицидентов, независимо от их диагностической принадлежности, обнаруживаются объективные и субъективные признаки социально-психологической дезадаптации личности. Объективная дезадаптация проявляется изменением поведения человека в среде ближайшего социального окружения. Субъективно дезадаптация проявляется широким диапазоном от негативно окрашенных переживаний (тревога, горе, обида, душевная боль и другие) до выраженных психопатологических синдромов (астения, дисфория, депрессия).

В динамике суицида выделяют две фазы: predisпозиционную и суицидальную (с момента зарождения суицидальных тенденций до покушения на жизнь). Для перехода predisпозиционной фазы в суицидальную решающее значение имеет конфликт. Конфликт образуется из двух разнонаправленных тенденций, одна из которых основная, актуальная в данный момент, потребность человека, другая - препятствие к ее удовлетворению. Исходя из этого, различают: внутренний, внешний и смешанный конфликты.

Конфликт подвергается генерализации, трансформации и переносу.

Генерализация конфликта - расширение круга лиц, связанных с локальным источником первоначального конфликта.

Трансформация - заключается в том, что на основе первичного конфликта в одной сфере возникает вторичный, производный от него конфликт в иной среде.

Перенос конфликта - изменение направления конфликтной реакции с истинного агента на замещающий его объект из другой среды отношений.

Суицидогенный конфликт так же проходит две фазы. Первая (predisпозиционная) является предпосылкой суицидального акта и может быть обусловлена разными причинами:

- Реальными (у здоровых людей);
- Психотическими (при патологических переживаниях у лиц с аффективными, бредовыми, галлюцинаторными синдромами).

Независимо от того, какими причинами он обусловлен, конфликт для субъекта имеет характер реальности, сопровождается тягостными переживаниями.

Вторая(суицидальная) фаза конфликта представляет собой парадоксальный процесс его устранения за счет саморазрушения субъекта. Переход первой фазы во вторую происходит через «критический пункт», который характеризуется:

- Значительным ограничением количества известных субъекту вариантов его разрешения;
- Субъективной оценкой различных альтернативных вариантов разрешения конфликта как неэффективных или неприемлемых.

Суицидальным поведением называют любые внутренние и внешние формы психических актов, направляемые представлениями о лишении себя жизни. К внутренним формам суицидального поведения относят: мысли, представления, переживания, суицидальные тенденции - замыслы и намерения. Возникновению суицидальных тенденций предшествуют антивитаальные переживания, в которых еще нет четких представлений о суициде, но есть отрицание жизни: «Не живешь, а существуешь», «Жить не стоит».

Вопросы и задания:

1. Роль психологических факторов в возникновении суицида.
2. Фазы суицида
3. Объективные и субъективные признаки социально-психологической дезадаптации личности.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

- 1.Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.
- 2.Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

- 1.Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2009. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2009)
- 2.Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)
- 3.Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2010- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net> - Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/> - библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

ТЕМА 7. Психологическая помощь жертвам насилия.

Цель: формирование представлений о способах и этапах оказания психологической помощи жертвам насилия, развитие навыков дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: Проблема насилия в настоящее время становится одной из наиболее актуальных, она имеет не только психологический, но также социальный, медицинский и юридический аспекты. Насилие по своим последствиям относится к самым тяжелым психологическим травмам. Нарушения, возникающие в результате насилия, затрагивают все уровни функционирования человека: познавательную сферу, аппетит, сон, приводит к стойким изменениям личности. Пережитое в детстве насилие влияет на всю последующую жизнь человека.

Теоретическая часть: Понятие насилия многозначно, оно используется не только в психологии, но и в юриспруденции. В разных науках насилие

отождествляют с физическим, психологическим, экономическим ущербом, который люди наносят друг другу: насилие представляет собой целенаправленное ограничение свободы поведения, подчинение, нарушение прав и нанесения ущерба людям. Существует много форм насилия: домашнее насилие, война, террористические акты, захват в заложники, пленение и так далее.

Одним из частых явлений настоящего времени становится домашнее насилие. Домашнее насилие - это ситуация, когда один человек контролирует или пытается контролировать поведение и чувства другого члена семьи.

Домашнее насилие это повторяющийся с увеличением частоты цикл физического, словесного, духовного, экономического оскорбления с целью контроля, запугивания, внушения чувства страха. Домашнее насилие включает случаи жестокого обращения с детьми, насилие, направленное на супруга (или партнера в отношениях), на родителя (например, в случае престарелых родителей). Оно включает:

Физическое - пощечины, удары, побои, пинки, применение оружия.

Сексуальное - принуждение к интимности, действия сексуального характера, нежелательное для партнера.

Психологическое - изоляция от окружающего мира, угрозы, критика в адрес партнера, игнорирование.

Экономическое - материально зависимому члену семьи выделяется ограниченная сумма денег, о которой он должен полностью отчитываться, лишение партнера права голоса при рассмотрении проблем семьи, запрещение работать.

Для людей, подвергшихся насилию, характерны: низкая самооценка, извращенное представление о семье, о роли женщины в обществе, оправдание действий обидчика, чувство вины и отрицание чувства гнева, которые они испытывают по отношению к обидчику, уверенность, что никто не может помочь им в решении проблемы насилия, вера в миф о насильственных отношениях в семье как нормальных отношениях между партнерами.

Вопросы и задания:

1. Правила оказания первой помощи жертвам насилия.
2. Основная цель психолога в работе с жертвами насилия.
3. Восемь ролевых конфигураций терапевтических отношений.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.
2. Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию,

Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2007. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2009)

2.Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)

3.Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2010- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net> - Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/> - библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

ТЕМА 8. Особенности оказания психологической помощи детям в ситуации насилия.

Цель: формирование представлений о способах и этапах оказания психологической помощи детям в ситуации насилия, развитие навыков дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и

умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: Проблема насилия в настоящее время становится одной из наиболее актуальных, она имеет не только психологический, но также социальный, медицинский и юридический аспекты. Насилие по своим последствиям относится к самым тяжелым психологическим травмам. Дети являются наиболее уязвимой категорией и часто становятся жертвами в различных ситуациях. Они могут оказываться жертвами домашнего и/или школьного насилия, стать жертвами насилия на улице, оказаться заброшенными или беспризорными.

Теоретическая часть:

М.Д. Асанова выделяет четыре основных типа насилия над детьми.

• физическое насилие - это вид отношения к ребенку, когда он умышленно ставится в физически уязвимое положение, когда ему умышленно причиняют телесное повреждение или не предотвращают возможности его причинения;

• сексуальное насилие - это вовлечение функционально незрелых детей и подростков в сексуальные действия, которые они совершают, не понимая их полностью, на которые они не способны дать согласие или которые нарушают социальные табу семейных ролей;

• психологическое насилие - это совершенное по отношению к ребенку деяние, которое тормозит или вредит развитию его потенциальных

способностей. К психологическому насилию относятся такие хронические паттерны поведения, такие как унижение, оскорбление, издевательства и высмеивание ребенка.

• пренебрежение - хроническая неспособность родителя или лица, осуществляющего уход, обеспечить основные потребности несовершеннолетнего ребенка в пище, одежде, жилье, медицинском уходе, образовании, защите и присмотре. При физическом пренебрежении ребенок может быть оставлен без соответствующего его возрасту необходимого питания, может быть одет не по погоде. При эмоциональной заброшенности - родители равнодушны к нуждам ребенка, игнорируют его, отсутствует тактильный контакт. Пренебрежение может проявляться в запущенности здоровья ребенка, отсутствии необходимого ему лечения. Пренебрежение образованием ребенка может выражаться в том, что ребенок часто опаздывает в школу, пропускает уроки, остается присматривать за младшими детьми и так далее.

Рут Соонетс (2000) относит к насилию над детьми, наряду с насильственными действиями и заброшенностью, чрезмерную опеку. Под насильственными действиями она понимает: эмоциональное, физическое, психологическое, сексуальное насилие.

Среди факторов, провоцирующих домашнее насилие над детьми, можно выделить:

1. Социально-экономические - низкий доход, безработица, фактор неполной и/или большой семьи, принадлежность к групповому меньшинству и так далее;

2. Факторы, обусловленные структурой семьи и моделью общения - многодетность, воспитание родителем одиночкой, воспитание приемными родителями, наличие отчима/мачехи, конфликтные/проблемные отношения между супругами, межпоколенческая передача;

3. Факторы риска, вызванные личностью родителя - низкий уровень социальных навыков, психические нарушения, наличие соматического заболевания, алкоголизация/наркотизация родителя;

4. Факторы риска, связанные с особенностями ребенка - нежеланность ребенка родителями или его рождение после смерти другого ребенка, наличие у ребенка врожденных психических/физических нарушений, поведенческих особенностей (например, гневливости, импульсивности), личностных особенностей (аутизация), привычек, особенности его внешности.

Вопросы и задания:

1. Основные типы насилия над детьми.

2. Факторы, провоцирующие домашнее насилие над детьми.

3. Психологическая работа с детьми, подвергшимися насилию.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.

2. Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2009. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2007)
2. Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)
3. Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2010- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net> - Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/> - библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

ТЕМА 9. Оказание психологической помощи при ПТСР. Понятие и классификация ПТСР. Основные этапы оказания помощи.

Цель: формирование представлений о способах и этапах оказания психологической помощи при ПТСР, развитие навыков дифференцированно

владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Формируемые компетенции: ПК-1, ПК-2, ПК-4.

Актуальность темы: Суммируя наблюдения разных авторов, рассмотрим основные психологические последствия травматического события.

Теоретическая часть: 1. Изменения в аффективной сфере. Нарушения эмоциональной сферы могут проявляться в эмоциональном «отупении», подавленности, раздражительности, мрачности, неспособности испытывать радость, любовь, творческий подъем.

Возникает ощущение беспомощности, незнания, что делать. Обостряются внутриличностные конфликты и кризисы. Появляется чувство стыда и вины; среди пострадавших распространена «вина выжившего» – из-за того, что выжил в травматическом событии, стоившем жизни другим.

Сильное чувство вины иногда провоцирует приступы самоуничижительного поведения. Пострадавший чувствует себя оскверненным, испорченным, несущим клеймо, отличающимся от других людей, считает, что его никто не способен понять.

Человек может впасть в глубочайшую депрессию, которая сопровождается апатией, нервным истощением и отвращением к жизни, ощущением ее бессмысленности и бесполезности. Возникают стойкие мысли о самоубийстве, предпринимаются суицидальные попытки или рискованные действия с угрозой для жизни, возможно нанесение себе увечий.

Повышенная общая тревожность проявляется как на психологическом уровне – в постоянном беспокойстве, страхах (могут возникать даже параноидальные явления – например, необоснованная боязнь преследования), неуверенности в себе, чувстве вины, так и на физиологическом – возникают мышечные и головные боли, расстройства пищеварения.

2. Изменения в когнитивной сфере. У пострадавшего ухудшается память, может наблюдаться амнезия на травматические события, нарушается концентрация внимания.

Периодически возникает навязчивое повторное переживание травмы, неконтролируемое вторжение мыслей о травме, кратковременные диссоциативные эпизоды, деперсонализация. Навязчивые воспоминания могут появляться как во сне, так и во время бодрствования, когда что-то в окружающей обстановке напоминает о случившемся: запах, звук, зрелище. Яркие образы «обрушиваются» на психику, они сопровождаются сильным чувством тревоги и страха. Во сне непрошенные воспоминания принимают

форму ночных кошмаров – человек просыпается разбитым, с напряженными мышцами, в поту.

У некоторых пострадавших могут возникать галлюцинаторные переживания, во время которых события текущего момента, как бы отходят на второй план и кажутся менее реальными, чем воспоминания. В этом «галлюцинаторном», отрешенном состоянии человек ведет себя так, словно он вновь переживает прошлое травмирующее событие. Он действует, думает и чувствует так же, как в тот момент, когда его жизнь подвергалась опасности.

У человека, пережившего травматическое событие, появляется противоречивость, конфликтность ценностей, нравственных норм, его идеалы, основные убеждения о себе, о мире, о игре, и других людях могут резко трансформироваться, приводя к безнадежности и отчаянию.

3. Изменения в поведении. Наблюдается алогичность и непоследовательность поступков, непредсказуемость поведения, излишняя расторможенность, немотивированная бдительность (человек пристально следит за всем, что происходит вокруг, подозревая, что ему постоянно угрожает опасность). Безвредные, но внезапные стимулы могут вызвать реакцию испуга и поведение, как во время опасности.

Может наблюдаться повышенная агрессивность, раздражительность, которая часто выражается в приступах ярости. Из-за притупленности эмоций пострадавшему трудно устанавливать и поддерживать близкие и дружеские отношения. Повышается конфликтность, наблюдаются изоляция, отчужденность, постоянное недоверие. В попытке снизить интенсивность посттравматических симптомов пострадавшие могут злоупотреблять наркотическими или лекарственными веществами. Из-за частых ночных кошмаров, а также из-за высокого уровня тревожности и неспособности расслабиться, постоянного чувства душевной или физической боли, возникают нарушения сна – трудности с засыпанием и прерывистый сон. Регулярное недосыпание, приводящее к крайнему нервному истощению, еще больше усугубляет картину психических изменений.

Наиболее выпукло аффективные, когнитивные и поведенческие последствия травматического события проявляются в феномене горя.

Вопросы и задания:

1. Особенности изменения в аффективной сфере при ПТСР
2. Стадии ПТСР
3. Принципы психологической помощи при ПТСР

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 2014. - 336 с.
2. Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2015. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2007. - 82 с. - Библиогр.: с. 80-81.(2009)
2. Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)
3. Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2010- 544 с.

Методическая литература:

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net> - Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/>-библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по выполнению самостоятельной работы

по дисциплине **«Теоретические и методические основы психологической помощи»**

для студентов направления подготовки

37.04.01 «Психология»

Направленность (профиль)

«Психологическое консультирование»

Ставрополь, 2026 г.

Введение

Целью освоения дисциплины «**Теоретические и методические основы психологической помощи**» является формирование набора общенаучных и профессиональных компетенций магистра, формирование у них основ знаний по практике психологической помощи исходя из различных направлений консультативной практики; развитие более глубокого понимания содержания и процедуры психологического консультирования, его предмета, объекта и других базовых составляющих.

Задачи освоения дисциплины:

- сформировать общие представления о психологическом консультировании, психологической помощи.
- освоить методологию психологической помощи (развитие личности клиента как ее предмет).
- сформировать представление о методах и подходах в практике психологической помощи в форме консультирования и психотерапии, об их соотношении в психологической деятельности.
- изучить разнообразные методы психологической помощи, их уровни и классификации.
- сформировать навыки построения грамотного плана психологической помощи при различных запросах на нее.
- сформировать навыки проведения психологического консультирования и коррекции его в процессе реализации.

Самостоятельная работа носит комплексный характер и основывается на диалектическом сочетании активности студента по доработке лекционного и дополнительно изученного под руководством преподавателя теоретического материала.

Самостоятельная внеаудиторная работа является высшей формой самоорганизации познавательной деятельности магистранта и решает разнообразные дидактические задачи: закрепление, углубление, расширение и систематизация знаний, самостоятельное овладение новым учебным материалом, формирование умений и навыков самостоятельного умственного труда, профессиональных умений; развитие самостоятельности мышления, формирование волевых черт характера, способности к самоорганизации.

Самостоятельная работа магистрантов требует определенного уровня способности к самообразованию, а также устойчивых навыков работы с учебной и научной литературой.

Самостоятельная работа выполняется магистрантом в течение всего срока изучения дисциплины. В плане-графике самостоятельной работы студентов сроки выполнения каждого вида задания по соответствующей теме, а также форма представления результатов работы.

Содержание самостоятельной работы по дисциплине сгруппировано по темам в соответствии с программой курса.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы магистрантов может осуществляться в пределах времени, отведенного на

обязательные учебные занятия и внеаудиторную самостоятельную работу магистрантов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

На первом этапе необходимо ознакомиться с обязательным минимумом содержания основной образовательной программы по изучаемой дисциплине. Далее необходимо изучить рабочую программу дисциплины, в которой рассмотрено содержание тем дисциплины лекционного курса, взаимосвязь тем лекций с практическими занятиями, темы и виды самостоятельной работы. По каждому виду самостоятельной работы предусмотрены определённые формы отчетности.

Требования к представлению и оформлению результатов СРС.

В творческом проекте должна быть раскрыта заявленная тема, структура должна соответствовать теме и быть отражена в оглавлении. Проект *должен содержать все структурные части: вступление, основную часть, заключение.* При написании работы использовать, по крайней мере, 5 учебных изданий, размер работы – 25 стр. печатного текста, снабженного сносками и списком использованной литературы. В работе должна быть выделена обсуждаемая проблема, представлены точки зрения отечественных и зарубежных исследователей, описаны основные результаты проведенных исследований, оценено состояние проблемы. Оценить состояние проблемы можно, например, ответив на такие вопросы: насколько противоречивы позиции исследователей данной проблемы, какие аспекты проблемы более и какие – менее изучены, используются или нет накопленные знания на практике.

Содержание работы лучше иллюстрировать схемами, таблицами, диаграммами, графиками, фотографиями, рисунками и т.д. Графическому материалу по тексту необходимо давать пояснения.

Критерии оценки творческого проекта:

- полнота раскрытия темы;
- ясность стиля;
- композиционная четкость,
- самостоятельность мышления.

Методические рекомендации по написанию доклада

1. Общие положения

1.1. Доклад, как вид самостоятельной работы в учебном процессе, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, учит критически мыслить.

1.2. При написании доклада по заданной теме студент составляет план, подбирает основные источники.

1.3. В процессе работы с источниками систематизирует полученные сведения, делает выводы и обобщения.

1.4. К докладу по крупной теме могут привлекать несколько студентов,

между которыми распределяются вопросы выступления.

2. Выбор темы доклада

2.1. Тематика доклада обычно определяется преподавателем, но в определении темы инициативу может проявить и студент.

2.2. Прежде чем выбрать тему доклада, автору необходимо выявить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить.

3. Этапы работы над докладом

3.1. Формулирование темы, причем она должна быть не только актуальной по своему значению, но и оригинальной, интересной по содержанию.

3.2. Подбор и изучение основных источников по теме (как правильно, при разработке доклада используется не менее 8-10 различных источников).

3.3. Составление списка использованных источников.

3.4. Обработка и систематизация информации.

3.5. Разработка плана доклада.

3.6. Написание доклада.

3.7. Публичное выступление с результатами исследования.

4. Структура доклада:

- титульный лист

- оглавление (в нем последовательно излагаются названия пунктов доклада, указываются страницы, с которых начинается каждый пункт);

- введение (формулирует суть исследуемой проблемы, обосновывается выбор темы, определяются ее значимость и актуальность, указываются цель и задачи доклада, дается характеристика используемой литературы);

- основная часть (каждый раздел ее, доказательно раскрывая отдельную проблему или одну из ее сторон, логически является продолжением предыдущего; в основной части могут быть представлены таблицы, графики, схемы);

- заключение (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме доклада, предлагаются рекомендации);

- список использованных источников.

5. Структура и содержание доклада

5.1. Введение - это вступительная часть научно-исследовательской работы. Автор должен приложить все усилия, чтобы в этом небольшом по

объему разделе показать актуальность темы, раскрыть практическую значимость ее, определить цели и задачи эксперимента или его фрагмента.

5.2. Основная часть. В ней раскрывается содержание доклада.

Как правило, основная часть состоит из теоретического и практического разделов.

В теоретическом разделе раскрываются история и теория исследуемой проблемы, дается критический анализ литературы и показывается позиция автора.

В практическом разделе излагаются методы, ход, и результаты самостоятельно проведенного эксперимента или фрагмента.

В основной части могут быть также представлены схемы, диаграммы, таблицы, рисунки и т.д.

5.3. В заключении содержатся итоги работы, выводы, к которым пришел автор, и рекомендации. Заключение должно быть кратким, обязательным и соответствовать поставленным задачам.

5.4. Список использованных источников представляет собой перечень использованных книг, статей, фамилии авторов приводятся в алфавитном порядке, при этом все источники даются под общей нумерацией литературы. В исходных данных источника указываются фамилия и инициалы автора, название работы, место и год издания.

5.5. Приложение к докладу оформляются на отдельных листах, причем каждое должно иметь свой тематический заголовок и номер, который пишется в правом верхнем углу, например: «Приложение 1».

6. Требования к оформлению доклада

6.1. Объем доклада может колебаться в пределах 5-15 печатных страниц; все приложения к работе не входят в ее объем.

6.2. Доклад должен быть выполнен грамотно, с соблюдением культуры изложения.

6.3. Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу.

6.4. Должна быть соблюдена последовательность написания библиографического аппарата.

7. Критерии оценки доклада

- актуальность темы исследования;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала; правильность и полнота использования источников;
- соответствие оформления доклада стандартам.

По усмотрению преподавателя доклады могут быть представлены на семинарах, научно-практических конференциях, а также использоваться как зачетные работы по пройденным темам.

Основная литература:

1. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: «Ось-89», 20010. - 336 с.
2. Шаграева О.А. Основы консультативной психологии. – М.: Академия, 2011. – 272 с.

Дополнительная литература:

1. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / авт.-сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко ; Федеральное агентство по образованию, Ставроп. гос. ун-т. - Ставрополь : Изд-во СГУ, 2007. - 82 с. - Библиогр.: с. 80- 81.(2009)
2. Современные методы психологического консультирования : программа / Федеральное агентство по образованию, ГОУ ВПО "Ставроп. гос. ун-т" ; авт.- сост.: Н. Н. Волоскова ; М. В. Коваленко. - Ставрополь : Изд-во Сев.-Кав. социального ин-та, 2010. - 21 с. - Библиогр.: с. 18-19.(2010)
3. Сапогова Е. Е. Практикум по консультативной психологии. – СПб.: Речь, 2010- 544 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.psychology-online.net> - Психологическая библиотека оригинальных текстов (история, теория, практика) по общей, возрастной и социальной психологии, методические разработки для студентов и преподавателей психологии, аннотации журналов по психологии, статьи, обзоры.
2. <http://www.koob.ru/verderbers/> - библиотека по психологии
3. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
4. wwwURL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Вопросы для собеседования

по дисциплине «Сказкотерапия в психологическом консультировании»

Знать

1. Цели и методы работы с клиентом в рамках классического психоанализа
3. Фрейд.
2. Индивидуальная психология А. Адлера как концепция психологической помощи и работа с клиентом в рамках этого направления.
3. Аналитическая психология К.Г. Юнга и работа с клиентом в рамках этого направления.
4. 4. Психотерапия конструктивного альтернативизма, терапия фиксированных ролей Дж. Келли.
5. Идеи о личностном развитии А. Маслоу и их использование в психологическом консультировании.
6. Концепции и методы работы с клиентом в русле нейро-лингвистического программирования.
7. Эриксоновский гипноз как метод психологической помощи и его концептуальные основы.
8. Психосинтез Ассаджиоли как концепция и метод оказания психологической помощи.
9. Волевая терапия Отто Ранка.
10. Межличностная теория психотерапии Г.С. Салливена.
11. Характерологический анализ К. Хорни.
12. Утвердительно-структурированная терапия Филлипса.
13. Эмпирическая терапия К. Витакера.
14. Консультирование по реализму.
15. Мультимодальное консультирование.
16. Консультирование по жизненным умениям.
17. Дазайнализ Л. Бинсвангера.
18. Символдрама как метод оказания психологической помощи и ее концептуальные основы.
19. Сущность гуманистического подхода к психологическому консультированию и основные направления в рамках данного подхода.
20. Представления о причинах личностных расстройств в клиент-центрированном подходе К. Роджерса.

**Уметь,
владеть**

1. Цели и методы оказания помощи клиенту в рамках клиент-центрированного подхода К. Роджерса.
2. Представления о жизненном пути личности в рамках экзистенциального подхода И. Ялома и Р. Мэя. Понятие о данностях существования.
3. Идентификация неадекватных механизмов психологической защиты в рамках экзистенциального подхода.
4. Смерть как фактор экзистенциального кризиса. Конструктивные и деструктивные способы переживания тревоги, связанной со смертью.
5. Свобода человека в мире как источник экзистенциальных кризисов. Конструктивные и деструктивные способы решения проблем, возникающих вследствие осознания своей свободы и ответственности.
26. Использование метафор в психологическом консультировании.
27. Метод сказкотерапии.
3. Концептуальные основы и методы работы с клиентом в рамках процессуальной психологии (духовно-ориентированный подход).
29. Онтопсихология как концепция и метод психологической помощи.
30. Диагностика в психологическом консультировании: основные задачи,

достоинства и недостатки, типы психодиагностических методик и основные ошибки в их использовании.

31. Психологический анамнез: понятие, структура, способы сбора. Схема составления психологического анамнеза.
32. Требования к личности психолога-консультанта. Модель эффективного психолога-консультанта.
33. Вербальные техники в психологическом консультировании.
34. Эмоциональные техники в психологическом консультировании.
35. Психологическое воздействие в консультировании: понятие, виды психологического воздействия. Цели психологического воздействия в консультировании.
36. Основные техники оказания психологического воздействия (структурирования и руководства, «паузы молчания», интерпретации, конфронтации).
37. Возрастно-психологическое консультирование: цель, задачи, алгоритм. Специфика обращений за консультативной помощью к психологу.
38. Изоляция как данность человеческого существования. Конструктивные и деструктивные способы преодоления тревоги, связанной с изоляцией.
39. Бессмысленность как данность человеческого существования. Конструктивные и деструктивные способы работы с этой проблемой.
40. Основные методы работы с клиентом в ситуации экзистенциального кризиса, связанного со смертью.
41. Основные методы работы с клиентом при наличии предельных беспокойств, связанных со свободой.
42. Основные методы работы с клиентом при наличии предельных экзистенциальных беспокойств, связанных с изоляцией.
43. Работа с клиентом, жалующимся на недостаток смысла в жизни, в рамках экзистенциального подхода.
44. Концептуальные основы логотерапии В. Франкла. Причины распространенности экзистенциального вакуума в современном обществе.
45. Основные методы работы с клиентами в рамках лого-терапии В. Франкла.
46. Основные цели и методологические основы поведенческого консультирования.
47. Функциональный анализ проблемных зон клиентов в рамках поведенческого консультирования.
48. Тренинг ассертивности и репетиции поведения как методы оказания помощи в рамках поведенческой модели.
49. Методы подкрепления, используемые в поведенческом консультировании.
50. Концептуальные основы гештальттерапии. Цели работы с клиентом в рамках данного направления.

Темы докладов

по дисциплине «Теоретические и методические основы психологической помощи»

Тема 2. Виды психологической помощи.

1. Виды психологической помощи.

Тема 4. Этапы и особенности оказания психологической помощи. Этапы психологического консультирования.

1. Этапы и особенности оказания психологической помощи.

Тема 5. Технические этапы психологического консультирования и психотерапии.

1. Технические этапы психологического консультирования и психотерапии

Тема 6. Особенности индивидуальной психологической помощи при утрате. Психологическая помощь на стадии шока.

1. Помощь на стадии острого горя.
2. Особенности индивидуальной психологической помощи при утрате.

Тема 8. Психологическая помощь при суициде.

Психологическая помощь при суициде