

**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**

**«ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ИНДИВИДУАЛЬНОГО
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»**

для студентов направления подготовки 37.03.01 Психология, направленность
(профиль) «Психологическое консультирование», очной формы обучения.

Ставрополь
2026

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

Тема 1. Определение понятия, сущность и специфика индивидуального психологического консультирования

Тема 2. Виды психологического консультирования

Тема 3. Структура процесса индивидуального консультирования

Тема 4. Этап оказания психологического воздействия

Тема 5. Технология ведения консультативной беседы

Тема 6. Традиционные и современные технологии психологического консультирования

Тема 7. Методы невербальной коммуникации

Тема 8. Методы аналитического исследования

Тема 9. Психодиагностика в индивидуальном психологическом консультировании. Оценка проблем клиента

Тема 10. Аффективные техники экзистенциально-гуманистической парадигмы

Тема 11. Методы когнитивно-поведенческого подхода в психологическом консультировании

Тема 12. Виды психологического консультирования. Телефонное и организационно-деятельностное консультирование

Тема 13. Виды психологического консультирования.

Психологическое консультирование по развитию личности клиента.

Консультирование по развитию способностей

Тема 14. Консультирование по проблемам межличностных отношений

Тема 15. Индивидуальный стиль психолога-консультанта.

ВВЕДЕНИЕ

Цель освоения дисциплины: формирование у обучающихся основ знаний по практике оказания различных видов психологической помощи; развитие более глубокого понимания содержания и процедуры индивидуального психологического консультирования, его предмета, объекта и других базовых составляющих.

Задачи освоения дисциплины:

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

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-3 Способен осуществлять индивидуальное, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в	ИД-1 ПК-3 Осуществляет психологическое консультирование с учетом индивидуально-психологических, возрастных особенностей, жизненной ситуации	Подбирает адекватные, надежные и валидные методы диагностики и оценки проблем клиента с учетом его возраста, пола, и социальной группы, в том числе в кризисных ситуациях и состояниях

области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека	ИД-2 ПК-3 Применяет психологические технологии, ориентированные на личностный рост, профориентацию и планирование карьеры, снижение конфликтности в семье и коллективе, повышение эффективности управленческих процессов.	Составляет без ошибок и неточностей протоколы и отчеты по результатам мониторинга и психологической оценки кризисных ситуаций и состояний, составляет психодиагностическое заключение и рекомендации по его использованию в программах психологического консультирования и оказания психологической помощи
---	--	---

Тема 1. Введение. Определение понятия, сущность и специфика индивидуального психологического консультирования. Цели, задачи, принципы психологического консультирования

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Теоретическая часть: Возникновение и развитие основных психотерапевтических подходов на Западе.

Возникновение психологического консультирования на Западе. Психотерапия как единое предметное поле, откуда выделились психологическое консультирование, психологическая коррекция и клиническая психология. Ориентация психологического консультирования на трудности в межличностных отношениях психически здоровых людей, оптимизацию процессов, связанных с учебной и трудовой деятельностью. Ориентация психологической коррекции на исправление особенностей психического развития клинически здоровых людей, если они не соответствуют оптимальной модели. Ориентация клинической психологии на помощь людям, признанным больными людьми. Сферы применения психологического консультирования.

Отличия психологического консультирования от психокоррекции и психотерапии, характеризующие сущность этого метода оказания психологической помощи: более широкая сфера применения по сравнению с клинической практикой, обращенность к проблемам психически здоровых людей; ориентация на более широкое использование данных, полученных с помощью статистических методов анализа; работа преимущественно с ситуационными проблемами, решаемыми на уровне сознания, в отличие от ориентации на глубинный анализ проблем и работу с бессознательным в психотерапии; большая субъект-субъектность, диалогичность общения психолога и клиента; ориентация на здоровые стороны личности клиента, отказ от концепции болезни в процессе работы с ним, признание прав клиента на большую вариативность поведенческих реакций и психических состояний как здоровых, а не болезненных явлений; ориентация на большую активность и самостоятельность клиента в процессе работы с ним, пробуждение внутренних ресурсов человека; допустимость в психологическом консультировании более широкого спектра разнообразных профессиональных моделей деятельности психолога-консультанта.

Отличия, связанные с локусом жалобы клиента, особенностями диагностики, способами оказания воздействия, сроками работы (количество встреч), типом клиентов, требованиями к уровню подготовки специалиста, оказывающего воздействие.

Психологическое консультирование и клинически ориентированная

психотерапия как методы, ориентированные на разные этапы взаимодействия психолога и клиента: психологическое консультирование имеет целью профилактику глубоких личностных расстройств, психотерапия работает с этими расстройствами. Психологическое консультирование помогает разрешить жизненно важные проблемы, хроническая незавершенность которых ведет к неврозу

Вопросы и задания:

1. Определение предмета изучения консультативной психологии.
2. История возникновения и развития знаний относительно структуры, форм и факторов, оказывающих влияние на процесс общения психолога и клиента.
3. Основные задачи консультативной психологии.
4. Проблема методов исследования в консультативной психологии.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено
2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено
3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы
<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы
<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),
<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

Тема 2. Виды психологического консультирования

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: Поскольку в психологическом консультировании нуждаются разные люди и обращаются за помощью по различным проблемам, то психологическое консультирование можно разделить на виды в зависимости от индивидуальных особенностей клиентов и тех проблем, по поводу которых они обращаются за психологической помощью.

Теоретическая часть:

Выделяют следующие виды психологического консультирования:

Интимно-личностное консультирование;

Семейное консультирование;

Психолого-педагогическое, психолого-управленческое консультирование;

Деловое консультирование.

Интимно-личностное консультирование осуществляется по проблемам психологических или поведенческих недостатков, от которых хотел бы избавиться клиент; личностных взаимоотношений со значимыми людьми по поводу разнообразных страхов, неудач, глубокого недовольства клиента самим собой, интимными отношениями.

К семейному консультированию прибегают при выборе супруга, с целью предупреждения и разрешения конфликтов во внутрисемейных отношениях и в отношениях членов семьи с родственниками, по поводу решения текущих внутрисемейных проблем (распределение обязанностей, экономические вопросы семьи и т.д.), до и после развода.

Психолого-педагогическое консультирование предусматривает обсуждение консультантом и клиентом вопросов обучения и воспитания детей, повышения педагогической квалификации взрослых, совершенствования педагогического руководства, управления детскими и взрослыми группами.

Последний вид консультирования следует отличать от рекомендаций, предоставляемых учителям, ученикам, родителям, администрации и т.д., сущность которых сводится к тому, что психолог советует прибегать к конкретным действиям, изменениям поведения, отношений с целью влияния на других участников учебно-воспитательного процесса. На это указывают Г. С. Абрамова, М. П. Матвеева и др.

Деловым называется консультирование, связанное с преодолением людьми деловых проблем выбора профессии, совершенствования и развития способностей, организации труда, повышения работоспособности, проведения деловых переговоров.

За продолжительностью сотрудничества психолога и клиента различают:

Разовую консультацию. Это консультация, продолжительностью 45-60 мин. Она проводится в случаях, когда клиент обратился к психологу по поводу проблемы, с которой ему, прежде всего, нужна помощь других специалистов; когда психолог информирует клиента по вопросам, входящим в его компетентность, когда клиент обращается к психологу за поддержкой решения, которое он собирается принять в отношении определенной жизненной ситуации; когда клиент вдруг прийти не может;

Краткосрочное консультирование. Длится на протяжении 3-4 встреч. Чаще всего проводится в случаях, когда клиент нуждается в консультации просветительно-рекомендательного характера или с диагностической целью;

Среднесрочное консультирование. В течение 10-15 встреч осуществляется значительная психокоррекционная работа;

Длительное консультирование. Психолог работает с клиентом в течение года. Проведение психологического консультирования выдвигает ряд требований к психологу-консультанту. Так, в частности, человек, который занимается психологическим консультированием, должен иметь высшее психологическое образование, достаточный практический опыт работы в качестве психолога-консультанта, подтвержденный соответствующими сертификатами.

Кроме знаний и умений, психолог-консультант должен быть наделен рядом специальных личностных качеств: любить людей, быть проницательным, хорошим, терпеливым, ответственным и коммуникабельным. Р.Мей отмечал, что главное у психолога-консультанта — это «доброжелательность и стремление понять клиента, помочь ему увидеть себя с лучшей стороны и осознать свою ценность как личности».

Вопросы и задания:

1. Проблемно-ориентированное консультирование (consulting).
2. Личностно-ориентированное консультирование (counseling).
3. Решение-ориентированное консультирование (solution talk).

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение
Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва :

Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено

2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено

3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы

<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы

<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 3. Структура процесса консультирования

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: Ни одна из теоретических ориентаций или школ психологического консультирования не отражает все возможные ситуации взаимодействия консультанта и клиента. Поэтому рассмотрим самую общую модель структуры консультативного процесса, называемую эклектической (В. Е. Gilland и сотрудники; 1989). Эта системная модель, охватывающая шесть тесно связанных между собой стадий, отражает универсальные черты психологического консультирования или психотерапии любой ориентации.

Теоретическая часть: 1. Исследование проблем. На этой стадии консультант устанавливает контакт (rapport) с клиентом и достигает обоюдного доверия: необходимо внимательно выслушать клиента, говорящего о своих трудностях, и проявить максимальную искренность, эмпатию, заботу, не прибегая к оценкам и манипулированию. Следует поощрять клиента к углубленному рассмотрению возникших у него проблем и фиксировать его чувства, содержание высказываний, невербальное поведение.

2. Двумерное определение проблем. На этой стадии консультант стремится точно охарактеризовать проблемы клиента, устанавливая как

эмоциональные, так и когнитивные их аспекты. Уточнение проблем ведется до тех пор, пока клиент и консультант не достигнут одинакового понимания; проблемы определяются конкретными понятиями. Точное определение проблем позволяет понять их причины, а иногда указывает и способы разрешения. Если при определении проблем возникают трудности, неясности, то надо вернуться к стадии исследования.

3. Идентификация альтернатив. На этой стадии выясняются и открыто обсуждаются возможные альтернативы решения проблем. Пользуясь открытыми вопросами, консультант побуждает клиента назвать все возможные варианты, которые тот считает подходящими и реальными, помогает выдвинуть дополнительные альтернативы, однако не навязывает своих решений. Во время беседы можно составить письменный список вариантов, чтобы их было легче сравнивать. Следует найти такие альтернативы решения проблем, которые клиент мог бы использовать непосредственно.

Вопросы и задания:

1. Аналитико-интерпретативная ориентация.
2. Рационально-констатирующая ориентация.
3. Процессуальная ориентация.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено
2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено
3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. -

Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы

<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы

<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 4. Этап оказания психологического воздействия

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: Большинство авторов считает психологическое воздействие неотъемлемой частью процесса консультирования. Это воздействие фактически основано на использовании разнообразных техник и приемов разных направлений в консультировании: психодинамического, поведенческого, когнитивного или экзистенциально-гуманистического. Выбор техник во многом определяется теоретико-методологической ориентацией консультанта, но зависит также и от конкретного случая, от психологических особенностей личности клиента, от его актуальной жизненной ситуации.

Теоретическая часть: Продолжительность данного этапа – 5 - 10 минут при средней продолжительности консультативной беседы – 45 минут – 1 час 10 минут. Данный этап можно условно разделить на два подэтапа:

1. Коррекция установок клиента.
2. Коррекция поведения клиента.

Деятельность психолога консультанта на первом подэтапе «Коррекция установок клиента»

Задача психолога-консультанта на этом подэтапе будет выполнена, если в сознании клиента будет выстроена следующая цепочка событий: Чувство или переживание клиента, длительно существующее или периодически возникающее в связи с логикой развития отношений, толкающее его на то, чтобы добиваться достижения своих целей и удовлетворения своих потребностей (в любви, власти, понимании, ощущении ценности прожитой жизни и так далее). Неадекватные средства, избираемые для реализации этих целей, приводящие к сложности во взаимоотношениях. Негативная реакция партнера, часто усугубляющая проблемы клиента.

Вопросы и задания:

1. Эмпатическая ориентация.
2. Парадоксальная ориентация.

3. Реконструктивная ориентация

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение

Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва :

Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено

2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено

3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы

<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы

<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 5. Технология ведения консультативной беседы.

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: В консультировании важно, чтобы психолог и клиент не просто пришли к некоему совместному выводу или решению, но и то, как этот вывод или точка зрения были достигнуты в ходе беседы, то есть на каких конкретных фактах из жизни клиента он основан. Забывание, непонимание клиентом этого важнейшего момента является одним из

основных механизмов сопротивления психологическому воздействию, когда казавшиеся замечательными идея или путь изменения взаимоотношений вдруг начинают восприниматься клиентом как необоснованное, непонятное откуда возникшее решение.

Теоретическая часть: Длительность приема, во время которого собственно и происходит беседа, значительно варьирует в зависимости от целей и задач консультирования, организационных форм, в рамках которых оно проводится, а также теоретических ориентации консультанта. Начало беседы. Первое, что необходимо сделать консультанту во время приема - это встретить и усадить клиента. Успех беседы во многом зависит от того, насколько уже с первых минут психолог сумеет проявить себя доброжелательным и заинтересованным собеседником. Очень важный момент начала беседы - знакомство с клиентом по имени. В принципе, клиент может отказаться назвать себя, но забывать или не предложить ему представиться - это значит во многом обречь консультацию на неудачу.

Расспрос клиента. Условно разделим этот этап беседы на два подэтапа, на первом из которых психолог еще ничего не знает о клиенте и поэтому больше всего заинтересован в том, чтобы последний максимально полно рассказывал о себе и о своей ситуации. Второй же этап начинается тогда, когда консультант уже имеет достаточно информации для того, чтобы сформулировать психокоррекционные гипотезы и начать их проверку. Первая фаза расспроса клиента. Поскольку на этой фазе основная цель консультанта — «разговорить» клиента, ее реализации лучше всего будут помогать вопросы и реплики, максимально стимулирующие его рассказ. «Расскажите мне о ваших отношениях...», «Какая у вас семья?» Естественно, пока клиент говорит, психолог не просто слушает, а работает. Условно можно выделить несколько направлений работы на этом этапе консультирования. Консультант 1) поддерживает контакт с клиентом; 2) стимулирует его на дальнейший рассказ; 3) способствует целенаправленному развитию беседы; 4) осмысливает то, что говорит клиент. Для того чтобы полноценно участвовать в диалоге с клиентом, консультанту следует помнить имена, названия, даты, различные детали, упоминаемые клиентом. Процесс расспроса занимает 25-30 минут, но 15-20 минут спустя после начала беседы консультант должен уже достаточно хорошо разбираться в проблемах и ситуации клиента, быть готовым к тому, чтобы перейти ко второй фазе расспроса - формулированию и проверке консультативных гипотез. Гипотезы в психологическом консультировании. Каждая гипотеза - это попытка консультанта понять консультацию клиента

Гипотезы в психологическом консультировании — это, по сути, варианты более конструктивных позиций в ситуации, вероятные способы переориентирования клиента в его отношении к своим проблемам.

Гипотезы консультанта основываются на том, что рассказывает клиент о себе и своих проблемах. Вторая фаза расспроса клиента. Во второй фазе характер вопросов принципиально меняется. Формулировки становятся более тонкими, направленными на уточнение возникших у консультанта

идей. «Сколько раз в неделю он возвращается после двенадцати?», «Когда именно у Вас впервые возникло ощущение, что она нездорова?» Основной подход к работе на 2 этапе расспроса - это анализ конкретных ситуаций из жизни клиента Работа с конкретными ситуациями — для консультанта один из наиболее надежных способов проверить свои гипотезы. После того, как две-три такие конкретные ситуации обсуждены, консультант может с уверенностью сказать, какая из гипотез оказалась наиболее подходящей. Оказание психокоррекционного воздействия. Воздействие строится на анализе конкретной ситуации. Задачи психокоррекционного воздействия можно считать реализованными только в том случае, когда не только в сознании консультанта, но и в сознании клиента выстроена своеобразная цепочка событий. Цель консультанта при этом - помочь клиенту сформулировать как можно большее число возможных вариантов поведения, а затем, внимательно анализируя их, выбрать то, что является наиболее подходящим для данного человека в его ситуации. Завершение беседы. 1. Подведение итогов беседы (краткое обобщение всего происшедшего за время приема; 2. Обсуждение вопросов, касающихся дальнейших отношений клиента с консультантом или другими необходимыми специалистами; 3. Прощание консультанта с клиентом.

Вопросы и задания:

1. Предложение клиенту нескольких возможных альтернатив ответа относительно вариантов чувств, которые клиент испытывает.
2. Акцентирование эмоциональных переживаний клиента через проявление пристального внимания к эмоционально окрашенным словам и выражениям.
3. Использование парадоксальных вопросов.
4. Уточняющие и углубляющие формулировки.
5. Использование интерпретаций.
6. Перефразирование.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено
2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое

– поиск и сбор новой информации об особенностях человеческой личности в рамках заданной теории, что позволяет консультанту расширить область знаний и применения конкретной теории личности, а также разработанных в ее русле практических методов и техник.

– Использование той или иной теории личности в практике психологического консультирования имеет следующие ограничения и правила:

– работа консультанта (психотерапевта) не может быть успешной без опоры на то или иное теоретическое представление о причинах возникшей у клиента проблемы, его глубинных конфликтов, проблем в межличностных отношениях и т. п.;

– консультант (психотерапевт) не должен слепо придерживаться объяснительных принципов только одной теоретической концепции личности, так как ни одна, даже самая обширная, теория не в состоянии объяснить все феномены человеческой личности. Консультант должен вырабатывать гибкость мышления и профессионального поведения;

– консультант, строя свою работу на той или иной теоретической основе и используя определенные теоретические конструкты для объяснения и понимания личности и проблем клиента в целом, в то же время должен опираться на принцип уникальности каждой личности. Это означает, что в работе с каждым конкретным клиентом должны использоваться те методы и техники, которые подходят именно для этого клиента, а также могут быть хороши на одной стадии и не работать на другой, даже если выбранная техника не будет в должной мере соответствовать теории, на которую опирается консультант. Примером такого стиля работы может служить использование консультантом (психотерапевтом), ориентированным на психодинамическое направление, метода самораскрытия, который не свойствен данному подходу, но может быть использован для конкретного клиента и именно с ним этот метод будет наиболее конгруэнтным (подходящим);

– ориентация на ту или иную теоретическую основу должна соответствовать личности самого консультанта (психотерапевта) и индивидуальному стилю его работы. Важно, чтобы консультант, используя определенную теорию, чувствовал себя в процессе консультирования и психотерапии уверенно и комфортно.

Вопросы и задания:

1. Концепция психоанализа З.Фрейда: основные теоретические положения (принцип удовольствия, теория инстинктов, бессознательное и сознание).
2. Структура психического аппарата.
3. Психологические защитные механизмы.
4. Ограничения и практическое значение психодинамического подхода.

5. Адлерианский анализ в психологическом консультировании: основные психотехнические подходы.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено

2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено

3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы

<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы

<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 7. Методы невербальной коммуникации

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: Невербальное поведение - это способ прочесть то, как чувствует себя клиент в данный момент. Невербальные сообщения часто отличаются от вербальных, а по совпадениям и расхождениям между ними

можно догадаться о том, что происходит в тот или иной момент консультации.

Теоретическая часть: Различные формы невербального поведения используются для выделения или акцентирования вербального сообщения, для усиления какой-либо части сообщения, для объяснения молчания, для добавления новой информации к высказыванию или для искажения вербального сообщения. С помощью теоретических моделей консультанту легче понять вклад невербального поведения в консультативные отношения. Чувствительность к невербальным сообщениям требует концентрации и развивается в процессе тренировки.

Изучению важности невербальный намеков посвящено несколько исследований. Клейборн (Claiborn, 1979) в ходе исследования вербальных вмешательств и невербального поведения обнаружил, что клиенты воспринимают использование интерпретации в качестве признака компетентности консультанта, а вербальным перефразировываниям доверяют в меньшей степени. Точно так же они воспринимали экспрессивное невербальное поведение консультантов (вокальную вариативность, лицевую экспрессию, зрительный контакт и жесты). И наоборот, привлекательность и компетентность консультантов, чье невербальное поведение было сравнительно не экспрессивным оценивалось ниже.

Собелман (Sobelman, 1973) и Лакросс (LaCrosse, 1975) сообщили, что клиенты воспринимают аффилиативные формы невербального поведения как более теплые и привлекательные. В категорию аффилиативных форм невербального поведения были зачислены улыбки, кивки, движения кистей рук, зрительный контакт, направление плеча к клиенту под углом 90° и наклон корпуса тела вперед под углом 20°.

Проводилось также несколько исследований кинесического невербального поведения. Шпигель и Махотка (Spiegel, Machotka, 1974) обнаружили, что позы с открытой позицией рук оцениваются как холодные, отталкивающие, застенчивые и пассивные, тогда как позы с умеренно открытыми позициями рук оценивались как теплые и принимающие. Позы с чрезмерно открытыми позициями рук оценивались как нескромные и эксгибиционистские. Смит-Хайнен (Smith-Hanen, 1977) подтвердила, что поза со скрещенными руками - самая холодная и в меньшей степени характерна для эмпатической установки. Она также исследовала различные варианты положения ног с точки зрения "теплоты" и "эмпатии" и установила, что самой холодной и наименее эмпатичной является поза со скрещенными ногами, при которой лодыжка одной ноги лежит на колене другой ноги; однако поза, при которой колено одной ноги лежит на колене другой ноги, а также поза, при которой человек сидит "с ногами" на диване или в кресле, не оценивались как холодные и менее эмпатичные.

Уаксер (Waxer, 1977) исследовал возможности определения тревоги по различным элементам невербального поведения. Полученные им результаты в целом поддерживают теорию Экмана. Участникам исследования удавалось определить наличие тревоги и её интенциональность по одним только

невербальным признакам. Самыми важными невербальными намёками, позволявшими установить наличие тревоги, были положение кистей рук, взгляд, положение губ и положение корпуса тела. Для клиентов, испытывавших тревогу, были характерны нервные движения кистей рук и нехарактерны сигнальные жесты; также для них был характерен менее продолжительный зрительный контакт с собеседником; они реже улыбались и держали корпус тела более напряженно. Это исследование подтвердило не только то, что более явственную "утечку" правдивой информации дает тело, а не лицо, но и то, что переживающие тревогу клиенты чаще использовали само-адапторы и иллюстраторы. Кроме того, обнаружилось, что наблюдатели, оценивавшие уровень тревоги клиентов, были сосредоточены в большей степени на движениях рук, чем на иных формах невербального поведения. Другие области тела (например, ноги и ступни), по-видимому, реже привлекают к себе внимание наблюдателя.

Известно, что между клиентом и консультантом могут возникнуть коммуникативные затруднения по причине классовых и культурных различий. В определенной мере эти затруднения могут быть вызваны особенностями невербального поведения и присущими индивидам формам ведения беседы. Объем личного пространства, необходимый для комфортного самочувствия, неодинаков для представителей различных культурных групп. И консультант, и клиент могут неверно истолковать сокращение или увеличение физической дистанции. Значение визуального контакта не менее важно: англо-американцы используют зрительный контакт для того, чтобы подтвердить, что они слушают, однако в других культурах прямой взгляд и попытка уклониться от прямого зрительного контакта имеют иной смысл. В некоторых культурных группах принято наблюдать за собеседником периферическим зрением и избегать прямого зрительного контакта; а в некоторых культурах уклонение от зрительного контакта служит признаком уважения и почтения к собеседнику. Консультант может неверно истолковать невербальное поведение клиента, происходящего из иной культурной группы. Конвенциональные нормы ведения беседы также зависят от культурных традиций, равно как и способы приветствия, обращения друг к другу.

Вопросы и задания:

1. Интенсивность, или повышение и понижение громкости голоса.

Повышение или понижение громкости может затрагивать единственный слог, целое предложение или большую часть сообщения. Повышение громкости обычно свидетельствует о тревоге или раздражении; понижение громкости может являться признаком недовольства или разочарования.

2. Общий уровень тона, или повышенный либо пониженный тон.

Повышенный тон обычно встречается в контексте раздражения или тревоги; пониженный тон может обозначать различные виды выделения (в том числе, недоверие).

3. Расширенный регистр и сжатый регистр. Эти признаки означают, соответственно, расширение и сжатие обычного интервала между тонами произносимых фонем.

4. Зжатость и открытость. Эти качества психологически связаны со степенью мускульного напряжения, в котором находится голосовой аппарат. Чем больше напряжение, тем явственнее эффект зжатости ("скрипучий" голос). Открытость, или свобода, проявляется в гулком, раскатистом голосе, производящем впечатление авторитетности.

5. Растягивание и сокращение. Эти признаки относятся к индивидуальному темпу произнесения слогов.

6. Ускоренный и замедленный темп речи.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено

2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено

3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы

<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы

<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 8. Методы аналитического исследования

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом

консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы:

Важность теории в психологическом консультировании, как и в других областях психологической практики, трудно переоценить. Можно сказать, что попытка квалифицированно помочь другому человеку в разрешении его проблем без опоры на систему теоретических воззрений, подобна полету без ориентиров. Такой "летчик" в консультировании не только не эффективен, но иногда и опасен. В психологическом консультировании роль карты выполняет теория личности, открывающая широкую перспективу понимания проблем клиента и указывающая эффективные методы их разрешения.

Теоретическая часть:

По теории З. Фрейда, все люди имеют внутренние конфликты. В общественной жизни эффективней всего можно подавить сексуальное побуждение имеются социальные ограничения. Но именно это и побуждает индивида к действию, именно энергия и либидо влияют на развитие личности и на уровень ее зрелости. Многие черты характера и аномалии в половой сфере зависят от неудовлетворенности и конфликтов из-за подавления этих влечений в детстве.

Предмет изучения психоанализа - динамика отношений сознания и бессознательного. То, что бессознательное существует, некоторые ученые признавали и до З. Фрейда, но динамику его влияния на сознание, его механизмы впервые пристально стал рассматривать именно З. Фрейд. Это означало, что изменился сам предмет психологии: сознание уже не замкнутое в себе когнитивное пространство, а часть живого целого. Сексуальная жизнь тоже стало предметом рассмотрения психологов благодаря З. Фрейду. Он привлек особое внимание и к тому, какую роль играет детский, прежде всего - семейный опыт в развитии личности. Психологическая защита тоже теперь является одной из центральных в психотерапии. Конечно, не все полностью принимают теоретические объяснения Фрейда, но обычно вынуждены признать, что именно его метод стал основой многих терапевтических систем. Психоаналитический подход З. Фрейда к личности представлен двумя базовыми концепциями. Первая ранняя концепция: организация психики через "топографическую модель". Согласно этой модели личностной организации в психической жизни выделяют три уровня 1. сознание; 2. предсознательное; 3. бессознательное.

Эти три уровня З. Фрейд рассматривал как единый организм. Психика по З. Фрейду представляет айсберг, где вершина, выступающая над поверхностью воды, представляет область сознательного, занимает маленькую часть, вся оставшаяся большая часть под водой представляет область бессознательного. В бессознательном находятся влечения, страсти, подавленные мысли и чувства, те жизненные силы, которые осуществляют

контроль над сознательными мыслями и поступками индивида. Эта структура называется топической моделью психики.

Вторая концепция З. Фрейда появилась в 1920 году, в анатомии личности он выделил три структуры: Ид, Эго, Супер-эго. Данная трехструктурное деление личности имеет название "структурная модель психической жизни" или динамическая модель психики.

Где Ид является психическим, это нечто врожденное и дается человеку при рождении, сюда же можно отнести и инстинкты. Ид взаимодействует с процессами в теле, откуда им и черпается его энергия. З. Фрейд определил Ид как "истинную психическую реальность", потому что в ней отражаются субъективные переживания, их внутренний мир.

Вопросы и задания

1. Понимание человеческой природы в психоаналитической теории.
2. Перенос и контрперенос в консультировании.
3. Комплекс неполноценности, социальный интерес, жизненный стиль как основные компоненты адлеровской теории.
4. Методы транзактного анализа и психотехники транзактного консультирования
5. Подготовить тематические сообщения:
 - Техника интерпретации в психоаналитически ориентированном консультировании.
 - Техника структурирования и руководства в психологическом консультировании.
 - Работа с жизненным сценарием в психологическом консультировании.
6. Упражнение «Раннее детское воспоминание»

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено
2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено

Психологический диагноз должен быть адекватным задачам консультирования. Поэтому нельзя считать достаточным выявление

психологических характеристик индивида с помощью специальных методик. Они должны рассматриваться в контексте целостного процесса развития индивида, в свете особенностей его онтогенеза, определяющих его специфические трудности и проблемы.

Вопросы и задания:

1. Тестирование в практике психологического консультирования.
2. Графические методы в практической психологии.
3. Навыки наблюдения за клиентом: «язык молчания», зеркальное отражение, сбор ключевых лингвистических концепций.
4. Оценка проблем клиента: теория оценки Дж. Келли, организационные принципы и пятишаговая модель оценки.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено
2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено
3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы
<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы
<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),
<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)
<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 10. Аффективные техники экзистенциально-гуманистической парадигмы

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: После рассмотрения психодинамической парадигмы психологической помощи логично перейти к гуманистической. Эти парадигмы внешне имеют много общего между собой. Так, обе парадигмы акцентируют помощь на факте вытеснения из процесса осознания текущего опыта жизни личности его существенных моментов, без которых невозможно найти решение возникающих трудностей.

Теоретическая часть: Экзистенциальное направление, так же как и гуманистическое, явилось «третьей силой», противостоящей теориям личности психодинамического и поведенческого подходов. Идеи и принципы экзистенциальной психотерапии базируются на экзистенциальной философии. Идеологами и пропагандистами экзистенциального подхода в психотерапии выступают Р. Мей, И. Ялом, Дж. Бюдженталь, В. Франка. Экзистенциальная психотерапия выдвигает следующие принципы работы:

- упор на «свободную волю», свободное развитие личности;
- ведущая способность человека – это способность познавать свой внутренний мир;
- исследование проблемы одиночества и отношений личности с другими, проблемы смерти и ее принятия человеком.

Согласно экзистенциальному направлению:

а) основой мотивации личности является экзистенциальная тревога, которая ставит перед индивидом задачу поиска уникального личностного смысла в бессмысленном мире и обретения личностного смысла существования;

б) существует базисная тревога, основанная на переживании индивидом объективной угрозы существованию (смерть, болезнь, угроза своим ценностям и т. п.), и невротическая тревога, для которой свойственна неадекватная реакция подавления на объективную угрозу;

в) человеку свойственно переживание изоляции, которая может быть: г) межличностной, когда человек переживает свое внешнее одиночество;

д) внутриличностной, когда у индивида заблокированы некоторые части личности и они не осознаются;

е) экзистенциальной, когда человек ощущает свою отделенность от мира независимо от наличия у него каких-либо социальных контактов;

ж) основой психического здоровья является уникальность каждого человека;

з) причиной невроза являются не проблемы прошлого опыта (фиксации либидо, незавершенные стадии развития и т. п.), а те проблемы, которые индивид не может решить в настоящий момент.

Экзистенциальная психотерапия ставит следующие практические задачи:

- 1) подведение к осознанию человеком ответственности за формирование собственного внутреннего мира и выбор своего жизненного пути;
- 2) освобождение от невротической тревоги через осознание базисной тревоги;
- 3) помощь клиенту в осознании и принятии конечности своего бытия, в примирении с неизбежностью смерти;
- 4) развитие творческих сил и потенциала личности;
- 5) помощь в осознании и проживании клиентом своей экзистенциальной и личностной изоляции, выработка адекватных способов проживания своей изоляции.

Вопросы и задания

1. Общая характеристика личностно-центрированного консультирования.
2. Методы экзистенциальных консультантов.
3. Роль гештальт-консультанта в восстановлении личностной целостности, преодолении нарушений контакта с окружающей средой и самим собой, примирении дихотомий.

Подготовить доклад по темам:

1. Цели и задачи экзистенциального консультирования
2. Личностно-центрированное консультирование: понятие тенденции адаптации, развитие Я- концепции, основные принципы.
3. Гештальт-консультирование как комплекс эффективных микротехник.
4. Транзактный анализ: основные положения и психотехники.

Логотерапия В.Франкла. Метод парадоксальной интенции

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

- [illegible]

Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено

3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы

<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы

<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 11. Методы когнитивно-поведенческого подхода в психологическом консультировании

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: Поведенческая и когнитивно-поведенческая психотерапия и консультирование основаны на теории бихевиоризма (от англ. behaviour - поведение), которая связана с именами У. Бэлла, И.П. Павлова, И. М. Сеченова, Дж. Уотсона, Э. Торндайка, Б. Скиннера, Дж. Вольпе, А. Лазаруса и др. Методологическими предпосылками теории бихевиоризма явились принципы философии позитивизма, согласно которым наука должна описывать только то, что доступно непосредственному наблюдению.

Теоретическая часть: Терапия поведения (бихевиоризм) полностью поддерживает принципы бихевиорального подхода к пониманию личности и в консультативной работе ориентируется на коррекцию поведения. Терапия поведения опирается на следующие принципы:

- предметом теоретического изучения и практической работы является поведение человека;
- поведение человека формируется в процессе обучения через положительные и отрицательные подкрепления;
- у личности есть побуждения, обусловленные психологически и складывающиеся в иерархию мотивов в результате социального научения;

- в результате прошлого опыта положительного подкрепления у человека формируются ожидания;
- неподкрепление или отрицательное подкрепление сформированных ожиданий может вызывать различного рода психологические проблемы;
- неправильное поведение есть результат плохого, неправильного обучения;
- человек формируется в среде, в которой находится, но способен ее изменить, изменяя свое поведение.

Терапия поведения использует в качестве метода психологической работы, обучающего правильному поведению, подкрепление, которое определяется как воздействие на клиента, в результате которого формируется условная реакция и повышается или понижается вероятность повторения поведения. Подкрепление может быть:

- положительным, когда в результате воздействия стимула поведение повторяется, так как стимул соответствует ожиданиям индивида;
- отрицательным, когда то или иное поведение исчезает в результате несоответствия подкрепления ожиданиям индивида или когда индивид не получает никакого подкрепления, что также не соответствует его ожиданиям.

Поведенческая и когнитивно-поведенческая психотерапия и консультирование основаны на теории бихевиоризма (от англ. behaviour – поведение), которая связана с именами У. Бэлла, И. П. Павлова, И. М. Сеченова, Дж. Уотсона, Э. Торндайка, Б. Скиннера, Дж. Вольпе, А. Лазаруса и др.

Методологическими предпосылками теории бихевиоризма явились принципы философии позитивизма, согласно которым наука должна описывать только то, что доступно непосредственному наблюдению. Кардинальной позицией представителей бихевиоризма стал поиск упорядоченности, единообразия, законов взаимосвязей событий в природе. Для них этот поиск всегда начинается с наблюдения отдельных эпизодов, затем переходит к общим правилам и от них – к общим законам. Частью функционирования организма человека, доступной непосредственно наблюдению, является его поведение. Именно по поведению, убеждены бихевиористы, можно достоверно судить о характере взаимодействия человека с миром и о его воздействии на мир.

Вопросы и задания

1. Общая характеристика личностно-центрированного консультирования.
2. Методы когнитивно-поведенческих консультантов.
3. Роль гештальт-консультанта в восстановлении личностной целостности, преодолении нарушений контакта с окружающей средой и самим собой, примирении дихотомий.

Подготовить доклад по темам:

1. Основные положения теории поведенческого консультирования
2. Основные методы и процедуры рационально-эмотивного поведенческого консультирования (А.Эллис).

3. Когнитивное консультирование А. Бека: теоретические основы, цели, методы.
4. Роли консультанта, поведенческие техники.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено

2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено

3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы

<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы

<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 12. Виды психологического консультирования. Телефонное и организационно-деятельностное консультирование.

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: Телефонное консультирование в настоящее время

получило признание во всем мире, оно активно развивается и совершенствуется. Телефон Доверия предназначен не для организации традиционной психотерапии, а главным образом для того, чтобы испытывающий трудности человек мог найти собеседника, избавиться от возникшего эмоционального напряжения, поделиться своими переживаниями, получить поддержку для изменения своего тягостного, непереносимого эмоционального состояния.

Теоретическая часть: Основными принципами работы телефонного консультанта являются анонимность и доверительность (конфиденциальность). При обращении в службу "Телефона доверия" абонент не обязан называть себя или сообщать о месте своего нахождения. Это дает ему возможность свободно говорить о личных проблемах и сложных ситуациях, которые в силу анонимности оказываются, как бы отдельными от него, и абонент может на них взглянуть со стороны.

Консультанты не должны предоставить абоненту информацию, которая поможет найти их вне стен службы. В обоюдных интересах не следует предоставлять абонентам данных о расположении службы или месте жительства. Консультантам категорически воспрещается выходить с позвонившим на очный контакт или строить беседу так, чтобы у абонента возникла надежда на вероятность этой встречи. Доверительность или конфиденциальность работы службы обеспечивается тем, что все без исключения телефонные разговоры, журналы или иные формы регистрации телефонных бесед, картотеки и информационные материалы доступны только сотрудникам службы. Этой информацией не следует делиться ни с кем вне ее стен, включая родственников, друзей или знакомых. Обсуждение телефонного разговора возможно только между дежурными сотрудниками или супервизором при необходимости в оказании взаимопомощи, а также во время обучающих занятий - с использованием лишь фабулы соответствующей консультативной беседы. Соблюдается и принцип анонимности - сотрудники службы «Телефон Доверия» обязаны не разглашать полученные во время работы сведения, которые могут нанести ущерб чести, репутации, правам и интересам граждан.

Анонимность и конфиденциальность представляют собой не только организационные, но и основные этические принципы телефонной помощи. И если в разных странах организационные подходы в ее оказании могут различаться, то этические правила являются весьма сходными.

Поступать этически означает, прежде всего, заботиться, защищаться или сохранять человеческую жизнь как сиюминутно, так и в договоренной перспективе, используя моральные императивы законодательства, образования или идеологических течений. Структура этики содержит множество норм, но все они исходят из того, что именно человеческая жизнь является основной ценностью. Психологическое консультирование как процесс помощи строится на этической основе. В нем, особенно в телефонном консультировании, жизненные ситуации часто отличаются своей исключительностью. Они могут создавать серьезные препятствия для работы

консультанта, который сталкивается с трудными этическими вопросами.

Кроме анонимности и конфиденциальности, консультанту следует придерживаться и некоторых других общих правил работы психолога-практика.

1. Во время дежурства консультант должен быть сыт: голод зачастую оказывается сильнее мыслей об абоненте или своевременного проявления сочувствия.
2. Консультант должен быть принят в команде своих коллег.
3. Консультант должен быть сексуально удовлетворен: в противном случае никак не избежать навязчивых проекций своих проблем на абонента или контрпереноса. Это правило формулируется часто, но не должно пониматься буквально; точнее было бы говорить о необходимости работы с собственными сексуальными проблемами.
4. Консультант должен быть в ясном сознании: недопустимы сонливость или прием алкоголя.
5. Консультант должен чувствовать себя независимым, в частности от взаимоотношений с вовлеченными в консультирование коллегами.

Вопросы и задания:

1. История возникновения телефонного консультирования, основные принципы работы, модель обучения консультантов на основе опыта.
2. Психотехнические аспекты телефонного консультирования. Психология, искусство и ошибки телефонного диалога.
3. Феномен «сгорания» у телефонных консультантов. Этика телефонной помощи.
4. Частные проблемы телефонной помощи:
 - 1) Консультирование в кризисных состояниях.
 - 2) Особенности телефонного консультирования детей и подростков.
 - 3) Консультирование при суицидальном поведении.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва :

В консультировании акцентируется ответственность клиента, т.е. признается, что независимый, ответственный индивид способен в

соответствующих обстоятельствах принимать самостоятельные решения, а консультант создает условия, которые поощряют волевое поведение клиента. Сердцевиной консультирования является «консультативное взаимодействие» между клиентом и консультантом, основанное на философии «клиент - центрированной» терапии.

Основоположник «клиент-центрированной» терапии - американский психотерапевт К. Роджерс выделил 3 основных принципа этого направления: каждая личность обладает безусловной ценностью и заслуживает уважения как таковая;

каждая личность в состоянии быть ответственной за себя;

каждая личность имеет право выбирать ценности и цели, принимать самостоятельные решения.

Итак, обобщая, можно сказать, что определения психологического консультирования охватывают стержневые установки консультанта в отношении человека вообще и клиента в частности. Консультант принимает клиента как уникального, автономного индивида, за которым признается и уважается право свободного выбора, самоопределения, право жить собственной жизнью. Любое внушение или давление мешает клиенту принять ответственность на себя и правильно решать свои проблемы.

Вопросы и задания:

1. Характеристика основных проблем, относящихся к взаимоотношениям между родителями и детьми.
2. Структура, содержание и особенности психолого-педагогического консультирования. Его основные этапы и условия успешного поведения.
3. Практика применения психоанализа в педагогике. Психоаналитически-педагогическая консультация.
4. Некоторые специальные проблемы психолого-педагогического консультирования.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение
Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено

3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы
<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы
<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),
<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)
<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Теоретическая часть: Психологические проблемы, относящиеся к взаимоотношениям человека с окружающими людьми, могут быть разными по характеру. Они могут оказаться связанными с личными и деловыми взаимоотношениями человека с окружающими его людьми, касаться взаимоотношений с близкими и достаточно далекими от него людьми, например с родными и посторонними.

Проблематика межличностных отношений также может касаться людей разного пола: женщин и мужчин, как в монополовых (одинаковых), так и в гетерополовых (различных по половому составу) социальных

группах.

Многоаспектность названных проблем отражает сложность реально существующей системы человеческих взаимоотношений. Хотя многие из названных проблем мы будем здесь обсуждать отдельно, следует, однако, помнить и о том, что все эти проблемы практически взаимосвязаны и в большинстве случаев жизни должны решаться комплексно.

Есть, например, некоторые общие причины возникновения типичных затруднений в сфере человеческих взаимоотношений. Обсудив эти причины, мы более не будем к ним возвращаться и далее ограничимся только ссылками на соответствующие места в тексте. Однако есть и частные, специфические причины затруднений, характерные для отдельных видов человеческих взаимоотношений. На них в основном и будет сконцентрировано наше внимание в дальнейшем.

Проблемы личных взаимоотношений клиента с людьми

К группе этих проблем прежде всего относятся те, которые касаются взаимоотношений клиента с теми людьми, которые примерно одного с ним возраста и отличаются по возрасту друг от друга не более чем на два-три года.

Заметим вместе с тем, что понятия «сверстник» или «люди одного поколения» в данном случае охватывают разные диапазоны возрастов для детей и для взрослых людей. Если, например, сверстники ребенка дошкольного возраста, как правило, не отличаются от него самого более чем на один год, то в школьном возрасте разница между сверстниками может достигать до двух лет. Соответственно, сверстниками можно называть юношей и девушек в возрасте от двадцати до двадцати пяти лет, т.е. людей, разница в годах между которыми достигает уже до пяти лет.

Применительно к взрослым людям в диапазоне возрастов от тридцати до шестидесяти лет понятие «сверстник» охватывает уже интервал до десяти лет. Если же речь идет о пожилых людях старше шестидесяти лет, то здесь допустимо считать представителями одного поколения или – условно – сверстниками тех, чья разница в возрасте достигает даже до пятнадцати лет.

Психологическое развитие человека с возрастом постепенно замедляется, и общность жизненного опыта, психологии и поведения людей становится главным критерием для их оценивания как сверстников.

Наблюдения показывают, что чаще всего в психологическую консультацию по поводу проблем взаимоотношений с окружающими людьми обращаются те, кому больше пятнадцати и меньше шестидесяти лет. Что же касается взаимоотношений дошкольников, младших школьников и людей пожилого возраста друг с другом, то они реже вызывают беспокойство у их участников и, кроме того, имеют свои, специфические особенности.

В дошкольном и в младшем школьном возрасте обычно еще нет серьезных проблем во взаимоотношениях детей со сверстниками, которые требовали бы повышенного внимания и проведения психологического консультирования. В пожилом возрасте взаимоотношения людей

ограничиваются обычно узким кругом родственников, знакомых и друзей, с которыми эти взаимоотношения установились давно и более или менее отрегулированы. Кроме того, взаимоотношения пожилых людей с окружающими сравнительно легко улаживаются за счет большого жизненного опыта, накопленного такими людьми, и, следовательно, возникающие у них проблемы также сравнительно просто решаются без обращения в психологическую консультацию.

Вопросы и задания:

1. Особенности консультирования клиентов с посттравматическим расстройством.
2. Особенности организации индивидуальной и групповой работы с лицами, перенесшими насилие.
3. Особенности консультирования депрессивных клиентов и с суицидальными намерениями.
4. Особенности психологического консультирования агрессивных клиентов.
5. Особенности консультирования клиентов с психосоматическими расстройствами.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

1. неограничено Мартынова, Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено
2. Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено
3. Пахальян, В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян. - Личностно-ориентированное консультирование в образовании, 2023-05-22. - Саратов : Вузовское образование, 2018. - 288 с. -

Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4487-0251-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы

<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы

<http://vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

Тема 16 Индивидуальный стиль психолога-консультанта.

Цель: закрепление представлений студентов о психологическом консультировании как научной дисциплине, ее месте в системе психологического знания, научить студентов дифференцированно владеть понятийно - категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции психологической науки.

Актуальность темы: Профессионально проведенный процесс консультирования не означает его полной унификации (одинаковости). Своеобразие деятельности консультанта в зависимости от выбора результатов консультирования или от характера включенности консультанта и посетителя в процесс взаимодействия позволяет выделить и описать типовые стили работы консультанта с посетителем.

Теоретическая часть: Правила сознательного выбора и использования конкретного стиля:

- каждый из стилей поведения консультанта имеет свои плюсы и минусы;
- чтобы сделать общение с посетителем эффективным, необходимо уметь изменять стиль в зависимости от ситуации;
- разные стили (или их разновидности) могут быть использованы на разных этапах работы с одним и тем же посетителем;
- у посетителей тоже есть свои предпочтения и ожидания в отношении стиля взаимодействия с консультантом правозащитной приемной.

1)СТИЛИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВКЛАДА КОНСУЛЬТАНТА

В РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОСЕТИТЕЛЯ (РЕЗУЛЬТАТОВ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ). Консультант, определяя свое место в решении проблемы, с которой к нему обратился посетитель, действует в системе координат трех основных ролей. Стили в данном случае представляют предельно утрированную модель позиционирования (самоопределения) консультанта по отношению к содержанию и «продукту» консультирования. Интерпретатор -расскажет все детально, нарисует, распишет по порядку, но мало внимания уделит практической стороне проблемы, конкретным рекомендациям по ее решению. Главное - разобраться.

Поводырь- начнет рассказывать, а потом возьмет за руку и отведет куда нужно, или сам возьмется за решение проблемы.Главное - помочь.

Профессионал- не интересуется мотивами посетителя и его конечными

целями, он ограничивается практическими советами, указывает верное направление и объясняет посетителю, как он самостоятельно может решить свою проблему. Главное - решить задачу.

2) Стили поведения консультанта в зависимости от характера влияния на процесс принятия решения посетителем. консультанты выбирают те или иные способы взаимодействия с клиентом в процессе консультирования. Устойчивые характеристики, отличающие один способ от другого, дают представление о стилях поведения консультанта по отношению к посетителю. Они могут быть соотнесены с типами посетителей, для которых такой характер общения с работником приемной наиболее эффективен (но не всегда комфортен).

Эмпатический стиль.

Консультант, работающий в эмпатическом стиле, помогает посетителю заинтересованным выслушиванием и эмоциональной поддержкой. Это стиль, не предполагающий никаких суждений, благодаря чему посетитель расслабляется, у него пропадает чувство настороженности, уходят его отрицательные эмоции. Этим стилем можно помочь посетителю самому прийти к нужному для него решению и позволить ему логично и рационально решить собственную проблему.

Тип посетителя, соответствующий этому стилю - «страхующийся».

Как правило, это мужчины и женщины в возрасте от 30 до 55 лет, понимающие роль документов и правил, имеющие опыт самостоятельного решения разных жизненных проблем, обратившиеся к консультанту с тем, чтобы он подтвердил или опровергнул сделанные ими выводы о вариантах решения их проблемы и откорректировал их дальнейшие действия.

Каталитический стиль

Консультант, работающий в каталитическом стиле, помогает посетителю собрать максимально возможное количество информации о проблеме. На основе этой информации консультант вместе с посетителем обсуждают варианты решения проблемы, и посетитель выбирает наиболее оптимальный для него способ ее решения.

Тип посетителя, соответствующий этому стилю - «обстоятельный».

Как правило, это мужчины и женщины в возрасте от 30 до 55 лет, работающие на производстве или в другой сфере, связанной с получением конкретного материального результата, обратившиеся к консультанту с тем, чтобы он предоставил им необходимую информацию и познакомил с навыками решения подобного рода вопросов.

Конфронтационный стиль

Консультант, работающий в этом стиле, помогает посетителю тем, что принимает на себя роль его противника. Демонстрируя посетителю возможный вариант поведения его противника и иных заинтересованных сторон, консультант расширяет представление посетителя о возможных рациональных объяснениях возникшей у него проблемы. Тем самым проблема переводится в практическую плоскость, а посетитель более готов к принятию необходимых ему решений.

Тип посетителя, соответствующий этому стилю - «несправедливо обиженный».

Как правило, это мужчины и женщины старше 40 лет, ранее предпочитавшие решать подобные проблемы «самостоятельно», «как получится, так и ладно», считающие, что подобные проблемы решают влиятельные знакомые или хорошие друзья «в верхах», которых у них никогда не было, имеющие комплекс «вечно обижаемых», обращающиеся к консультанту в надежде, что он их проблему решит, позвонив «нужному человеку».

Директивный (предписывающий) стиль

Консультанты, работающие в данном стиле, как правило, выслушивают проблемы клиента, собирают нужную информацию, анализируют ее, исходя из своего собственного опыта, и выдают посетителю готовое решение или рекомендации. При этом стиле консультант полагает, что посетитель не в состоянии самостоятельно поставить точный диагноз своей проблеме или определить способы ее решения, поэтому консультант принимает на себя ответственность за выбор окончательного решения посетителем.

Тип посетителя, соответствующий этому стилю - «несамостоятельный».

Как правило, это мужчины и женщины в возрасте до 30 лет или в пожилом возрасте, либо не имевшие опыта решения серьезных жизненных проблем, либо не способные к их решению в силу физических и интеллектуальных возможностей, обращаются к консультанту, чтобы он за них решил их проблему, хотя могут и скрывать это.

Часто консультанты используют всего лишь один предпочтительный для них (или хорошо освоенный) стиль. Это может повредить отношениям «консультант – клиент», поскольку в различных ситуациях с разными людьми и на различных этапах консультирования каждый стиль имеет свою значимость. Главное заключается в том, чтобы суметь определить, когда именно нужен данный конкретный стиль поведения, и соответственно использовать его.

Вопросы и задания:

1. Модель эффективного консультанта. Влияние личности психолога-консультанта на консультативный процесс.
2. Границы вмешательства психолога-консультанта. Границы ответственности.
3. Перенос или отношения: иллюзии и реальность.
4. Этические принципы работы консультанта.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров

Дополнительная литература:

<http://koob.ru>, подборка психологической литературы
<http://www.biblioclub.ru>, подборка психологической литературы
<http://voppsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),
<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»)
<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks

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

**Методические указания
по выполнению лабораторных работ
по дисциплине**

**«ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ИНДИВИДУАЛЬНОГО
КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»**

для студентов направления подготовки 37.03.01 Психология, направленность
(профиль) «Психологическое консультирование», очной формы обучения.

Ставрополь
2026

Содержание

Введение

Тема 1. Определение понятия, сущность и специфика индивидуального психологического консультирования

Тема 2. Виды психологического консультирования

Тема 3. Структура процесса индивидуального консультирования

Тема 4. Этап оказания психологического воздействия

Тема 5. Технология ведения консультативной беседы

Тема 6. Традиционные и современные технологии психологического консультирования

Тема 7. Методы невербальной коммуникации

Тема 8. Методы аналитического исследования

Тема 9. Психодиагностика в индивидуальном психологическом консультировании. Оценка проблем клиента

Тема 10. Аффективные техники экзистенциально-гуманистической парадигмы

Тема 11. Методы когнитивно-поведенческого подхода в психологическом консультировании

Тема 12. Виды психологического консультирования. Телефонное и организационно-деятельностное консультирование

Тема 13. Виды психологического консультирования.

Психологическое консультирование по развитию личности клиента.

Консультирование по развитию способностей

Тема 14. Консультирование по проблемам межличностных отношений

Тема 15. Индивидуальный стиль психолога-консультанта.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Целью освоения дисциплины «**Теория и практика индивидуального консультирования**» 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:

6. сформировать общие представления о психологическом консультировании, психологической помощи.
7. освоить методологию психологической помощи (развитие личности клиента как ее предмет).
8. сформировать представление о методах и подходах в практике психологической помощи в форме консультирования и психотерапии, об их соотношении в психологической деятельности.
9. изучить разнообразные методы психологической помощи, их уровни и классификации.
10. сформировать навыки построения грамотного плана психологической помощи при различных запросах на нее.
11. 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.

8. Примерные темы докладов:

1. Понятие психологического консультирования
2. Структура процесса консультирования
3. Негативные факторы психологического консультирования.
4. Возникновение и уровни психологической проблемы.
5. Осознание как путь решения психологической проблемы.
6. Методы и приемы активизации и ведения диалога

7. Методы и приемы установления консультативного контакта.
8. Анализ методов и приемов, используемых в зарубежной психологии консультирования.
9. Понимание природы клиента консультирования в психоаналитическом, когнитивно-поведенческом и экзистенциально-гуманистическом подходах.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература:

Мартынова, Е. В.
Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение
Электронный ресурс / Е. В. Мартынова. - Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение, 2020-04-19. - Москва : Генезис, 2015. - 384 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-98563-320-7, экземпляров неограничено

Дополнительная литература:

Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие для вузов и ссузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 362 с. : ил. - <http://biblioclub.ru/>. - ISBN 978-5-906879-71-4, экземпляров неограничено

Забродин, Ю.М. Психологическое консультирование Электронный ресурс : учебное пособие / В.Э. Пахальян / Ю.М. Забродин ; ред. Ю.М. Забродин. - Психологическое консультирование, 2023-05-22. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-4486-0385-3, экземпляров неограничено

[illegible]

Методическая литература:

Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине
«Психология кризисных состояний личности» / Сост. О.А.Рогожина. -
Ставрополь: СКФУ, 2019

Методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы по дисциплине «Психология кризисных состояний личности» / Сост. О.А.Рогожина. - Ставрополь: СКФУ, 2019

Интернет-ресурсы:

www.biblioclub.ru «Университетская библиотека онлайн».

<http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС IPRbooks