

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**

«Методы психологического консультирования»

для студентов направления подготовки
Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое
образование
Направленность (профиль) «Педагогика и психология образования»
Квалификация выпускника бакалавр

Ставрополь, 2026 г.

Предисловие

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов теоретических знаний и практических навыков в области основ психологического консультирования.

Задачи освоения дисциплины:

- формирование способности у студентов проводить анализ личностных проблем клиента на основе определенного теоретического направления психологии;
- формирование способности выдвигать психологические гипотезы в соответствии с определенным теоретическим направлением в психологии;
- формирование системы знаний о специфике построения процесса психологического консультирования, методах и техниках его осуществления в контексте определённого теоретического подхода;
- формирование способности у студентов выстраивать процесс психологического консультирования по заявленным проблемам субъектов образовательного процесса в соответствии с основными психологическими подходами.

Значительная часть представленных семинарских занятий предполагает использование интерактивных форм и методов обучения, а именно, коммуникативнодиалоговые технологии (дискуссия, диалог), имитационно-игровые (ролевые игры), проблемно-поисковые (разработка и защита творческих проектов и другие).

Структура занятия включает: цель, форму проведения, вопросы для обсуждения, методические рекомендации для студентов, в которых подробно описываются все этапы подготовки к практической деятельности, тематику рефератов, список основной и дополнительной литературы, Интернет-ресурсы, задания для контроля владения компетенциями. В соответствии с темой семинарского занятия и формой его проведения структура может варьироваться.

Методические указания содержат описание целей практических занятий, формируемых компетенций, теоретическую часть, вопросы и задания, список литературы и Интернет-ресурсов.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1

Тема «Методы психологического консультирования».

Теоретическая часть:

Предмет психологического консультирования. Роль и место психологического консультирования в цикле психологических дисциплин. Психологическое консультирование, психотерапия, психологическая коррекция. Психологическое консультирование как отрасль практики. Методологические основы психологического консультирования. Методы психологического консультирования (общая характеристика). Проблема эффективности психологического консультирования.

Вопросы и задания

1. Дайте общую характеристику дисциплины «Методы психологического консультирования».
2. Охарактеризуйте цели и задачи дисциплины «Методы психологического консультирования».
3. Охарактеризуйте требования, предъявляемые к уровню подготовленности психолога-консультанта.
4. Определите место индивидуального консультирования в общей системе оказания психологической помощи людям.

Основная литература

1. Забродин Ю.М. Психологическое консультирование: учебное пособие / Забродин Ю.М., Пахальян В.Э. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - ISBN 978-5-4486-0385-3. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/76805.html>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/76805>.
2. Спиженкова М.А. Психологическое консультирование : учебно-методическое пособие / Спиженкова М.А. - Саратов : Вузовское образование, 2020. - 127 с. - ISBN 9785-4487-0640-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/89682.html>.

Дополнительная литература

1. Абрамова Г.С. Графика в психологическом консультировании : учебное пособие для вузов / Абрамова Г.С. - Москва, Саратов : ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 142 с. - ISBN 978-5-4486-0837-7. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88159.html>.
2. Мальцева Т.В. Профессиональное психологическое консультирование: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Психология» и «Юриспруденция» / Мальцева Т.В., Реуцкая И.Е. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 143 с.

- ISBN 978-5-238-01702-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/81548.html>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Петрушин С.В. Мастерская психологического консультирования / Петрушин С.В. - Москва, Саратов: ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 143 с. - ISBN 978-5-4486-0823-

0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88177.html>.

Интернет – ресурсы

1. <http://www.edu.ru> - Федеральный портал «Российское образование»
2. <http://www.fgosvo.ru> - Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - официальный сайт
3. <http://www.iprbookshop.ru> - Электронно-библиотечная система IPRbooks
4. <http://www.lexed.ru> - Федеральный центр образовательного законодательства - официальный сайт
5. <https://cyberleninka.ru> - КиберЛенинка - научная электронная библиотека (журналы)
6. <https://edu.gov.ru> - Министерство просвещения Российской Федерации - официальный сайт
7. <https://openedu.ru> - Национальная платформа открытого образования
8. <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic> Международная реферативная и справочная база данных научного цитирования «Scopus» - крупнейшая в мире единая реферативная база данных
9. <http://diss.rsl.ru> - Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки (ЭБД РГБ)

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2

Тема «Технологии психологического консультирования»

Теоретическая часть:

Технологии психологического консультирования. Р. Мэй, Алан Е. Айви, Г.С.Абрамова, Ю.Е.Алешина, В.Ю. Меновщиков.

Этап установления контакта в психологическом консультировании. Определение консультативного контакта. Эмоциональные компоненты терапевтического климата. Навыки поддержания консультативного контакта. Перенос и контрперенос в консультировании и психотерапии.

Этап сбора информации и осознание желаемого результата. Понятие запроса на консультативную работу. Виды запросов.

Этап выработки альтернативных решений. Основные задачи этапа: разработка гипотетических решений проблемы, сравнение, оценка гипотез, выработка

альтернативных решений. Выработка альтернативных решений с «трудными» клиентами. Понятие конфронтации. Конфронтация с внутренней реальностью. Конфронтация с внешней реальностью.

Этап обобщения результатов взаимодействия с клиентом и выход из контакта.

Взаимодействие консультанта с клиентом по завершении консультативного процесса.

Вербальные техники психологического консультирования. Постановка вопросов.

Техники активного слушания. Поддержка (ободрение, успокаивание). Отражение содержания (перефразирование и обобщение). Отражение чувств. Паузы молчания.

Предоставление информации. Интерпретация. Конфронтация. Чувства консультанта и самораскрытие. Невербальные техники психологического консультирования.

Вопросы и задания

1. Интервью как метод психологического консультирования.

2. Типичные технические ошибки, допускаемые в процессе консультирования, способы их устранения.

3. Основные процедуры психологического консультирования. Постановка вопросов. Ободрение и успокаивание. Отражение содержания: перефразирование и обобщение. Отражение чувств. Паузы молчания. Предоставление информации. Интерпретация.

Конфронтация. Чувства консультанта и самораскрытие.

4. Возможности других подходов в эффективной психологической консультации.

Основная литература

1. Забродин Ю.М. Психологическое консультирование: учебное пособие / Забродин Ю.М., Пахальян В.Э. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - ISBN 978-5-4486-0385-3. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/76805.html>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/76805>.

2. Спиженкова М.А. Психологическое консультирование : учебно-методическое пособие / Спиженкова М.А. - Саратов : Вузовское образование, 2020. - 127 с. - ISBN 9785-4487-0640-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/89682.html>.

Дополнительная литература

1. Абрамова Г.С. Графика в психологическом консультировании : учебное пособие для вузов / Абрамова Г.С. - Москва, Саратов : ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. -

142 с. - ISBN 978-5-4486-0837-7. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88159.html>.

2. Мальцева Т.В. Профессиональное психологическое консультирование: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Психология» и «Юриспруденция» / Мальцева Т.В., Реуцкая И.Е. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 143 с. - ISBN 978-5-238-01702-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/81548.html>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Петрушин С.В. Мастерская психологического консультирования / Петрушин С.В. - Москва, Саратов: ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 143 с. - ISBN 978-5-4486-0823-0.

0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88177.html>.

Интернет – ресурсы

1. <http://www.edu.ru> - Федеральный портал «Российское образование»
2. <http://www.fgosvo.ru> - Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - официальный сайт
3. <http://www.iprbookshop.ru> - Электронно-библиотечная система IPRbooks
4. <http://www.lexed.ru> - Федеральный центр образовательного законодательства - официальный сайт
5. <https://cyberleninka.ru> - КиберЛенинка - научная электронная библиотека (журналы)
6. <https://edu.gov.ru> - Министерство просвещения Российской Федерации - официальный сайт
7. <https://openedu.ru> - Национальная платформа открытого образования
8. <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic> Международная реферативная и справочная база данных научного цитирования «Scopus» - крупнейшая в мире единая реферативная база данных
9. <http://diss.rsl.ru> - Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки (ЭБД РГБ)

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3

Тема «Цели и задачи психологического консультирования в современных теоретических направлениях»

Теоретическая часть:

Главная цель консультирования – помочь клиенту понять, что именно он сам и есть тот человек, который должен решать, действовать, изменяться, актуализировать свои способности. Информирование клиента о продолжительности бесед и вообще о том, что обычно происходит во время консультативных встреч, позволяет клиенту понять возможности и ограничения консультирования. Наличие разных теорий требует от психолога размышления, анализа и выбора уместного подхода и методов. **Основные функции:**

1. Разрешение актуальных жизненных проблем.
2. Развитие, социализация и самореализация личности.

3. Достижение более полной внутриличностной интеграции путем согласования личных и социальных интересов.

4. Выработка альтернативных способов поведения, адекватных определенным жизненным ситуациям.

5. Осуществление выбора и принятие ответственности за этот выбор.

Цели психологического консультирования формулируются исходя из теоретикометодологических основ психологического консультирования, которые представлены как теориями и методами психотерапии, так и достижениями современной научной психологии (социальной, общей, возрастной психологии). Ориентация в процессе психологического консультирования на использование достижений именно научной психологии особенно характерна для отечественной традиции психологического консультирования.

Выделяются универсальные цели, которые упоминаются теоретиками разных школ (George и Cristiani, 1990):

1. Способствовать изменению поведения, чтобы клиент мог жить продуктивнее, испытывать удовлетворенность жизнью, несмотря на некоторые неизбежные социальные ограничения.

2. Развивать навыки преодоления трудностей при столкновении с новыми жизненными обстоятельствами и требованиями.

3. Обеспечить эффективное принятие жизненно важных решений.

Существует множество дел, которым можно научиться во время консультирования: самостоятельные поступки, распределение времени и энергии, оценка последствий риска, исследование поля ценностей, в котором происходит принятие решений, оценка свойств своей личности, преодоление эмоциональных стрессов, понимание влияния установок на принятие решений и т.п.

4. Развивать умение завязывать и поддерживать межличностные отношения. Общение с людьми занимает значительную часть жизни и у многих вызывает трудности из-за низкого уровня их самоуважения или недостаточных социальных навыков. Будь то семейные конфликты взрослых или проблемы взаимоотношения детей, следует улучшать качество жизни клиентов посредством обучения лучшему построению межличностных отношений.

5. Облегчить реализацию и повышение потенциала личности. По мнению Blocher (1966), в консультировании необходимо стремиться к максимальной свободе клиента (учитывая естественные социальные ограничения), а также к развитию способности клиента контролировать свое окружение и собственные реакции, провоцируемые окружением.

Вопросы и задания

1. Основные теоретические положения в описании психологической проблемы с позиции глубинной психологии (описание природы человека, описание причин дезадаптации, цель консультирования, техники работы).

2. Основные теоретические положения в описании психологической проблемы с позиции поведенческого подхода (описание природы человека, описание причин дезадаптации, цель консультирования, техники работы).

3. Основные теоретические положения в описании психологической проблемы с позиции гуманистического направления (описание природы человека, описание причин дезадаптации, цель консультирования, техники работы).

4. Основные теоретические положения в описании психологической проблемы с позиции когнитивного подхода (описание природы человека, описание причин дезадаптации, цель консультирования, техники работы).

5. Основные теоретические положения в описании психологической проблемы с позиции деятельностного подхода (описание природы человека, описание причин дезадаптации, цель консультирования, техники работы)».

Основная литература

1. Забродин Ю.М. Психологическое консультирование: учебное пособие / Забродин Ю.М., Пахальян В.Э. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - ISBN 978-5-4486-0385-3. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/76805.html>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/76805>.

2. Спиженкова М.А. Психологическое консультирование : учебно-методическое пособие / Спиженкова М.А. - Саратов : Вузовское образование, 2020. - 127 с. - ISBN 9785-4487-0640-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/89682.html>.

Дополнительная литература

1. Абрамова Г.С. Графика в психологическом консультировании : учебное пособие для вузов / Абрамова Г.С. - Москва, Саратов : ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 142 с. - ISBN 978-5-4486-0837-7. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88159.html>.

2. Мальцева Т.В. Профессиональное психологическое консультирование: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Психология» и «Юриспруденция» / Мальцева Т.В., Реуцкая И.Е. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 143 с. - ISBN 978-5-238-01702-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/81548.html>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Петрушин С.В. Мастерская психологического консультирования / Петрушин С.В. - Москва, Саратов: ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 143 с. - ISBN 978-5-4486-0823-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88177.html>.

Интернет – ресурсы

1. <http://www.edu.ru> - Федеральный портал «Российское образование»
2. <http://www.fgosvo.ru> - Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - официальный сайт
3. <http://www.iprbookshop.ru> - Электронно-библиотечная система IPRbooks
4. <http://www.lexed.ru> - Федеральный центр образовательного законодательства - официальный сайт

5. <https://cyberleninka.ru> - КиберЛенинка - научная электронная библиотека (журналы)
6. <https://edu.gov.ru> - Министерство просвещения Российской Федерации - официальный сайт
7. <https://openedu.ru> - Национальная платформа открытого образования
8. <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic> Международная реферативная и справочная база данных научного цитирования «Scopus» - крупнейшая в мире единая реферативная база данных
9. <http://diss.rsl.ru> - Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки (ЭБД РГБ)

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4

Тема «Групповые и индивидуальные формы работы в психологическом консультировании»

Теоретическая часть:

Групповое психологическое консультирование вид работы, в котором помощь клиенту, оказывается, через механизм группового взаимодействия, что позволяет человеку прийти к самопониманию и индивидуальным изменениям поведения.

Среди различного типа групп, которые используются в психологической практике, выделим которые ориентированы на личностное и психологическое развитие: • развивающие группы;

- консультационные группы;
- терапевтические группы;
- энкаунтер-группы, группы сензитивности, или группы личностного роста;
- Т-группы.

Преимущества группового консультирования:

- практичность
- возможность непосредственно увидеть и узнать, что другие люди тоже имеют аналогичные проблемы;
- возможность использовать социальное влияние (обратную связь) как средство решения проблем, имеющих межличностную природу;
- возможность для клиента осваивать новые способы поведения и получать поддержку от таких же, как он, людей;
- возможность приобрести навыки эффективного поведения и межличностных отношений, моделируемых и руководителем, и другими членами группы; **Оно неэффективно в следующих случаях:**

- когда клиент находится в состоянии кризиса;
- когда для защиты клиента необходима особая конфиденциальность;
- при сообщении результатов тестирования, связанных с «Я» – концепцией;
- когда клиент испытывает слишком сильный страх перед разговором;

Индивидуальное психологическое консультирование, сосредоточено на уникальности клиента.

Преимущество индивидуального психологического консультирования:

- предметом работы является один человек, его уникальный внутренний мир.

Позволяет сосредоточиться на особенностях личности

- клиент получает полное внимание консультанта, максимальная психологическая безопасность, включая соблюдение конфиденциальности.
- Специалист помогает клиенту ответить на такие экзистенциальные вопросы как: «Кто я?» (открыть уникальность своей личности, обнаружить неизведанные ресурсы внутреннего мира и т. п.), «Куда ведут сделанные мною шаги? Каковы мои цели и задачи?» (обнаружить возможность альтернативных выборов), «Почему я столкнулся с трудностями?» (увидеть внутренние источники действий и поступков) и т. п.

Вопросы и задания

1. Показания к применению индивидуальной и групповой формы психологического консультирования. Преимущества групповой формы работы.
2. Консультирование диады. Субъектный локус жалобы в диаде. Основные варианты в работе с диадой. Консультант как «психологический посредник» в работе с диадой.
3. Психотехнические приемы работы с диадой. Семейное консультирование как разновидность группового консультирования.

Основная литература

1. Забродин Ю.М. Психологическое консультирование: учебное пособие / Забродин Ю.М., Пахальян В.Э. - Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. - 286 с. - ISBN 978-5-4486-0385-3. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/76805.html>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/76805>.
2. Спиженкова М.А. Психологическое консультирование : учебно-методическое пособие / Спиженкова М.А. - Саратов : Вузовское образование, 2020. - 127 с. - ISBN 9785-4487-0640-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/89682.html>.

Дополнительная литература

1. Абрамова Г.С. Графика в психологическом консультировании : учебное пособие для вузов / Абрамова Г.С. - Москва, Саратов : ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 142 с. - ISBN 978-5-4486-0837-7. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88159.html>.
2. Мальцева Т.В. Профессиональное психологическое консультирование: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Психология» и «Юриспруденция» / Мальцева Т.В., Реуцкая И.Е. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 143 с. - ISBN 978-5-238-01702-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/81548.html>. - Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Петрушин С.В. Мастерская психологического консультирования / Петрушин С.В. - Москва, Саратов: ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. - 143 с. - ISBN 978-5-4486-0823-0. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/88177.html>.

Интернет – ресурсы

1. <http://www.edu.ru> - Федеральный портал «Российское образование»
2. <http://www.fgosvo.ru> - Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - официальный сайт
3. <http://www.iprbookshop.ru> - Электронно-библиотечная система IPRbooks
4. <http://www.lexed.ru> - Федеральный центр образовательного законодательства - официальный сайт
5. <https://cyberleninka.ru> - КиберЛенинка - научная электронная библиотека (журналы)
6. <https://edu.gov.ru> - Министерство просвещения Российской Федерации - официальный сайт
7. <https://openedu.ru> - Национальная платформа открытого образования
8. <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic> Международная реферативная и справочная база данных научного цитирования «Scopus» - крупнейшая в мире единая реферативная база данных
9. <http://diss.rsl.ru> - Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки (ЭБД РГБ)

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**Методические указания по
выполнению самостоятельных работ
по дисциплине**

«Методы психологического консультирования»

для студентов направления подготовки
Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое
образование
Направленность (профиль) «Педагогика и психология образования»
Квалификация выпускника бакалавр

Ставрополь, 2026г.

Содержание

Пояснительная записка

Технологическая карта самостоятельной работы студента

Контрольные точки и виды отчетности по ним

Методические рекомендации по выполнению заданий

Список литературы, рекомендуемый к использованию в самостоятельной
работе студентов

Пояснительная записка

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов теоретических знаний и практических навыков в области основ психологического консультирования.

Наряду с аудиторной работой одной из форм учебного процесса, его существенной частью является самостоятельная работа студентов (СРС).

Задачами СРС являются:

- развитие и привитие навыков самостоятельной учебной работы и формирование потребностей в самообразовании и социализации;
- освоение, углубление содержания и основных положений курса, выносимых на самостоятельное изучение студента; в ходе составления опорного конспекта, в ходе подготовки к семинарским занятиям
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий при подготовке и написании докладов, рефератов, для эффективной подготовки к итоговому контролю.

Основные формы реализации самостоятельной работы являются:

- изучение отдельной темы и разработка опорного конспекта;
- индивидуальное решение репродуктивных, реконструктивных и творческих заданий;
- подготовка творческого проекта; – подготовка к тестированию.

Их содержание должно сформировать умение анализировать философско-методологические и научные тексты, обосновывать своё отношение к изложенным в них оценкам, составлять краткие конспекты, тезисы прочитанного, умение применять полученные знания для постановки и решения исследовательских задач, связанных с изучением студентами той или иной области природы и культуры. Разнообразие заданий позволяет учитывать индивидуальные особенности студентов при организации самостоятельной работы.

В предлагаемом пособии по самостоятельной контролируемой работе студентов даются рекомендации по подготовке индивидуальных заданий и творческих проектов, порядок их оформления и предоставления, критерии оценивания. В нем содержатся методические указания по подготовке к экзамену

Текущий контроль СРС осуществляется в процессе индивидуальных и групповых консультаций, собеседований, в процессе анализа и самоанализа самостоятельной работы.

Четкое выполнение самостоятельной работы студентами обеспечит заблаговременную подготовку к занятию, высокое качество усвоения материала, возможность применения теоретических знаний на практике.

Важную роль в организации и осуществлении самостоятельной работы играют индивидуальные и групповые консультации

3. Методические рекомендации по изучению теоретического материала

ЗАНЯТИЕ 1

Тема «Определение и цели психологического консультирования. Роль и место консультанта в консультировании».

Цель: ознакомление с содержанием, целями, видами психологического консультирования, со спецификой работы психолога-консультанта, с общими требованиями, предъявляемыми к личности консультанта.

Теоретическая часть

Этические принципы в психологическом консультировании. Место психолога в консультировании. Ролевые функции консультанта. Профессиональная подготовка консультанта. Профессиональные требования, предъявляемые к работе психолога-консультанта. Личностные качества психолога-консультанта. Модель личности эффективного консультанта. **Вопросы и задания**

1. Возникновение, развитие и специфика психологического консультирования.
2. Современные представления о целях и задачах психологического консультирования.
3. Структура процесса консультирования. Этапы и технология ведения консультативной беседы.
4. Виды психологического консультирования.
6. Этические принципы в психологическом консультировании.
7. Место психолога в консультировании. Ролевые функции консультанта.
8. Профессиональная подготовка консультанта. Профессиональные требования, предъявляемые к работе психолога-консультанта.
9. Личностные качества психолога-консультанта. Модель личности эффективного консультанта.
10. Влияние профессиональной деятельности на личность консультанта.

Темы рефератов: «Телефон доверия как одна из форм психологического консультирования».

Состав и содержание заданий:

1. Конспект на тему: «Условия необходимые для достижения положительных результатов в процессе психологического консультирования»

2. Заполните таблицу «Отличия различных видов психологической помощи»

Тема	Психологическое консультирование	Психокоррекция	Психотерапия
Объект воздействия			
Предмет			
Способ воздействия			
Позиция клиента			
Цель воздействия			
Продолжительность			

3. Конспект на тему: «Синдром сгорания» как процесс профессиональной деформации».

ЗАНЯТИЕ 2

Тема «Консультативный контакт как существенная составляющая психологического консультирования»

Цель: Ознакомиться с современными представлениями о специфике консультативного контакта, овладеть навыками создания терапевтического климата и поддержания консультативного контакта. **Вопросы для обсуждения:**

1. Определение консультативного контакта. Современные представления о консультативном контакте с позиций различных теоретических ориентаций.
2. Терапевтический климат. Физические компоненты терапевтического климата:
обстановка консультирования; структурирование консультативного пространства; структурирование времени консультирования.
3. Навыки поддержания консультативного контакта.
4. Невербальное общение в процессе консультирования.
5. Вербальное поведение консультанта и способы его реагирования в период консультирования. Перенос и контрперенос в консультировании.

Состав и содержание заданий:

Конспект на тему: «Оптимальные, касающиеся обстановки, условия проведения психологического консультирования» (Немов Р.С. «Основы психологического консультирования»).

ЗАНЯТИЕ 3

Тема «Возможности и особенности профессионального консультирования»

Цель: Познакомиться с принципами и методами подготовки на разных этапах профессионального образования в области психотерапии.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные принципы и методы подготовки и повышения квалификации в области психотерапии.
2. Формы обучения в тренинговых психотерапевтических группах.
3. Определение, цели и задачи супервизии.
4. Этапы супервизии. 5. Актуальные задачи в области психотерапевтического образования.

Темы рефератов:

1. Этические проблемы в работе супервизора. 2. Супервизирование в учреждениях.

Состав и содержание заданий:

1. Конспект на тему «Обязанности и функции супервизора»
2. Заполните таблицу «Основные подходы в супервизии»

Подход	Основные положения
Психодинамический	
Гуманистический	
Когнитивный	
Гуманистический	

Список литературы, рекомендуемый к использованию в самостоятельной работе студентов

Основная литература

1. Крулехт М.В. Методология и методы психолого-педагогических исследований. Практикум: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / М.В. Крулехт. - 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 195 с. — (Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05461-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт].
2. Пустынникова Е.В. Методология научного исследования [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е. В. Пустынникова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 126 с. — 978-5-4486-0185-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71569.html>
3. Шипилина Л.А. Методология психолого-педагогических исследований: учебное пособие / Л.А. Шипилина. - 7-е изд., стер. - Москва: Издательство «Флинта», 2016. - 204 с. - ISBN 978-5-9765-1173-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=93458> (19.06.2019).

Дополнительная литература

1. Андрианова Е.И. Подготовка и проведение педагогического исследования [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Е. И. Андрианова. — Электрон. текстовые данные. — Ульяновск : Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, 2013. — 116 с. — 978-5-86045-614-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/59177.html>
2. Таубаева Ш.Т. Методология и методы педагогического исследования [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ш. Т. Таубаева, А. А. Булатбаева. — Электрон. текстовые данные. — Алматы : Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2015. — 214 с. — 978-601-04-1141-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/57530.html>
3. Методологические основы психологии: учебное пособие/ Н.Т. Селезнева, Л.Н. Дроздова, Е.Н. Куркотова. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2010. - 224 с.
4. Методология и методы психолого-педагогических исследований: учебное пособие/ Н.М. Борытко, А.В. Моложавенко, И.А. Соловцова; ред. Н.М. Борытко. - М.: Академия, 2008. - 320 с.

Интернет – ресурсы

1. <http://www.edu.ru/> - Федеральный портал «Российское образование»
2. <http://www.fgosvo.ru/> - Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - официальный сайт
3. <http://www.iprbookshop.ru/> - Электронно-библиотечная система IPRbooks
4. <http://www.lexed.ru/> - Федеральный центр образовательного законодательства - официальный сайт
5. <https://cyberleninka.ru/> - КиберЛенинка - научная электронная библиотека (журналы)
6. <https://edu.gov.ru/> - Министерство просвещения Российской Федерации - официальный сайт
7. <https://openedu.ru/> - Национальная платформа открытого образования
8. <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic/> Международная реферативная и справочная база данных научного цитирования «Scopus» - крупнейшая в мире единая реферативная база данных
9. <http://diss.rsl.ru/> - Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки (ЭБД РГБ)

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**

«Методы психологического консультирования»

для студентов направления подготовки
Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое
образование
Направленность (профиль) «Педагогика и психология образования»
Квалификация выпускника бакалавр

Ставрополь, 2026г.

Предисловие

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов теоретических знаний и практических навыков в области основ психологического консультирования.

Задачи освоения дисциплины:

- формирование способности у студентов проводить анализ личностных проблем клиента на основе определенного теоретического направления психологии;
- формирование способности выдвигать психологические гипотезы в соответствии с определенным теоретическим направлением в психологии;
- формирование системы знаний о специфике построения процесса психологического консультирования, методах и техниках его осуществления в контексте определённого теоретического подхода;
- формирование способности у студентов выстраивать процесс психологического консультирования по заявленным проблемам субъектов образовательного процесса в соответствии с основными психологическими подходами.

Значительная часть представленных семинарских занятий предполагает использование интерактивных форм и методов обучения, а именно, коммуникативнодиалоговые технологии (дискуссия, диалог), имитационно-игровые (ролевые игры), проблемно-поисковые (разработка и защита творческих проектов и другие).

Структура занятия включает: цель, форму проведения, вопросы для обсуждения, методические рекомендации для студентов, в которых подробно описываются все этапы подготовки к практической деятельности, тематику рефератов, список основной и дополнительной литературы, Интернет-ресурсы, задания для контроля владения компетенциями. В соответствии с темой семинарского занятия и формой его проведения структура может варьироваться.

ЛАБОРАТОРНОЕ ЗАНЯТИЕ 1

Тема «Процесс психологического консультирования. Оценка клиента в практике психологического консультирования».

Цель: определить показания и ограничения в отборе клиентов для консультирования с объяснением причин. Рассмотреть относительность в понимании результатов психотерапии.

Проведение дискуссии со студентами на тему «Обсуждение проблемных зон психологического консультирования».

Вопросы для дискуссии:

☐ ☐ Необходима ли психологическая диагностика при отборе клиентов для психологического консультирования?

☐ ☐ Необходимости присутствия мотивации у клиента.

□□ Насколько стоит информировать клиента?

Практическая часть:

Упражнения на формирование навыков невербальной коммуникации.

Упражнение «Жесты»

Цель: Осознание возможности разной интерпретации одних и тех же жестов разными людьми. Понять многозначность жестов. Осознать важность одинаковой интерпретации жестов при диалоге обоими участниками.

Проведение упражнения.

Разделиться на группы по 4-5 человек. Для упражнения необходимо использовать рисунки и таблицу для ответов.

Участники смотрят на картинки (сидя в кругу, можно спинами друг к другу) в течении нескольких секунд, после чего отвечают на вопросы, приведенные в таблице в строке с номером, аналогичным с рисунком.

По истечению двух-трех минут ведущий просит обмениваться изображениями со своим соседом.

Затем опять просит ответить на те же вопросы.

Когда каждый из участников рассмотрит все изображения и ответит на вопросы, упражнение заканчивается.

Далее участники поворачиваются друг к другу лицами и происходит обмен мнениями о просмотренных картинках (их изображениях), деталей, на основании которых они сделали свои выводы. Время для обсуждения 15 минут.

Затем обсуждают важность адекватной интерпретации языка жестов. Предлагается участникам проанализировать собственные жесты и придумать для них иную интерпретацию. Поделиться примерами из их личного опыта. Предложить придумать составляющие эффективной коммуникации.

Форма бланка для ответов

Восприятие	Реакции
Что происходит на рисунке? Что чувствуют люди, изображенные на картинках?	Что Вы чувствуете, когда смотрите на картинки?
1	1
2	2
3	3

4	4
---	---

Упражнение для самостоятельной работы «Язык тела»

Цель: Научиться объективно описывать невербальное поведение (без интерпретаций). Познакомить с вербальными реакциями, которые соответствуют невербальным реакциям. Проанализировать какие сигналы использует каждый при контакте с другими людьми.

Проведение упражнения.

Участники разбиваются на группы по три человека. Двое участников из группы смотрят друг на друга (при этом стоят) в течении двух минут, после чего один описывает невербальное поведение другого. Второй участник отслеживает насколько первый участник правильно описывает его поведение: важно описать поведение без интерпретаций. После чего происходит интерпретация сказанного, чувства, возникшие у обоих участников и т. д.

Во второй части упражнения участники меняются местами, тот, который описывал становится на место ведущего, а второй участник описывает поведение бывшего ведущего. Во время третьего раунда участники опять меняются местами. Далее участники двух или трех групп совместно обсуждают проведенное упражнение, язык тела и его возможные интерпретации, высказывания участников. Подведение итогов, примеры невербального поведения и его различные интерпретации, которые различаются в зависимости от ситуации и контекста.

Упражнение для самостоятельной работы «Определение границ личного пространства».

Цель: Ознакомить с вариациями культурных проявлений в невербальном поведении, которые важны в поведении, коммуникации и при межкультурном общении. Проведение упражнения. Все студенты делятся на 2 группы, которые встают лицом друг к другу (примерное расстояние между ними два метра). Затем по определенной команде они начинают идти друг к другу, затем тот, кто из участников первым почувствовал, что партнер находится слишком близко к нему просит его остановиться. Это расстояние является личным пространством участника.

ЛАБОРАТОРНОЕ ЗАНЯТИЕ 2

Тема «Тесты в психологическом консультировании».

Цель: Разобрать основные принципы тестирования в психологическом консультировании. Ознакомить с основными методиками психологического консультирования.

Упражнение для самостоятельной работы. «Тестирование в психологическом консультировании за и против»

Студенты разбиваются на группы по четыре — пять человек и выделяют с помощью мозгового штурма плюсы и минусы проведения тестирования в практике психологического консультирования.

Рассмотрение точки зрения К. Роджерса и представителей экзистенциальной психологии «Тестирование, по их мнению, инструмент внешнего понимания и не способствует успешному консультированию». И точки зрения Arbuckle "Если придерживаться традиционной научной парадигмы и рассматривать человека как существо, которое можно измерить, опираясь на внешние критерии, тогда постановка диагноза и тестирование должны быть составной частью процесса консультирования. При рассмотрении человека изнутри, с позиций экзистенциализма, тестирование и диагноз, наоборот, уводят в сторону от понимания человека".

Проведение дискуссии на обсуждение этих противоречивых точек зрения.

Упражнение для самостоятельной работы. «Выбор тестов в психологическом консультировании».

Обсуждение в группе следующих вопросов о выборе тестов в психологическом консультировании.

- 1) Клиенты должны участвовать в процедуре отбора тестов и сами решать, какого типа тесты выполнять;
- 2) Обсуждение в группе причин, с помощью которых клиенты могут выбирать определенные тесты, а также важность учивания опыта прежнего тестирования;
- 3) Консультант должен знать, для чего предназначены конкретные тесты, и мочь разъяснить клиентам целесообразность их использования, а также и возможные ограничения;
- 4) Консультант обязан предоставить помощь клиентам в понимании того, что тесты не могут дать окончательных ответов, а только предоставляют дополнительную информацию, которую может быть важно обсудить в процессе консультирования;
- 5) Консультант должен подробно познакомить клиентов с результатами

тестирования и вместе с ними их обсудить;

6) При интерпретации результатов, консультант должен соблюдать нейтральность, не забывая, что тестирование это только один из способов получения сведений о клиентах, а также полученные результаты необходимо проверить и подтвердить другими данными (из жизни клиента);

7) При представлении результатов, консультант по возможности должен воздерживаться от оценок и дать возможность клиентам самим делать выводы.

ЛАБОРАТОРНОЕ ЗАНЯТИЕ 3

Тема «Игротерапия. Арттерапия»

Цель: Рассмотреть основные понятия игротерапии и арттерапии.

Познакомиться с некоторыми техниками и упражнениями данных подходов.

Упражнение №1. «Проживание».

Цель: пережить травматичные события совместно со сказочными персонажами. Дает возможность реального «проживания», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с различными сказочными и фантастическими героями.

Один из студентов в роли клиента, другой в роли консультанта. Они с помощью перевоплощения в сказку оказываются в тех ролях в которых в реальной жизни по какой — либо причине оказаться не могут. Предлагают новые выходы из давно прошедших ситуаций, тем самым изменяя прошлое и свои переживания относительно прошлых событий.

Обсуждение в группе, о чувствах, которые возникали в процессе терапии. Кто что взял для себя из этого.

Упражнение для самостоятельной работы. "Моё настроение"

Цель: С помощью рисунка изменить настроение. Дается задание нарисовать свое настроение в таком виде, в каком оно присутствует в данный момент. Не важно на что будет похоже твоё настроение. Главное — дорисовать рисунок до конца и нарисовать таким образом, чтобы он полностью отражал настроение.

Затем клиента просят назвать словами, описать как можно подробнее своё настроение. Можно использовать уточняющие вопросы (какое твоё настроение? Оно радуется или печалится? С чем связано такое настроение? Назови что тебе сейчас приходит в голову, глядя на этот рисунок? А какое настроение ты хочешь в данное время?). Далее дается задание изменить рисунок любым способом так, чтобы он

соответствовал тому настроению, который вы выбрали для себя в данный момент. Важным моментом является то, что необходимо изменить исходный рисунок, а не рисовать новый. При этом можно производить любые манипуляции с рисунком (переворачивать, закрашивать и т. д.). Важно в итоге получить именно то настроение, которое описал клиент.

Обсуждение в группе, обмен чувствами которые были в течении упражнения. Кто что взял для себя из этого упражнения.

ЛАБОРАТОРНОЕ ЗАНЯТИЕ 4

Тема «Психогимнастика. Методы, основанные на принципах обратной связи».

Цель: Рассмотреть основные понятия психогимнастики и методах, основанных на принципах обратной связи. Познакомиться с некоторыми техниками и упражнениями данных подходов.

Упражнение для самостоятельной работы. «Приветствие».

Цель: Научиться понимать собеседника на невербальном уровне, через рукопожатие, взгляд и др. Участники по очереди здороваются друг с другом, при этом они должны максимально сосредоточиться на своем партнере при этом. После того, как все поздоровались друг с другом (упражнение лучше проводить в группах по 4 — 5 человек), садятся в круг и делятся своими впечатлениями, чувствами о том что он увидел о каждом из участников нового при процессе рукопожатия. Если тот, о ком говорят с чем — либо не согласен, он может внести коррекцию.

Данное упражнение сближает и располагает участников группы на совместную деятельность.

Упражнение для самостоятельной работы. «Конфронтация».

Цель: исследовать процесс негативной конфронтации в психологическом консультировании.

Для проведения упражнения необходимо достаточно просторное помещение (аудитория). Чистые листы бумаги и маркеры, возможен вариант с доской и мелом. Участники делятся на пары, садятся лицом друг к другу. Один обозначается «А», второй участник обозначается «В». «А» должен задавать «В» вопросы, он может только отвечать «НЕТ» с различной интонацией. По истечению пяти минут они меняются ролями. После чего происходит обсуждение упражнения, оно помогает понять консультантам то, какие они чувства испытывают когда клиент выступает в конфронтацию.

Далее все участники по очереди делятся чувствами, возникшими во время упражнения, чему они научились в этом упражнении, что взяли для себя.

Задают вопросы друг другу.