

**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**

**ГРУППОВОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ**

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

Ставрополь, 2026 г.

## **Содержание**

- Тема 1. Особенности группового консультирования как формы психологической поддержки
- Тема 2. Роль и место консультанта в групповом консультировании
- Тема 3. Структура процесса группового консультирования
- Тема 4. Базовые приемы группового психологического консультирования в различных консультативных школах и подходах
- Тема 5. Специальные проблемы в групповом психологическом консультировании.
- Тема 6. Традиционные и современные технологии группового психологического консультирования
- Тема 7. Групповое консультирование по проблемам межличностных отношений.
- Тема 8. Виды психологического консультирования.
- Тема 9. Этап оказания психологического воздействия.
- Тема 10. Технология ведения группового консультативного процесса.
- Тема 11. Методы невербальной коммуникации.
- Тема 12. Методы аналитического исследования.

## Введение

В течение последних десятилетий наблюдается повышение интереса к групповым формам консультирования, поскольку групповая работа имеет много преимуществ перед индивидуальными, представляет много возможностей для улучшения эмоционального состояния людей, их психологического и физического здоровья и жизни в целом.

**Целью** освоения дисциплины является формирование набора профессиональных компетенций бакалавра по направлениям подготовки 37.03.01 Психология, формирование у обучающихся основ знаний по практике оказания различных видов психологической помощи; развитие более глубокого понимания содержания и процедуры группового психологического консультирования, его предмета, объекта и других базовых составляющих.

Методические указания по дисциплине ориентированы на теоретическую и практическую подготовку будущих психологов и являются фундаментальной базой для изучения дисциплин, входящих в содержание подготовки бакалавра.

Специфика предлагаемого курса заключается в том, что каждое из изучаемых направлений консультативной практики — это не только набор теоретических концепций, приемов и техник, которые изучают и усваивают студенты, но и ступеньки личностного роста будущих специалистов.

В ходе практических занятий будут рассмотрены особенности группового консультирования с опорой на следующие аспекты:

- необходимость целенаправленного позитивного внушения в условиях широкой распространенности в социуме негативного;
- необходимость работы по повышению уверенности в себе ввиду широкой распространенности проблемы неуверенности;
- использование общекультурных символов и теории К. Юнга;
- опора на различные методы арттерапии.

**Задачи** освоения дисциплины:

- сформировать общие представления о индивидуальном психологическом консультировании, психологической помощи.
- освоить методологию индивидуального психологического консультирования (развитие личности клиента как ее предмет).

**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 области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека | ИД-1 <sub>ПК-3</sub> – осуществляет психологическое консультирование с учетом индивидуально-психологических, возрастных особенностей, жизненной ситуации                                                                               | Анализирует и систематизирует научно-психологическую информацию по теме исследования; определяет проблему и задачи исследования          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ИД-2 <sub>ПК-3</sub> - применяет психологические технологии, ориентированные на личностный рост, профориентацию и планирование карьеры, снижение конфликтности в семье и коллективе, повышение эффективности управленческих процессов. | Определяет цель и задачи исследования, обосновывает гипотезу, разрабатывает программу проведения и методическое обеспечение исследования |

## **Тема 1. Особенности группового консультирования как формы психологической поддержки**

**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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**Уметь:** использовать на практике психотехнические приемы консультирования, способы определения длительности и эффективности процесса консультирования.

**Актуальность темы:** Особенностью изучаемой темы является ее вводный характер. Эта тема призвана дать студентам общее представление о психологическом консультировании ее цели и задачах в отечественной психологии, о междисциплинарном характере данного курса.

**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

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

1. Основные сферы применения группового консультирования. Ареал решаемых задач. Приемлемость и действенность применения группового консультирования в профилактических мерах.
2. Проблемы, возникающие при организации и проведении группового консультирования. Предпосылки и условия их разрешения.
3. Принципы формирования группы для консультативной практики: возможности учёта всех необходимых критериев.
4. Правовое регулирование групповой консультативной деятельности. Этические нормы работы консультативной группы. Возможности регуляции следования им членами группы.
5. Этапы консультативной работы с группой: методики по решению задач каждой из стадий консультационного процесса. Трудности, возникающие при групповом консультировании.

## **Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

### **Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 2. Роль и место консультанта в групповом консультировании**

**Цель:** закрепление представлений студентов о групповом 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**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:**

Студент должен иметь представление о месте (позиции) психолога в групповом психологическом консультировании (позиция равенства, позиция «сверху», позиция «снизу»); ролевых функций психолога-консультанта (консультант как личность, консультант как субъект деятельности). При подготовке к семинарскому занятию у студентов должно быть сформировано четкое представление о профессиональной подготовке психолога-консультанта, профессиональных установках в работе консультанта (уникальность взаимодействия, динамичность, доверие к клиенту, чувство безопасности клиента, адекватность оценки себя, эклектичность, сотрудничество, экзистенциальность бытия), профессиональных умениях консультанта и требованиях, предъявляемых к его работе. В ходе занятия у студентов должно быть сформировано четкое представление о требованиях к личности консультанта (личностная зрелость, социальная зрелость); модели личности эффективного консультанта (личностные качества, система ценностей, профессиональные установки, профессиональные умения и навыки); постулатах квалифицированного психологического консультирования и психотерапии; системе ценностей консультанта, теоретической ориентации консультанта. В ходе занятия у студентов должно быть сформировано четкое представление об особенностях влияния профессиональной деятельности на личность консультанта (утрата собственной идентичности, отрицательные последствия для личной жизни консультанта, возможность возникновения психических нарушений, синдром больного общества, синдром сгорания); «синдроме сгорания» как процессе профессиональной деформации и способах его предотвращения; профессиональной подготовке консультанта (теоретическая подготовка, прохождение личной терапии, личностная зрелость).

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

1. Ролевые функции консультанта.
2. Профессиональные умения психолога – консультанта

**Задания:**

1. Конспект на тему: «Факторы, оказывающие негативное влияние на личность психолога-консультанта»
2. Заполните таблицу «Профессиональные аспекты личности психолога-консультанта»

| Профессиональные установки | Профессиональные умения | Требования к профессиональной подготовке | Рольевые функции |
|----------------------------|-------------------------|------------------------------------------|------------------|
|                            |                         |                                          |                  |

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

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:****Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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

**Тема 3. Структура процесса группового консультирования**

**Цель:** закрепление представлений студентов о групповом 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**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.

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических

указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

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

### **Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

#### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 4. Базовые приемы группового психологического консультирования в различных консультативных школах и подходах**

**Цель:** формирование представлений обучающихся об основных приемах группового психологического консультирования в психоаналитическом подходе, в группах психодрамы, в экзистенциальном подходе, в личностно-

центрированном подходе, в гештальт-направлении, в транзактном анализе, в поведенческом направлении, в рационально-эмотивном направлении. **Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**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:** Психоаналитический подход

Цель аналитического процесса - реструктурирование характера клиента и его личности. Эта цель достигается посредством переноса бессознательного конфликта на уровень сознания и его исследования. Психоаналитические группы в символической форме проигрывают реальную семью клиента, чтобы его историческое прошлое было воспроизведено в настоящей группы. Основан на работах З. Фрейда и Э. Эриксона. Основатель А. Вульф, именно он применял в группе базовые психоаналитические техники.

*Свободные ассоциации.* Базовым инструментом для раскрытия вытесненного или бессознательного материала являются свободные ассоциации - т.е. высказывание всего, что приходит на ум, вне зависимости от того, насколько болезненным, нелогичным или неадекватным оно может показаться. От членов группы ожидают непосредственного выражения чувств, без отбора или цензуры высказываемого содержания, и групповая дискуссия остается открытой для всего, что члены группы захотят привнести в нее, т.е. она не крутится вокруг какой-то определенной темы.

*«Круговая техника» (адаптация)* - здесь каждый участник группы идет по кругу и, оказываясь напротив очередного человека, говорит первую вещь, которая пришла ему в голову по поводу этого человека. В результате члены группы показывают внутренние чувства, ослабляют защиту и часто развивают в себе способность видеть глубинные психические конфликты. Этот прием помогает членам группы стать более спонтанными и открыть для себя бессознательные процессы, что ведет к более острым и ярким инсайтам по поводу собственной психодинамики.

*Интерпретация.* Используется при анализе свободных ассоциаций, снов, сопротивления и чувств, связанных с переносом. Интерпретация требует

овладения соответствующими навыками. Есть несколько основных правил, которые полезны для формулировки интерпретации.

Интерпретация должна касаться материала, который близок к области осознания клиента.

- Интерпретация должна делаться от первого лица и затрагивать настолько глубоко, насколько позволяет эмоциональная толерантность клиента.

- Предпочтительно сначала обсудить формы защиты и сопротивления и лишь потом давать интерпретацию чувствам или конфликту, которые лежат в их основе.

Одно из преимуществ заключается в том, что члены группы могут высказывать свои инсайты по поводу других участников группы. По мере того как члены группы будут знакомиться друг с другом, они начнут осознавать защитные стратегии и предлагать свои наблюдения.

*АНАЛИЗ СНОВИДЕНИЯ.* Сны выражают бессознательные потребности, конфликты, желания, страхи и вытесненный опыт. Когда сновидение рассказывается и прорабатывается в группе, пациент получает новое понимание мотивации и неразрешенных проблем, стоящих за ним. Некоторые мотивы настолько неприемлемы для личности, что они могут быть выражены только в замаскированной или символической форме.

Следует заметить, что сновидения одновременно обладают внешним, декларируемым (сознательным) содержанием и скрытым, латентным содержанием. Открытое содержание - это сон в той форме, в которой он видится сновидцу; латентное содержание - это замаскированные, бессознательные мотивы, которые представляют скрытое содержание сна. Психоаналитическая группа работает на обоих уровнях, поскольку сны рассматриваются как ключ, который открывает то, что скрыто в бессознательном, основной целью работы со снами является исследование скрытой подоплеки видимого сна и постепенное раскрытие подавленного конфликта.

Члены группы одновременно интерпретируют и проецируют, и этот процесс зачастую ведет к весьма ценному инсайту.

*ИНСАЙТ И ПРОРАБОТКА.* Инсайт означает осознание причин тех трудностей, с которыми сталкиваемся в настоящем. По мере того как клиент развивает более глубокий и острый инсайт, он усиливает свою способность осознавать различные способы, посредством которых проявляется суть конфликта, и делать это как в группе, так и в повседневной жизни. Формируются новые связи, и начинают проявляться доминантные темы. Например, если в процессе групповой работы некоторые члены группы открывают, что они нуждаются в том, чтобы делать всем приятное любой ценой, они приходят к пониманию того, как эта потребность влияет на их жизнь.

Процесс проработки включает в себя повторное переживание незавершенных событий в контексте переноса.

*АЛЬТЕРНАТИВНАЯ СЕССИЯ.* Проводится без консультанта, она направлена на создание доверительной атмосферы, которая стимулирует раскрытие

участников группы. Альтернативная сессия выполняет две цели: помочь членам группы найти более эффективные способы взаимоотношений с другими людьми и стимулировать их рост как личностей, чтобы они смогли мыслить независимо и оставаться самими собой.

### Психодрама

Создана Я.Л. Морено и развивалась его женой З.Т. Мореной. Клиент разыгрывает свое прошлое, настоящее или не принятые им жизненные ситуации и роли в действии, пытаясь достигнуть более глубокого понимания и катарсиса, а также развивая поведенческие навыки, новые возможности решения конфликтов.

Психодрама использует ряд особых приемов, предназначенных для усиления чувств, прояснения замешательств и скрытых мнений, усиления инсайта и самосознания, а также практики нового поведения.

Психодраматический метод состоит из следующих компонентов: сцена (обычно - свободное пространство в комнате), режиссер (обычно групповой терапевт), протагонист (человек, который предлагает свою проблему для исследования), вспомогательные «я» (люди, которые исполняют остальные роли) и аудитория (оставшиеся члены группы, перед которыми исследуется данная проблема).

*САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ.* Прием самопрезентации предполагает, что протагонист дает собственный портрет, чтобы ввести группу в ситуацию (например, отношения отца и дочери). Предлагается организовать инсценировку, режиссер помогает перевести повествование в действие.

*ОБМЕН РОЛЯМИ.* Этот метод позволяет расширить осознание и поведенческий репертуар клиента. В ходе обмена ролями протагонист принимает на себя роль другой личности, участвующий в драме. Исполняя роли значимых людей, включенных в психодраму, он может получить значимые интеллектуальные и эмоциональные инсайты в отношении ситуации, в которой находится другой. Этот прием развивает эмпатию (способность человека к сопереживанию и сочувствию другим людям).

Второй и наиболее важной функцией обмена ролями является развитие эмпатии протагониста по отношению к значимым людям его жизни. Принимая роль другого человека в психодраме, приобретает более глубокое понимание и воспринимает ситуацию с иной перспективы.

*ДУБЛЬ.* Техника дубля подразумевает исполнение вспомогательным «я» особой роли - «внутреннего Я» протагониста. Дубль выражает мысли и чувства, которые обычно остаются невыраженными. Дубль выполняет функцию «внутреннего голоса», как, например, в кино или на телевидении. Дубль стоит сбоку от протагониста (чтобы он мог видеть и отражать невербальную коммуникацию протагониста и все же не заполнять собой поле его восприятия) и говорит слова, которые не могут или не должны быть произнесены. Режиссер говорит что-то вроде: «Эта ваш дубль. Если он скажет то, что вы думаете, повторите это. Если он ошибается, поправьте его». Существует достаточно много вариантов этого приема.

Эта техника нередко приводит к выражению невысказанных слов и мыслей. Дубль выступает в роли связного между режиссером и протагонистом.

**МОНОЛОГ.** Протагониста просят вообразить себя в каком-нибудь безлюдном месте, где он может поразмыслить обо всем, и выразить это с помощью монолога. Режиссер может попросить протагониста прервать действие в каком-то месте, отвернуться и выразить те чувства, которые он испытывает в данный момент. Протагониста можно включить в какой-либо вид действия, который он выполняет в одиночестве, как, например, путь домой. Монолог весьма ценен, поскольку помогает протагониста прояснить свои мысли и переживания.

**«ВОЛШЕБНЫЙ МАГАЗИН».** Обычно используется в качестве разогрева. Этот прием может быть использован для протагониста, который не уверен в своих ценностях, запутался в своих целях или испытывает трудности в определении приоритетов. Сценка разыгрывается между продавцом и покупателем. Волшебный магазин заполнен воображаемыми контейнерами, в которых хранятся человеческие качества, которые будут подарены, если только протагонист обменяет их на какое-либо другое качество, которое он уже умеет.

**ПРОЕКЦИЯ БУДУЩЕГО.** Будущее не просто обсуждается или предвосхищается, оно переносится в настоящее и воплощается в нем. Это содержание может включать в себя желания и надежды, страхи и цели, которые придают жизни направление и смысл. Члены группы творят будущее с конкретными людьми, перенося его в настоящее и получая, таким образом, новое видение проблемы.

**ПОВТОРЕНИЕ.** Один из приемов, широко используемых в музыкальных или драматических репетициях, - это простое повторение действия, его усовершенствование, более экспрессивное исполнение или добавление других вариаций такого рода.

**РОЛЕВОЙ ТРЕНИНГ.** Он позволяет человеку экспериментировать с новым поведением в безопасных условиях группы. Участники группы могут осуществлять ролевой тренинг ситуации происхождения интервью при приеме на работу, целью которого является выяснение того, как справляться со своей тревогой. Таким образом, они не только входят в контакт со своими чувствами, но и достигают инсайта о поведении, которое препятствует проведению эффективного интервью.

Экзистенциальный подход к группе

Ответвление философской мысли - М. Хайдеггер и Жан-Поль Сартра. Создание условий для расширения самосознания и устранения препятствий в процессе совершенствования личности. Участникам предоставляется помощь в раскрытии свободы выбора и умении пользоваться ею.

В группе цель расширения самосознания преследуется посредством помощи членам группы в раскрытии их уникального «бытия в мире». Задавая себе ключевые вопросы, члены группы ищут определение своего «я», и осознают центральные измерения своего существования: «В какой степени я осознаю, кто я есть и куда я иду? Как я воспринимаю мой мир?»

В групповой ситуации участники имеют возможность выразить свои уникальные чувства и субъективный взгляд на мир. Они также открыто вступают в конфронтацию с другими и учатся справляться с тревогой.

Другая цель экзистенциальной группы встретиться с этой тревогой и справиться с ней. Участники группы иногда предстают в роли жертв, рассказывая о своем чувстве бессилия и беспомощности, обвиняя в своих несчастьях других людей и внешние обстоятельства.

Осознание смерти и тревоги имеет большое значение для группового консультирования. Группе полезно осознать те области жизни, которые истощились, утратили свою новизну, и попытаться понять, что можно сделать, чтобы изменить это и оживить их.

Для группы весьма обычным является исследование проблемы смысла и тех ценностей, которые потеряли свой смысл для нас.

**Гештальт - терапия**

Была создана Ф. Перлзом и его женой Лаурой. Основывается на дачи участникам возможности обратить внимание на течение своего непосредственного опыта, побуждает опознать и принять ранее игнорируемые аспекты.

Гештальттерапия поощряет «переход к конфликту» или «бытие тем, что мы чувствуем» в качестве противопоставления простым разговорам о конфликтах, проблемах и чувствах.

**ЯЗЫКОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.** Если члены группы, опираясь на помощь консультанта, смогут увидеть значения того влияния, которое оказывает на них стиль речи, они придут к пониманию того, что они говорят, и смогут сделать этот материал объектом для исследования. любое из нижеописанных воздействий, основанное на языке, может в большей или меньшей степени соответствовать конкретному клиенту. Безличная форма (изменение безличностной формы высказывания позволяет человеку принять ответственность за то, что он говорит), Вы (изменить «вы» на «я»), Смягчающие определения и оговорки (использование «но»), «Должен» (изменение стандартного «я должен» на «я выбираю», «я решил»).

**ВНУТРЕННИЙ ДИАЛОГ.** Фантазийный диалог помогает осознать внутренние несоответствия и разрывы, а также помочь личностной интеграции. эти диалоги могут принимать разнообразные формы, например, диалог между противоположными сторонами себя или полярностями внутри себя (мягкость / жесткость, мужественность / женственность, любовь / ненависть, агрессивность / пассивность) и диалог с родителями или другими значимыми людьми, с придуманными или неживыми объектами. Разнообразные эксперименты с диалогами могут помочь членам группы усилить осознание противоречий внутри себя, которые противостоят друг другу.

**ФАНТАЗИРОВАНИЕ.** Прием с различными придуманными ситуациями в группе может привести к серьезному росту членов группы. Фантазирование обеспечивает личностное осознание несколькими способами: может быть использована, когда члены группы чувствуют слишком сильную угрозу для

себя при попытке исследовать свою проблему в конкретных терминах; полезно для работы с катастрофическими ожиданиями, которые зачастую являются результатом чувства паралича; фантазирование - это полезный и безопасный способ исследования страхов членов группы, связанных с участием в ее работе.

**РЕПЕТИЦИЯ.** Это упражнение особенно полезно, когда члены группы выстраивают огромное количество блоков и осуществляют тщательную цензуру, отмеривая свои слова и действия, чтобы достигнуть желаемого эффекта. Повторение предполагает осознание процесса, который обычно находится вне сферы осознания.

**ОБРАТНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ.** Консультант просит участников стать той стороной себя, которую они выражают очень редко или никогда не выражают, поскольку не хотят видеть ее своей и принимать ее. Теория, лежащая в основе этого приема, предполагает, что интеграция возможна только тогда, когда люди позволяют себе погрузиться в то, что вызывает тревогу, и вступить в контакт с теми частями себя, которые были подавлены или отрицались.

**ПРЕУВЕЛИЧЕНИЕ.** Эта техника включает в себя осознание тонких и незаметных сигналов, которые мы отправляем, используя язык своего тела. Движения, позы и жесты преувеличиваются настолько, чтобы их коммуникативное значение стало ясным. Преувеличивая движение или жест, человек переживает более интенсивные чувства, связанные с подобранным поведением, и осознает его внутренне значение.

**АНАЛИЗ СНОВИДЕНИЯ.** Члены группы не рассказывают свои сны в прошлом времени. Вместо этого они излагают сон так, как если бы снился им прямо сейчас. Сновидец погружается в свое сновидение более жизненно, чем в первоначальный сон, поскольку ощущает его как происходящее в настоящий момент. Члены группы трансформируют ключевые элементы сна в диалог и становятся каждой частью сновидения. Групповой контекст позволяет им разыграть сон как событие настоящего.

Сон отражает конфликты, желания и ключевые темы нашей жизни. Сны участников группы также могут касаться того, как они чувствуют себя в группе.

**Транзактный анализ**

Был создан Э. Берном. Цель в помощи участникам избавиться от «сценариев» и «игр» в своих отношениях. Заново оценить свои прежние решения и принять новые, обоснованные более сознательным знанием.

**АНАЛИЗ «СЦЕНАРИЕВ».** В реальности каждый из нас обладает любимой позицией, пользуясь которой мы действуем в условиях стресса, и каждую из позиций мы в той или иной мере используем ежедневно.

Личный жизненный сценарий - это бессознательный жизненный план, который был сформирован в детстве, закреплен родителями и «утвержден» жизненными обстоятельствами. Этот сценарий развивается на ранних этапах жизни как результат родительских уроков, таких как запреты и контрзапреты, и ранних решений. Из этих решений выбирается базовая

психологическая позиция или драматическая роль, которую мы будем играть в нашем сценарии. По сути, жизненный сценарий - это что-то вроде проекта, который говорит людям, куда они идут по жизни и что делать, когда они достигнут цели.

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

1. Общая характеристика современных теоретических подходов к организации, стратегии и технологии воздействия в групповом консультировании.
2. Стратегии и техники воздействия в психоаналитическом подходе.
3. Стратегии и техники воздействия в группах психодрамы.
4. Стратегии и техники воздействия в экзистенциальном и личностно-центрированном подходах.
5. Стратегии и техники воздействия в гештальт-направлении.
6. Стратегии и техники воздействия в транзактном анализе.
7. Стратегии и техники воздействия в поведенческом направлении.
8. Стратегии и техники воздействия в рационально-эмотивном направлении.

### **Задания:**

1. Заполнить таблицу «Подходы в групповом консультировании»

| Подход в групповом консультировании | Краткая характеристика подхода |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| 1.                                  |                                |
| 2.                                  |                                |
| 3.                                  |                                |
| 4.                                  |                                |

2. Конспект «Виды группового взаимодействия» (Галустова О.В. Психологическое консультирование. Конспект лекций. – М., 2006.)

### **Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

#### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

### **Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 5. Специальные проблемы в групповом психологическом консультировании.**

**Цель:** формирование профессиональных компетенций у студентов через изучение особенностей группового психологического консультирования клиентов с психопатологическими, патопсихологическими и личностно-характерологическими изменениями.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**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:** Наиболее распространенная причина обращения за психологической консультацией – это жалобы на трудности в общении. Такого рода клиенты делятся на три группы:

- 1) клиенты, которые считают, что им мешает общаться застенчивость, неуверенность в себе;
  - 2) клиенты, которые считают, что вокруг них нет интересных людей;
  - 3) клиенты, испытывающие проблемы в общении с противоположным полом.
- К установкам, затрудняющим процесс общения, относятся: представление о собственном превосходстве, завышенные требования к окружающим и одновременно отсутствие требований к себе. Клиента с данной проблемой психолог должен подвести к выводу о том, что следует принять ответственность за свои трудности на себя. За этими трудностями могут скрываться личные проблемы, характер, родительское программирование. Задача психолога в работе с клиентами первого типа состоит в том, чтобы показать источник проблем, рекомендовать постепенно искоренять негативные черты характера, делая что-либо необычное в окружении малознакомых людей.

Клиенты второго типа чаще жалуются на своих домашних и сослуживцев. Трудности в общении у них бывают связаны с неумением прощать, с вниманием к мелочам. Задача консультанта состоит в том, чтобы помочь клиенту концентрировать свое внимание на положительных качествах партнера, зная и обходя отрицательное в нем.

Трудности клиентов третьего типа в своей основе имеют стереотипные представления о своем поведении и о поведении представителей другого типа, о требованиях к партнеру клиент говорит без труда, но это стереотип. К стереотипным требованиям к партнеру часто клиент добавляет стереотип своего собственного поведения. Люди, исповедующие подобные стереотипы, загоняют себя в угол, так как, во-первых, редко встречаются люди, вписывающиеся в ожидаемую схему, во-вторых, стандарт своего поведения тоже не способствует установлению контактов. Задача консультанта – разрушение и коррекция жестких программ, представлений, мешающих общению.

Решать проблемы общения можно только благодаря личностному росту, который помогает клиенту осознать проблему и захотеть над ней работать.

Групповое консультирование клиентов, испытывающих стресс, связанный с потерей работы

Стресс, связанный с потерей работы, одна из наиболее серьезных потерь, которые испытывает человек. Существует два выхода из этой проблемы: 1) человек испытывает трудности и ломается; 2) испытывает трудности и становится еще сильнее, может преуспевать. Консультант обязан помочь клиенту пойти по второму сценарию. Человек, оставшийся без работы, проходит через три стадии переживаний.

Первая стадия называется оцепенение. Оно проявляется в нежелании признать очевидное и срабатывает защитный механизм: клиент вытесняет из сознания негативную информацию. Процесс этот должен проходить как

можно быстрее, иначе, после длительного периода времени бездеятельности сложнее входить в рабочий режим. Многое здесь зависит от характера и темперамента клиента.

Вторая стадия называется стадия смешанных чувств. Чувство злости, страха и печали сменяет одно другое. У мужчин чаще возникает на этой стадии тяга к алкоголю и возможны суицидальные мысли. У женщин подобные реакции возникают реже, чаще они склонны искать утешение в еде. Консультант может порекомендовать активный образ жизни при поддержке семьи. Можно обсудить вместе с клиентом все плюсы и минусы безработицы. С утратой работы человек теряет: материальный источник существования, социальные связи и контакты, четко организованный режим жизни, социальный статус, прежний способ самореализации. Вместе с тем, с потерей работы клиент приобретает положительное: у человека временно не работающего, наконец - то появилась возможность самостоятельно организовать свою жизнь, а не жить по расписанию учреждения, где работал; на это время можно освободиться от иерархической зависимости; поддерживать прежние контакты, не опасаясь, что что-либо повредит карьере; также теперь есть возможность посвятить больше времени хобби, которое может дать и заработок.

Третья стадия – принятие ситуации. Здесь клиент осознает, что жизнь увольнением не заканчивается, а возможно, только начинается. Клиент не сразу может устроиться на постоянную работу, ему можно порекомендовать устроиться на временную работу, хоть какой-то заработок и поддержка самооценки.

Главное для консультанта – помочь клиенту осознать, что потеря работы является неприятным событием, но бывают события и пострашней.

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

1. Консультирование клиентов с психосоматическими расстройствами.
2. Консультирование при обсессивных и параноидных расстройствах.
3. Особенности психологической помощи при переживании утраты и клиентов с чувством вины.
4. Консультирование при сексуальных проблемах.

5. Особенности консультирования «немотивированных» клиентов, плачущих клиентов, клиентов предъявляющих завышенные требования.

**Задания:**

1. Заполнить таблицу «Психологические модели психосоматических проблем»:

| Психологическая модель                      | Краткая характеристика психологической модели |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Психоаналитическая (конверсионная) модель   |                                               |
| Модель вегетативного невроза Ф. Александера |                                               |
| Модель – результат родительских предписаний |                                               |
| Модель – результат стремления к выгоде      |                                               |

**Темы рефератов:**

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

**Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 6. Традиционные и современные технологии группового психологического консультирования**

**Цель:** закрепление представлений студентов о групповом 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**Актуальность темы:** В настоящее время в мире распространяется эклектичное консультирование представляющее собой попытку интеграции лучших сторон различных школ. Эклектичное консультирование опирается на системную интеграцию нескольких теоретических подходов в стремлении найти единое начало и проверить, как новая система «работает» на практике.

**Теоретическая часть:** Теория личности как методологическая основа консультирования выполняет следующие функции:

- обобщение всей накопленной информации в русле данного подхода в работе, что обеспечивает консультанта максимальным количеством информации по соответствующей проблематике и помогает обобщить опыт его индивидуальной работы с различными клиентами;

- разъяснение сложных, глубинных явлений человеческой психики на основе выработанных теоретических конструктов, что позволяет консультанту лучше понять проблему клиента и выстроить адекватную гипотезу;

- прогнозирование последствий поведения личности на основе полученных наблюдений и данных исследований, что позволяет консультанту в большей или меньшей степени предвидеть результаты процесса консультирования;

- 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.

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

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. Адлериа́нский анализ в психологическом консультировании: основные психотехнические подходы.

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

**Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

### **Тема 7. Групповое консультирование по проблемам межличностных отношений.**

**Цель:** закрепление представлений студентов о групповом 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**Актуальность темы:** Имеется существенная разница в способах решения проблем личностного и межличностного планов. Если личностные проблемы обычно связаны с необходимостью радикального изменения внутреннего мира человека, то межличностные проблемы – с необходимостью изменения

в основном только внешних форм поведения человека, которые касаются окружающих людей.

**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.

Эти проблемы могут также иметь выраженный возрастной оттенок, например возникать во взаимоотношениях клиента со сверстниками или с людьми другого поколения, более младшего или более старшего возраста, чем он сам. 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.

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

1. Проекция в поведении и жизни недостатка развития коммуникативных способностей. Пути и средства решения проблемы.
2. Проблема утраты интереса к людям. Её истоки, проявления, возможности оказания помощи в системе консультирования.
3. Трудности, связанные с неумением привлекать к себе внимание других и производить положительное впечатление на других. Их решение в психологическом консультировании.
4. Проблема несогласованности ожиданий и требований, предъявляемых к себе и другим. Её проявление в поведении. Помощь преодоления рассогласованности в рамках консультативной практики.
5. Затруднения, испытываемые в принятии социальной роли и связанные с неспособностью следовать ей в поведении. Причины, проявление нарушения на уровне поведения. Пути преодоления осложнённости поведения в консультативном процессе.

6. Клиенты, неадекватно реагирующие на оценку их поведения и деятельности окружающими. Приёмы и формы консультативной работы с ними.
7. Клиенты, воспринимающие и оценивающие других с искажениями. Организация консультирования с ними.
8. Клиенты, не способные сохранять свою сущность (т.е. «быть самим собой») при взаимодействии с другими. Работа над их проблемой в консультации.
9. Чрезмерно конформные клиенты, не способные выдерживать во взаимодействии давление со стороны партнёра. Негативные последствия излишней социальной податливости. Стратегии и тактики по разрешению проблемы.

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

**Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 8. 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** (ПК-3).

**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 просветительско-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».

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

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

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

### **Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 9. 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** (ПК-3).

**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.

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

#### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

#### **Вопросы к обсуждению:**

1. Эмпатическая ориентация.
2. Парадоксальная ориентация.
3. Реконструктивная ориентация

#### **Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

##### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

### **Тема 10. Технология ведения группового консультативного процесса.**

**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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** (ПК-3).

**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.

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

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:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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

**Тема 11. 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** (ПК-3).

**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 перефразированиям 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 наметками, 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

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

#### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

#### **Вопросы к обсуждению:**

##### **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. Зажатость и открытость.** Эти качества психологически связаны со степенью мускульного напряжения, в котором находится голосовой аппарат. Чем больше напряжение, тем яростнее эффект зажатости ("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:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 12. 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части: (ПК-3).**

#### **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.

**Оборудование и материалы (перечень используемого оборудования):** бланки с тестами, ручка, бумага.

**Указания по технике безопасности:** при выполнении лабораторной работы необходимо использовать только перечисленные в методических

указаниях приборы и оборудование. Запрещается ходить по аудитории; загромождать посторонними предметами рабочее место. По окончании занятия студенты приводят в порядок рабочее место и с разрешения преподавателя могут покинуть рабочее место.

### **Содержание отчета**

В содержании отчета студент должен сделать выводы по индивидуальным показателям.

### **Вопросы к обсуждению:**

1. Понимание человеческой природы в психоаналитической теории.
2. Перенос и контрперенос в консультировании.
3. Комплекс неполноценности, социальный интерес, жизненный стиль как основные компоненты адлерианской 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:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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 практических работ  
по дисциплине**

**ГРУППОВОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ**

для студентов направления подготовки  
направления 37.03.01 «Психология»  
Направленность (профиль) «Психологическое консультирование»

Ставрополь, 2026 г.

## **Содержание**

- Тема 1. Особенности группового консультирования как формы психологической поддержки
- Тема 2. Роль и место консультанта в групповом консультировании
- Тема 3. Структура процесса группового консультирования
- Тема 4. Базовые приемы группового психологического консультирования в различных консультативных школах и подходах
- Тема 5. Специальные проблемы в групповом психологическом консультировании.
- Тема 6. Традиционные и современные технологии группового психологического консультирования
- Тема 7. Групповое консультирование по проблемам межличностных отношений.
- Тема 8. Виды психологического консультирования.
- Тема 9. Этап оказания психологического воздействия.
- Тема 10. Технология ведения группового консультативного процесса.
- Тема 11. Методы невербальной коммуникации.
- Тема 12. Методы аналитического исследования.

## Введение

В течение последних десятилетий наблюдается повышение интереса к групповым формам консультирования, поскольку групповая работа имеет много преимуществ перед индивидуальными, представляет много возможностей для улучшения эмоционального состояния людей, их психологического и физического здоровья и жизни в целом.

**Целью** освоения дисциплины является формирование набора профессиональных компетенций бакалавра по направлению подготовки 37.03.01 Психология, формирование у обучающихся основ знаний по практике оказания различных видов психологической помощи; развитие более глубокого понимания содержания и процедуры группового психологического консультирования, его предмета, объекта и других базовых составляющих.

Методические указания по дисциплине ориентированы на теоретическую и практическую подготовку будущих психологов и являются фундаментальной базой для изучения дисциплин, входящих в содержание подготовки бакалавра.

Специфика предлагаемого курса заключается в том, что каждое из изучаемых направлений консультативной практики — это не только набор теоретических концепций, приемов и техник, которые изучают и усваивают студенты, но и ступеньки личностного роста будущих специалистов.

В ходе практических занятий будут рассмотрены особенности группового консультирования с опорой на следующие аспекты:

- необходимость целенаправленного позитивного внушения в условиях широкой распространенности в социуме негативного;
- необходимость работы по повышению уверенности в себе ввиду широкой распространенности проблемы неуверенности;
- использование общекультурных символов и теории К. Юнга;
- опора на различные методы арттерапии.

**Задачи** освоения дисциплины:

- сформировать общие представления о индивидуальном психологическом консультировании, психологической помощи.
- освоить методологию индивидуального психологического консультирования (развитие личности клиента как ее предмет).

**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,<br>индикаторов                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-3 Способен осуществлять индивидуальное, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека | ИД-1 <sub>ПК-3</sub> – осуществляет психологическое консультирование с учетом индивидуально-психологических, возрастных особенностей, жизненной ситуации                                                                               | Анализирует и систематизирует научно-психологическую информацию по теме исследования; определяет проблему и задачи исследования          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ИД-2 <sub>ПК-3</sub> - применяет психологические технологии, ориентированные на личностный рост, профориентацию и планирование карьеры, снижение конфликтности в семье и коллективе, повышение эффективности управленческих процессов. | Определяет цель и задачи исследования, обосновывает гипотезу, разрабатывает программу проведения и методическое обеспечение исследования |

## **Тема 1. Особенности группового консультирования как формы психологической поддержки**

**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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**Уметь:** использовать на практике психотехнические приемы консультирования, способы определения длительности и эффективности процесса консультирования.

**Актуальность темы:** Особенностью изучаемой темы является ее вводный характер. Эта тема призвана дать студентам общее представление о психологическом консультировании ее цели и задачах в отечественной психологии, о междисциплинарном характере данного курса.

**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 к обсуждению:**

1. Основные сферы применения группового консультирования. Ареал решаемых задач. Приемлемость и действенность применения группового консультирования в профилактических мерах.

2. Проблемы, возникающие при организации и проведении группового консультирования. Предпосылки и условия их разрешения.

3. Принципы формирования группы для консультативной практики: возможности учёта всех необходимых критериев.

4. Правовое регулирование групповой консультативной деятельности. Этические нормы работы консультативной группы. Возможности регуляции следования им членами группы.

5. Этапы консультативной работы с группой: методики по решению задач каждой из стадий консультационного процесса. Трудности, возникающие при групповом консультировании.

#### **Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

##### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 2. Роль и место консультанта в групповом консультировании**

**Цель:** закрепление представлений студентов о групповом 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**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:**

Студент должен иметь представление о месте (позиции) психолога в групповом психологическом консультировании (позиция равенства, позиция «сверху», позиция «снизу»); ролевых функций психолога-консультанта (консультант как личность, консультант как субъект деятельности). При подготовке к семинарскому занятию у студентов должно быть сформировано четкое представление о профессиональной подготовке психолога-консультанта, профессиональных установках в работе консультанта

(уникальность взаимодействия, динамичность, доверие к клиенту, чувство безопасности клиента, адекватность оценки себя, эклектичность, сотрудничество, экзистенциальность бытия), профессиональных умениях консультанта и требованиях, предъявляемых к его работе. В ходе занятия у студентов должно быть сформировано четкое представление о требованиях к личности консультанта (личностная зрелость, социальная зрелость); модели личности эффективного консультанта (личностные качества, система ценностей, профессиональные установки, профессиональные умения и навыки); постулатах квалифицированного психологического консультирования и психотерапии; системе ценностей консультанта, теоретической ориентации консультанта. В ходе занятия у студентов должно быть сформировано четкое представление об особенностях влияния профессиональной деятельности на личность консультанта (утрата собственной идентичности, отрицательные последствия для личной жизни консультанта, возможность возникновения психических нарушений, синдром больного общества, синдром сгорания); «синдроме сгорания» как процессе профессиональной деформации и способах его предотвращения; профессиональной подготовке консультанта (теоретическая подготовка, прохождение личной терапии, личностная зрелость).

#### **Вопросы к обсуждению:**

1. Рольевые функции консультанта.
2. Профессиональные умения психолога – консультанта

#### **Задания:**

1. Конспект на тему: «Факторы, оказывающие негативное влияние на личность психолога-консультанта»
2. Заполните таблицу «Профессиональные аспекты личности психолога-консультанта»

| Профессиональные установки | Профессиональные умения | Требования к профессиональной подготовке | Рольевые функции |
|----------------------------|-------------------------|------------------------------------------|------------------|
|                            |                         |                                          |                  |

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

#### **Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

##### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

### **Тема 3. Структура процесса группового консультирования**

**Цель:** закрепление представлений студентов о групповом 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**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 (raport) 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 к обсуждению:**

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

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

**Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

### **Интернет-ресурсы:**

<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

### **Тема 4. Базовые приемы группового психологического консультирования в различных консультативных школах и подходах**

**Цель:** формирование представлений обучающихся об основных приемах группового психологического консультирования в психоаналитическом подходе, в группах психодрамы, в экзистенциальном подходе, в личностно-центрированном подходе, в гештальт-направлении, в транзактном анализе, в поведенческом направлении, в рационально-эмотивном направлении.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**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: Психоаналитический подход**

Цель аналитического процесса - реструктурирование характера клиента и его личности. Эта цель достигается посредством переноса бессознательного конфликта на уровень сознания и его исследования. Психоаналитические группы в символической форме проигрывают реальную семью клиента, чтобы его историческое прошлое было воспроизведено в настоящем группы. Основан на работах З. Фрейда и Э. Эриксона. Основатель А. Вульф, именно он применял в группе базовые психоаналитические техники.

*Свободные ассоциации.* Базовым инструментом для раскрытия вытесненного или бессознательного материала являются свободные ассоциации - т.е. высказывание всего, что приходит на ум, вне зависимости от того, насколько болезненным, нелогичным или неадекватным оно может показаться. От членов группы ожидают непосредственного выражения чувств, без отбора или цензуры высказываемого содержания, и групповая дискуссия остается

открытой для всего, что члены группы захотят привнести в нее, т.е. она не крутится вокруг какой-то определенной темы.

*«Круговая техника» (адаптация)* - здесь каждый участник группы идет по кругу и, оказываясь напротив очередного человека, говорит первую вещь, которая пришла ему в голову по поводу этого человека. В результате члены группы показывают внутренние чувства, ослабляют защиту и часто развивают в себе способность видеть глубинные психические конфликты.

Этот прием помогает членам группы стать более спонтанными и открыть для себя бессознательные процессы, что ведет к более острым и ярким инсайтам по поводу собственной психодинамики.

*Интерпретация.* Используется при анализе свободных ассоциаций, снов, сопротивления и чувств, связанных с переносом. Интерпретация требует овладения соответствующими навыками. Есть несколько основных правил, которые полезны для формулировки интерпретации.

Интерпретация должна касаться материала, который близок к области осознания клиента.

- Интерпретация должна делаться от первого лица и затрагивать настолько глубоко, насколько позволяет эмоциональная толерантность клиента.

- Предпочтительно сначала обсудить формы защиты и сопротивления и лишь потом давать интерпретацию чувствам или конфликту, которые лежат в их основе.

Одно из преимуществ заключается в том, что члены группы могут высказывать свои инсайты по поводу других участников группы. По мере того как члены группы будут знакомиться друг с другом, они начнут осознавать защитные стратегии и предлагать свои наблюдения.

*АНАЛИЗ СНОВИДЕНИЯ.* Сны выражают бессознательные потребности, конфликты, желания, страхи и вытесненный опыт. Когда сновидение рассказывается и прорабатывается в группе, пациент получает новое понимание мотивации и неразрешенных проблем, стоящих за ним. Некоторые мотивы настолько неприемлемы для личности, что они могут быть выражены только в замаскированной или символической форме.

Следует заметить, что сновидения одновременно обладают внешним, декларируемым (сознательным) содержанием и скрытым, латентным содержанием. Открытое содержание - это сон в той форме, в которой он видится сновидцу; латентное содержание - это замаскированные, бессознательные мотивы, которые представляют скрытое содержание сна. Психоаналитическая группа работает на обоих уровнях, поскольку сны рассматриваются как ключ, который открывает то, что скрыто в бессознательном, основной целью работы со снами является исследование скрытой подоплеки видимого сна и постепенное раскрытие подавленного конфликта.

Члены группы одновременно интерпретируют и проецируют, и этот процесс зачастую ведет к весьма ценному инсайту.

*ИНСАЙТ И ПРОРАБОТКА.* Инсайт означает осознание причин тех трудностей, с которыми сталкиваемся в настоящем. По мере того как клиент

развивает более глубокий и острый инсайт, он усиливает свою способность осознавать различные способы, посредством которых проявляется суть конфликта, и делать это как в группе, так и в повседневной жизни. Формируются новые связи, и начинают проявляться доминантные темы. Например, если в процессе групповой работы некоторые члены группы открывают, что они нуждаются в том, чтобы делать всем приятное любой ценой, они приходят к пониманию того, как эта потребность влияет на их жизнь.

Процесс проработки включает в себя повторное переживание незавершенных событий в контексте переноса.

**АЛЬТЕРНАТИВНАЯ СЕССИЯ.** Проводится без консультанта, она направлена на создание доверительной атмосферы, которая стимулирует раскрытие участников группы. Альтернативная сессия выполняет две цели: помочь членам группы найти более эффективные способы взаимоотношений с другими людьми и стимулировать их рост как личностей, чтобы они смогли мыслить независимо и оставаться самими собой.

### Психодрама

Создана Я.Л. Морено и развивалась его женой З.Т. Мореной. Клиент разыгрывает свое прошлое, настоящее или не принятые им жизненные ситуации и роли в действии, пытаясь достигнуть более глубокого понимания и катарсиса, а также развивая поведенческие навыки, новые возможности решения конфликтов.

Психодрама использует ряд особых приемов, предназначенных для усиления чувств, прояснения замешательств и скрытых мнений, усиления инсайта и самосознания, а также практики нового поведения.

Психодраматический метод состоит из следующих компонентов: сцена (обычно - свободное пространство в комнате), режиссер (обычно групповой терапевт), протагонист (человек, который предлагает свою проблему для исследования), вспомогательные «я» (люди, которые исполняют остальные роли) и аудитория (оставшиеся члены группы, перед которыми исследуется данная проблема).

**САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ.** Прием самопрезентации предполагает, что протагонист дает собственный портрет, чтобы ввести группу в ситуацию (например, отношения отца и дочери). Предлагается организовать инсценировку, режиссер помогает перевести повествование в действие.

**ОБМЕН РОЛЯМИ.** Этот метод позволяет расширить осознание и поведенческий репертуар клиента. В ходе обмена ролями протагонист принимает на себя роль другой личности, участвующий в драме. Исполняя роли значимых людей, включенных в психодраму, он может получить значимые интеллектуальные и эмоциональные инсайты в отношении ситуации, в которой находится другой. Этот прием развивает эмпатию (способность человека к сопереживанию и сочувствию другим людям).

Второй и наиболее важной функцией обмена ролями является развитие эмпатии протагониста по отношению к значимым людям его жизни.

Принимая роль другого человека в психодраме, приобретает более глубокое понимание и воспринимает ситуацию с иной перспективы.

**ДУБЛЬ.** Техника дубля подразумевает исполнение вспомогательным «я» особой роли - «внутреннего Я» протагониста. Дубль выражает мысли и чувства, которые обычно остаются невыраженными. Дубль выполняет функцию «внутреннего голоса», как, например, в кино или на телевидении. Дубль стоит сбоку от протагониста (чтобы он мог видеть и отражать невербальную коммуникацию протагониста и все же не заполнять собой поле его восприятия) и говорит слова, которые не могут или не должны быть произнесены. Режиссер говорит что-то вроде: «Эта ваш дубль. Если он скажет то, что вы думаете, повторите это. Если он ошибается, поправьте его». Существует достаточно много вариантов этого приема.

Эта техника нередко приводит к выражению невысказанных слов и мыслей. Дубль выступает в роли связного между режиссером и протагонистом.

**МОНОЛОГ.** Протагониста просят вообразить себя в каком-нибудь безлюдном месте, где он может поразмыслить обо всем, и выразить это с помощью монолога. Режиссер может попросить протагониста прервать действие в каком-то месте, отвернуться и выразить те чувства, которые он испытывает в данный момент. Протагониста можно включить в какой-либо вид действия, который он выполняет в одиночестве, как, например, путь домой. Монолог весьма ценен, поскольку помогает протагониста прояснить свои мысли и переживания.

**«ВОЛШЕБНЫЙ МАГАЗИН».** Обычно используется в качестве разогрева. Этот прием может быть использован для протагониста, который не уверен в своих ценностях, запутался в своих целях или испытывает трудности в определении приоритетов. Сценка разыгрывается между продавцом и покупателем. Волшебный магазин заполнен воображаемыми контейнерами, в которых хранятся человеческие качества, которые будут подарены, если только протагонист обменяет их на какое-либо другое качество, которое он уже умеет.

**ПРОЕКЦИЯ БУДУЩЕГО.** Будущее не просто обсуждается или предвосхищается, оно переносится в настоящее и воплощается в нем. Это содержание может включать в себя желания и надежды, страхи и цели, которые придают жизни направление и смысл. Члены группы творят будущее с конкретными людьми, перенося его в настоящее и получая, таким образом, новое видение проблемы.

**ПОВТОРЕНИЕ.** Один из приемов, широко используемых в музыкальных или драматических репетициях, - это простое повторение действия, его усовершенствование, более экспрессивное исполнение или добавление других вариаций такого рода.

**РОЛЕВОЙ ТРЕНИНГ.** Он позволяет человеку экспериментировать с новым поведением в безопасных условиях группы. Участники группы могут осуществлять ролевой тренинг ситуации происхождения интервью при приеме на работу, целью которого является выяснение того, как справляться со своей тревогой. Таким образом, они не только входят в контакт со своими

чувствами, но и достигают инсайта о поведении, которое препятствует проведению эффективного интервью.

**Экзистенциальный подход к группе**

Ответвление философской мысли - М. Хайдеггер и Жан-Поль Сартра. Создание условий для расширения самосознания и устранения препятствий в процессе совершенствования личности. Участникам предоставляется помощь в раскрытии свободы выбора и умении пользоваться ею.

В группе цель расширения самосознания преследуется посредством помощи членам группы в раскрытии их уникального «бытия в мире». Задавая себе ключевые вопросы, члены группы ищут определение своего «я», и осознают центральные измерения своего существования: «В какой степени я осознаю, кто я есть и куда я иду? Как я воспринимаю мой мир?»

В групповой ситуации участники имеют возможность выразить свои уникальные чувства и субъективный взгляд на мир. Они также открыто вступают в конфронтацию с другими и учатся справляться с тревогой.

Другая цель экзистенциальной группы встретиться с этой тревогой и справиться с ней. Участники группы иногда предстают в роли жертв, рассказывая о своем чувстве бессилия и беспомощности, обвиняя в своих несчастьях других людей и внешние обстоятельства.

Осознание смерти и тревоги имеет большое значение для группового консультирования. Группе полезно осознать те области жизни, которые истощились, утратили свою новизну, и попытаться понять, что можно сделать, чтобы изменить это и оживить их.

Для группы весьма обычным является исследование проблемы смысла и тех ценностей, которые потеряли свой смысл для нас.

**Гештальт - терапия**

Была создана Ф. Перлзом и его женой Лаурой. Основывается на дачи участникам возможности обратить внимание на течение своего непосредственного опыта, побуждает опознать и принять ранее игнорируемые аспекты.

Гештальттерапия поощряет «переход к конфликту» или «бытие тем, что мы чувствуем» в качестве противопоставления простым разговорам о конфликтах, проблемах и чувствах.

**ЯЗЫКОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.** Если члены группы, опираясь на помощь консультанта, смогут увидеть значения того влияния, которое оказывает на них стиль речи, они придут к пониманию того, что они говорят, и смогут сделать этот материал объектом для исследования. любое из нижеописанных воздействий, основанное на языке, может в большей или меньшей степени соответствовать конкретному клиенту. Безличная форма (изменение безличностной формы высказывания позволяет человеку принять ответственность за то, что он говорит), Вы (изменить «вы» на «я»), Смягчающие определения и оговорки (использование «но»), «Должен» (изменение стандартного «я должен» на «я выбираю», «я решил»).

**ВНУТРЕННИЙ ДИАЛОГ.** Фантазийный диалог помогает осознать внутренние несоответствия и разрывы, а также помочь личностной

интеграции. эти диалоги могут принимать разнообразные формы, например, диалог между противоположными сторонами себя или полярностями внутри себя (мягкость / жесткость, мужественность / женственность, любовь / ненависть, агрессивность / пассивность) и диалог с родителями или другими значимыми людьми, с придуманными или неживыми объектами. Разнообразные эксперименты с диалогами могут помочь членам группы усилить осознание противоречий внутри себя, которые противостоят друг другу.

**ФАНТАЗИРОВАНИЕ.** Прием с различными придуманными ситуациями в группе может привести к серьезному росту членов группы. Фантазирование обеспечивает личностное осознание несколькими способами: может быть использована, когда члены группы чувствуют слишком сильную угрозу для себя при попытке исследовать свою проблему в конкретных терминах; полезно для работы с катастрофическими ожиданиями, которые зачастую являются результатом чувства паралича; фантазирование - это полезный и безопасный способ исследования страхов членов группы, связанных с участием в ее работе.

**РЕПЕТИЦИЯ.** Это упражнение особенно полезно, когда члены группы выстраивают огромное количество блоков и осуществляют тщательную цензуру, отмеривая свои слова и действия, чтобы достигнуть желаемого эффекта. Повторение предполагает осознание процесса, который обычно находится вне сферы осознания.

**ОБРАТНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ.** Консультант просит участников стать той стороной себя, которую они выражают очень редко или никогда не выражают, поскольку не хотят видеть ее своей и принимать ее. Теория, лежащая в основе этого приема, предполагает, что интеграция возможна только тогда, когда люди позволят себе погрузиться в то, что вызывает тревогу, и вступить в контакт с теми частями себя, которые были подавлены или отрицались.

**ПРЕУВЕЛИЧЕНИЕ.** Эта техника включает в себя осознание тонких и незаметных сигналов, которые мы отправляем, используя язык своего тела. Движения, позы и жесты преувеличиваются настолько, чтобы их коммуникативное значение стало ясным. Преувеличивая движение или жест, человек переживает более интенсивные чувства, связанные с подобранным поведением, и осознает его внутренне значение.

**АНАЛИЗ СНОВИДЕНИЯ.** Члены группы не рассказывают свои сны в прошлом времени. Вместо этого они излагают сон так, как если бы снился им прямо сейчас. Сновидец погружается в свое сновидение более жизненно, чем в первоначальный сон, поскольку ощущает его как происходящее в настоящий момент. Члены группы трансформируют ключевые элементы сна в диалог и становятся каждой частью сновидения. Групповой контекст позволяет им разыграть сон как событие настоящего.

Сон отражает конфликты, желания и ключевые темы нашей жизни. Сны участников группы также могут касаться того, как они чувствуют себя в группе.

## Транзактный анализ

Был создан Э. Берном. Цель в помощи участникам избавиться от «сценариев» и «игр» в своих отношениях. Заново оценить свои прежние решения и принять новые, обоснованные более сознательным знанием.

**АНАЛИЗ «СЦЕНАРИЕВ».** В реальности каждый из нас обладает любимой позицией, пользуясь которой мы действуем в условиях стресса, и каждую из позиций мы в той или иной мере используем ежедневно.

Личный жизненный сценарий - это бессознательный жизненный план, который был сформирован в детстве, закреплён родителями и «утверждён» жизненными обстоятельствами. Этот сценарий развивается на ранних этапах жизни как результат родительских уроков, таких как запреты и контрзапреты, и ранних решений. Из этих решений выбирается базовая психологическая позиция или драматическая роль, которую мы будем играть в нашем сценарии. По сути, жизненный сценарий - это что-то вроде проекта, который говорит людям, куда они идут по жизни и что делать, когда они достигнут цели.

### Вопросы к обсуждению:

9. Общая характеристика современных теоретических подходов к организации, стратегии и технологии воздействия в групповом консультировании.
10. Стратегии и техники воздействия в психоаналитическом подходе.
11. Стратегии и техники воздействия в группах психодрамы.
12. Стратегии и техники воздействия в экзистенциальном и личностно-центрированном подходах.
13. Стратегии и техники воздействия в гештальт-направлении.
14. Стратегии и техники воздействия в транзактном анализе.
15. Стратегии и техники воздействия в поведенческом направлении.
16. Стратегии и техники воздействия в рационально-эмотивном направлении.

### Задания:

3. Заполнить таблицу «Подходы в групповом консультировании»

| Подход в групповом консультировании | Краткая характеристика подхода |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| 1.                                  |                                |
| 2.                                  |                                |
| 3.                                  |                                |
| 4.                                  |                                |

4. Конспект «Виды группового взаимодействия» (Галустова О.В. Психологическое консультирование. Конспект лекций. – М., 2006.)

### Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

#### Основная литература:

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и

специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

### **Тема 5. Специальные проблемы в групповом психологическом консультировании.**

**Цель:** формирование профессиональных компетенций у студентов через изучение особенностей группового психологического консультирования клиентов с психопатологическими, патопсихологическими и личностно-характерологическими изменениями.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**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:** Наиболее распространенная причина обращения за психологической консультацией – это жалобы на трудности в общении. Такого рода клиенты делятся на три группы:

- 1) клиенты, которые считают, что им мешает общаться застенчивость, неуверенность в себе;
  - 2) клиенты, которые считают, что вокруг них нет интересных людей;
  - 3) клиенты, испытывающие проблемы в общении с противоположным полом.
- К установкам, затрудняющим процесс общения, относятся: представление о собственном превосходстве, завышенные требования к окружающим и одновременно отсутствие требований к себе. Клиента с данной проблемой психолог должен подвести к выводу о том, что следует принять ответственность за свои трудности на себя. За этими трудностями могут скрываться личные проблемы, характер, родительское программирование. Задача психолога в работе с клиентами первого типа состоит в том, чтобы показать источник проблем, рекомендовать постепенно искоренять негативные черты характера, делая что-либо необычное в окружении малознакомых людей.

Клиенты второго типа чаще жалуются на своих домашних и сослуживцев. Трудности в общении у них бывают связаны с неумением прощать, с вниманием к мелочам. Задача консультанта состоит в том, чтобы помочь клиенту концентрировать свое внимание на положительных качествах партнера, зная и обходя отрицательное в нем.

Трудности клиентов третьего типа в своей основе имеют стереотипные представления о своем поведении и о поведении представителей другого типа, о требованиях к партнеру клиент говорит без труда, но это стереотип. К стереотипным требованиям к партнеру часто клиент добавляет стереотип своего собственного поведения. Люди, исповедующие подобные стереотипы, загоняют себя в угол, так как, во-первых, редко встречаются люди, вписывающиеся в ожидаемую схему, во-вторых, стандарт своего поведения тоже не способствует установлению контактов. Задача консультанта – разрушение и коррекция жестких программ, представлений, мешающих общению.

Решать проблемы общения можно только благодаря личностному росту, который помогает клиенту осознать проблему и захотеть над ней работать.

Групповое консультирование клиентов, испытывающих стресс, связанный с потерей работы

Стресс, связанный с потерей работы, одна из наиболее серьезных потерь, которые испытывает человек. Существует два выхода из этой проблемы: 1) человек испытывает трудности и ломается; 2) испытывает трудности и становится еще сильнее, может преуспевать. Консультант обязан помочь клиенту пойти по второму сценарию. Человек, оставшийся без работы, проходит через три стадии переживаний.

Первая стадия называется оцепенение. Оно проявляется в нежелании признать очевидное и срабатывает защитный механизм: клиент вытесняет из

сознания негативную информацию. Процесс этот должен проходить как можно быстрее, иначе, после длительного периода времени бездеятельности сложнее входить в рабочий режим. Многое здесь зависит от характера и темперамента клиента.

Вторая стадия называется стадия смешанных чувств. Чувство злости, страха и печали сменяет одно другое. У мужчин чаще возникает на этой стадии тяга к алкоголю и возможны суицидальные мысли. У женщин подобные реакции возникают реже, чаще они склонны искать утешение в еде. Консультант может порекомендовать активный образ жизни при поддержке семьи. Можно обсудить вместе с клиентом все плюсы и минусы безработицы. С утратой работы человек теряет: материальный источник существования, социальные связи и контакты, четко организованный режим жизни, социальный статус, прежний способ самореализации. Вместе с тем, с потерей работы клиент приобретает положительное: у человека временно не работающего, наконец - то появилась возможность самостоятельно организовать свою жизнь, а не жить по расписанию учреждения, где работал; на это время можно освободиться от иерархической зависимости; поддерживать прежние контакты, не опасаясь, что что-либо повредит карьере; также теперь есть возможность посвятить больше времени хобби, которое может дать и заработок.

Третья стадия – принятие ситуации. Здесь клиент осознает, что жизнь увольнением не заканчивается, а возможно, только начинается. Клиент не сразу может устроиться на постоянную работу, ему можно порекомендовать устроиться на временную работу, хоть какой-то заработок и поддержка самооценки.

Главное для консультанта – помочь клиенту осознать, что потеря работы является неприятным событием, но бывают события и пострашней.

#### **Вопросы к обсуждению:**

6. Консультирование клиентов с психосоматическими расстройствами.
7. Консультирование при обсессивных и параноидных расстройствах.
8. Особенности психологической помощи при переживании утраты и клиентов с чувством вины.
9. Консультирование при сексуальных проблемах.
10. Особенности консультирования «немотивированных» клиентов, плачущих клиентов, клиентов предъявляющих завышенные требования.

#### **Задания:**

2. Заполнить таблицу «Психологические модели психосоматических проблем»:

| Психологическая модель                     | Краткая характеристика психологической модели |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Психоаналитическая (конверсионная) модель  |                                               |
| Модель вегетативного невроза Ф. Александра |                                               |

|                                             |  |
|---------------------------------------------|--|
| Модель – результат родительских предписаний |  |
| Модель – результат стремления к выгоде      |  |

### **Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

#### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

### **Тема 6. Традиционные и современные технологии группового психологического консультирования**

**Цель:** закрепление представлений студентов о групповом 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и

личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**Актуальность темы:** В настоящее время в мире распространяется эклектичное консультирование представляющее собой попытку интеграции лучших сторон различных школ. Эклектичное консультирование опирается на системную интеграцию нескольких теоретических подходов в стремлении найти единое начало и проверить, как новая система «работает» на практике.

**Теоретическая часть:** Теория личности как методологическая основа консультирования выполняет следующие функции:

- обобщение всей накопленной информации в русле данного подхода в работе, что обеспечивает консультанта максимальным количеством информации по соответствующей проблематике и помогает обобщить опыт его индивидуальной работы с различными клиентами;

- разъяснение сложных, глубинных явлений человеческой психики на основе выработанных теоретических конструктов, что позволяет консультанту лучше понять проблему клиента и выстроить адекватную гипотезу;

- прогнозирование последствий поведения личности на основе полученных наблюдений и данных исследований, что позволяет консультанту в большей или меньшей степени предвидеть результаты процесса консультирования;

- 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 к обсуждению:**

6. Концепция психоанализа З.Фрейда: основные теоретические положения (принцип удовольствия, теория инстинктов, бессознательное и сознание).

7. Структура психического аппарата.

8. Психологические защитные механизмы.

9. Ограничения и практическое значение психодинамического подхода.

10.

Адл

ерианский анализ в психологическом консультировании: основные психотехнические подходы.

#### **Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

##### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

##### **Интернет-ресурсы:**

<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

## **Тема 7. Групповое консультирование по проблемам межличностных отношений.**

**Цель:** закрепление представлений студентов о групповом 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** способностью осуществлять групповое, групповое и организационное психологическое консультирование, в том числе кризисное, в области межличностных отношений, планирования семьи и карьеры, профессионального и личностного роста, с учетом возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей человека (ПК-3).

**Актуальность темы:** Имеется существенная разница в способах решения проблем личностного и межличностного планов. Если личностные проблемы обычно связаны с необходимостью радикального изменения внутреннего мира человека, то межличностные проблемы – с необходимостью изменения в основном только внешних форм поведения человека, которые касаются окружающих людей.

**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.

Эти проблемы могут также иметь выраженный возрастной оттенок, например возникать во взаимоотношениях клиента со сверстниками или с людьми другого поколения, более младшего или более старшего возраста, чем он сам. 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 к обсуждению:**

10. Проекция в поведении и жизни недостатка развития коммуникативных способностей. Пути и средства решения проблемы.

11. Проблема утраты интереса к людям. Её истоки, проявления, возможности оказания помощи в системе консультирования.
12. Трудности, связанные с неумением привлекать к себе внимание других и производить положительное впечатление на других. Их решение в психологическом консультировании.
13. Проблема несогласованности ожиданий и требований, предъявляемых к себе и другим. Её проявление в поведении. Помощь преодоления несогласованности в рамках консультативной практики.
14. Затруднения, испытываемые в принятии социальной роли и связанные с неспособностью следовать ей в поведении. Причины, проявление нарушения на уровне поведения. Пути преодоления осложнённости поведения в консультативном процессе.
15. Клиенты, неадекватно реагирующие на оценку их поведения и деятельности окружающими. Приёмы и формы консультативной работы с ними.
16. Клиенты, воспринимающие и оценивающие других с искажениями. Организация консультирования с ними.
17. Клиенты, не способные сохранять свою сущность (т.е. «быть самим собой») при взаимодействии с другими. Работа над их проблемой в консультации.
18. Чрезмерно конформные клиенты, не способные выдерживать во взаимодействии давление со стороны партнёра. Негативные последствия излишней социальной податливости. Стратегии и тактики по разрешению проблемы.

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

**Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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

**Тема 8. 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** (ПК-3).

**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 просветительско-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 проникательным, 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 к обсуждению:**

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

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

**Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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

**Тема 9. 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части: (ПК-3).**

**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 к обсуждению:**

4. Эмпатическая ориентация.
5. Парадоксальная ориентация.
6. Реконструктивная ориентация

**Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:**

**Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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

**Тема 10. Технология ведения группового консультативного процесса.**

**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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:** (ПК-3).

**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 к обсуждению:**

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:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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

### **Тема 11. 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы**

**(семинара), формируемые компетенции или их части:** (ПК-3).

**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 перефразированиям 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 к обсуждению:**

##### **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. Зажатость и открытость.** Эти качества психологически связаны со степенью мускульного напряжения, в котором находится голосовой аппарат. Чем больше напряжение, тем ярвственнее эффект зажатости ("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:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

**Интернет-ресурсы:**

<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

**Тема 12. 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.

**Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части: (ПК-3).**

**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 к обсуждению:**

6. Понимание человеческой природы в психоаналитической теории.
7. Перенос и контрперенос в консультировании.
8. Комплекс неполноценности, социальный интерес, жизненный стиль как основные компоненты адлеровской теории.
9. Методы транзактного анализа и психотехники транзактного консультирования
10. 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:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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  
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

**Интернет-ресурсы:**

<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 самостоятельной работы  
по дисциплине «ГРУППОВОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ  
КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»

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

Ставрополь 2026

## **ОГЛАВЛЕНИЕ**

**ВВЕДЕНИЕ**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ  
ТЕОРЕТИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСПЕКТИРОВАНИЮ  
ПЕРВОИСТОЧНИКОВ**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ ДОКЛАДА**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К СОСТАВЛЕНИЮ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ГЛОССАРИЯ ИЛИ СЛОВАРЯ**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЭКЗАМЕНУ**

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

## **Введение**

Целью освоения дисциплины «Групповое психологическое консультирование» является формирование профессиональных компетенций бакалавра, формирование у них основ знаний по консультативной психологии; развитие более глубокого понимания содержания и процедуры психологического консультирования, его предмета, объекта и других базовых составляющих.

Задачи освоения дисциплины:

- сформировать общие представления о групповом психологическом консультировании, психологической помощи.
- освоить методологию психологической помощи (развитие личности клиента как ее предмет).
- сформировать представление о методах и подходах в практике группового психологического консультирования о соотношении консультирования и психотерапии в психологической деятельности.
- изучить разнообразные методы группового психологического консультирования, их уровни и классификации.
- сформировать навыки построения грамотного плана группового психологического консультирования при различных запросах на него.
- сформировать навыки проведения группового 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 студента 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 студентов требует определенного уровня способности к самообразованию, а также устойчивых навыков работы с учебной и научной литературой.

Самостоятельная работа выполняется студентом 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 студентов 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.

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА**

Практические (семинарские) занятия предполагают обсуждение методологических и теоретических положений учебного курса, отработку умения работать с научной литературой, анализируя и обобщая психологические факты, личные примеры и предложенные ситуации. Цель таких занятий – усвоение системы теоретических знаний по основным разделам науки. Для этого по каждому занятию указана литература, непосредственно относящаяся к содержанию темы. С помощью нее студент заранее готовится к занятию по предложенному плану с тем, чтобы в ходе урока участвовать в коллективном анализе различных подходов к категориям и проблемам психологии, в формулировании дефиниций и в научном обосновании собственных позиций по проблемам. Подготовка к семинарским занятиям предусматривает ознакомление с основными положениями по теме, усвоение нормативной лексики, предложенной к разделу через критическую работу с литературой и научными психологическими текстами. Данная работа необходима студенту для ведения научной дискуссии на занятии.

#### ***Работа с конспектом лекций***

Просмотрите конспект сразу после занятий. Отметьте материал конспекта лекций, который вызывает затруднения для понимания. Попытайтесь найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь на текущей консультации или на ближайшей лекции за помощью к преподавателю.

Каждую неделю отводите время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам и тестам.

***Выполнение практических и лабораторных занятий*** На первом занятии получите у преподавателя задания по курсу, планы подготовки к практическим и лабораторным занятиям. Обзаведитесь всем необходимым методическим обеспечением. Практическое занятие – одна из форм организации учебного процесса – самостоятельной работы обучающихся, которая регламентируется требованиями документа. Практическое занятие

представляет собой коллективное обсуждение обучающимися теоретических вопросов под руководством преподавателя.

**Практическое занятие (семинар)** – вид аудиторной совместной деятельности, осуществляемой в форме практики мышления, речи и письма. На семинаре студент отвечает на вопросы; уточняет, дополняет и обобщает ответы других; участвует в ролевых играх, дискуссиях; выступает с сообщением, докладом. Достоинством семинара является дискуссионная форма усвоения материала, сотворчество в обсуждении проблем, интеллектуальная состязательность.

При подготовке к практическому занятию сначала следует прочесть конспект лекций по теме занятия, затем изучить учебную и справочную литературу (учебник, учебные пособия, словари, энциклопедии), после чего – первоисточники.

Литературу необходимо конспектировать и давать сжатые письменные ответы на вопросы практического занятия. Такие ответы пригодятся при подготовке к экзамену. В них следует отразить содержание главных понятий и связь между ними, дать собственную оценку тем или иным концепциям, выявить связь изучаемого вопроса с современностью, с будущей профессиональной деятельностью. По неясным вопросам необходимо обращаться к преподавателю.

Текст выступления на практическом занятии должен быть написан самим студентом (уже переработанный). Выступления, на которых студент ограничивается только чтением уже опубликованного текста, преподавателем не учитываются.

По пропущенным занятиям студент отчитывается в устной или письменной форме. В противном случае преподаватель имеет право задать студенту на зачете дополнительные вопросы по теме пропущенного занятия.

Преподаватель оценивает подготовку студента к практическому занятию по следующим критериям:

- Наличие конспектов, лекций;
- Понимание главных понятий, их связей;
- Умению мыслить самостоятельно, логично, последовательно, доказательно;
- Мнениями оценивать идеи, концепции, обосновывать свою теоретическую позицию, связывать теорию с практикой, приводить примеры, приводить аналогии.

На практические занятия выносятся узловые темы, запланированные в программе учебной дисциплины, освоение которых определяет качество профессиональной подготовки будущих специалистов.

Цель занятия – формирование знаний по теме, развитие самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся путем равноправного и активного их участия в обсуждении рассматриваемых вопросов.

**Задачи практического занятия:**

- закрепление, расширение и углубление знаний по психологии общения и конкретной теме;
- развитие навыков постановки проблем и решения задач;
- отработка навыков ведения дискуссии, аргументации и отстаивания своей точки зрения;
- демонстрация обучающимися достигнутого уровня знаний;
- формирование навыков самостоятельной работы.

**Функции практического занятия (семинара):**

- познавательная,
- воспитательная,
- развивающая,
- контрольная.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ**

При изучении дисциплины у студентов должен вырабатываться рационально-критический подход к изучаемым проблемам и явлениям. Это включает понимание того, что со временем ряд информационных и теоретических материалов устаревает, требуя критического отношения. С другой стороны, каждый текущий вопрос имеет свою историю, которую тоже полезно знать. Каждое событие может иметь разные интерпретации, поэтому слова, сказанные много лет назад, могут иметь важное значение.

Чтобы понять содержание материала, нужно уметь его прочитывать. Начинать следует с предварительного просмотра, в ходе которого ознакомиться с названием работы, с аннотацией, оглавлением, предисловием. Часто замысел работы ясен уже при ознакомлении с ее названием. Но особенно интересен просмотр оглавления, в результате которого становится ясным развитие мысли автора. Неплохо было бы появившиеся при этом мысли зафиксировать на бумаге.

Просматривая текст оглавления, нужно остановиться на тех главах, которые представляют для вас особенный интерес, бегло ознакомиться с ними, составляя в общих чертах свое представление о них. Цель этого действия – найти места, относящиеся к искомой теме, определив при этом, что ценного в каждом из них.

Следующий этап – прочтение выделенных мест с фиксацией самых главных сведений. При этом надо четко и ясно осознавать цель чтения, постоянно держа ее перед собой: по какому вопросу нужна информация, для чего нужна, ее характер и т.д. необходимо менять режим чтения – от беглого вдумчивого – в зависимости от ценности информации, останавливаясь там, где это требуется для глубокого понимания текста.

Следует научиться определять структуру текста по соподчиненности его частей, учитывая взаимосвязь текста с рисунками, сносками, примечаниями и таблицами. Все это поможет пониманию текста при беглом ознакомлении с ним. Так вырабатывается способность при прочтении сразу понимать смысл и значение новой информации.

Многие книги и статьи имеют в своем аппарате списки литературы, которые дают возможность пополнить информационную осведомленность о дополнительной литературе по данному вопросу.

Отдельный этап прочтения – ведение записей прочитанного. Существует несколько видов записей: план, выписки, тезисы, аннотация, резюме, конспект.

**Планом** удобно пользоваться при подготовке к устному выступлению по выбранной теме. Каждый пункт плана должен раскрывать одну из сторон избранной темы, а весь план должен охватывать ее целиком.

**Тезисы** предполагают сжатое изложение основных положений текста в форме утверждения или отрицания. Они являются более совершенной формой записей и представляют основу для дискуссии. К тому же их легко запомнить.

**Аннотация** – краткое изложение содержания – дает общее представление о работе.

**Резюме** кратко характеризует выводы, главные итоги произведения.

**Конспект** является наиболее распространенной формой ведения записей. Основную ткань конспекта составляют тезисы, дополненные доказательствами и рассуждениями. Конспект может быть текстуальным, свободным или тематическим. Текстуальный представляет собой цитатник с сохранением логики работы и структуры текста. Свободный конспект основан на изложении материала в том порядке, который более удобен автору. В этом смысле конспект представляет собирание воедино мыслей, разбросанных по всей книге. Тематический конспект может быть составлен по нескольким источникам, где за основу берется тема, интерпретируемая по-разному.

Экономия времени дает использование при записях различного рода сокращений, аббревиатуры и т.д. многие используют для регистрации исследуемых тем систему карточек. Преимущество карточек в том, что тема там излагается очень сжато, и они очень удобны в использовании, т.к. их можно разложить на столе, перегруппировать и без труда найти искомую тему.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСПЕКТИРОВАНИЮ ПЕРВОИСТОЧНИКОВ**

Конспектирование – процесс мысленной переработки и письменной фиксации информации, в виде краткого изложения основного содержания, смысла какого-либо текста.

Результат конспектирования – запись, позволяющая конспектирующему немедленно или через некоторый срок с нужной полнотой восстановить полученную информацию. Конспект в переводе с латыни означает «обзор». По существу его и составлять надо как обзор, содержащий основные мысли текста без подробностей и второстепенных деталей. Конспект носит индивидуализированный характер: он рассчитан на самого автора и поэтому может оказаться малопонятным для других.

Для того чтобы осуществлять этот вид работы, в каждом конкретном случае необходимо грамотно решить следующие задачи:

1. Сориентироваться в общей композиции текста (уметь определить вступление, основную часть, заключение).
2. Увидеть логико-смысловую канву сообщения, понять систему изложения автором информации в целом, а также ход развития каждой отдельной мысли.
3. Выявить «ключевые» мысли, т. е. основные смысловые вехи, на которые «нанизано» все содержание текста.
4. Определить детализирующую информацию.
5. Лаконично сформулировать основную информацию, не перенося на письмо все целиком и дословно.

Во всяком научном тексте содержится информация 2-х видов: основная и вспомогательная. Основной является информация, имеющая наиболее существенное значение для раскрытия содержания темы или вопроса. К ней относятся: определения научных понятий, формулировки законов, теоретических принципов и т. д. Назначение вспомогательной информации – помочь читателю лучше усвоить предлагаемый материал. К этому типу информации относятся разного рода комментарии. Основную – записываем как можно полнее, вспомогательную, как правило, опускаем. Содержание конспектирования составляет переработка основной информации в целях ее обобщения и сокращения. Обобщить – значит представить ее в более общей, схематической форме, в виде тезисов, выводов, отдельных заголовков, изложения основных результатов и т. п. Читая, мы интуитивно используем некоторые слова и фразы в качестве опорных. Такие опорные слова и фразы называются ключевыми. Ключевые слова и фразы несут основную смысловую и эмоциональную нагрузку содержания текста.

Выбор ключевых слов – это первый этап смыслового свертывания, смыслового сжатия материала.

Важными требованиями к конспекту являются наглядность и обозримость записей и такое их расположение, которое давало бы возможность уяснить логические связи и иерархию понятий.

**По форме конспекты подразделяются на формализованные и графические.**

**1. Формализованные** (все записи вносятся в заранее подготовленные таблицы).

Это удобно, во-первых, при конспектировании материалов, когда перечень характеристик описываемых предметов или явлений более или менее постоянен, во-вторых, при подготовке единого конспекта по нескольким источникам. Особенно если есть необходимость сравнения отдельных данных. Разновидностью формализованного конспекта является запись, составленная в форме ответов на заранее подготовленные вопросы, обеспечивающие исчерпывающие характеристики однотипных предметов или явлений.

**2. Графические** (элементы конспектируемой работы располагаются в таком виде, при котором видна иерархия понятий и взаимосвязь между ними).

По каждой работе может быть не один, а несколько графических конспектов, отображающих книгу в целом и отдельные ее части. Ведение графического конспекта - наиболее совершенный способ изображения внутренней структуры книги, а сам этот процесс помогает усвоению ее содержания.

Можно выделить следующие основные **типы конспектов: плановый, текстуальный, сводный, тематический.**

**Плановый** – легко получить с помощью предварительно сделанного плана произведения, каждому вопросу плана отвечает определенная часть конспекта:

а) вопросно-ответный (на пункты плана, выраженные в вопросительной форме, конспект дает точные ответы);

б) схематичный плановый конспект (отражает логическую структуру и взаимосвязь отдельных положений).

**Текстуальный** – это конспект, созданный в основном из цитат.

**Сводный конспект** – сочетает выписки, цитаты, иногда тезисы; часть его текста может быть снабжена планом.

**Тематический** – дает более или менее исчерпывающий ответ (в зависимости из числа привлеченных источников и другого материала, например, своих же записей) на поставленный вопрос – тему: обзорный; хронологический.

Роль конспекта – чисто учебная: он помогает зафиксировать основные понятия и положения первичного текста и в нужный момент их воспроизвести, например, при написании реферата или подготовке к экзамену.

**Способы конспектирования.**

- **Тезисы** – это кратко сформулированные основные мысли, положения изучаемого материала. Тезисы лаконично выражают суть читаемого, дают возможность раскрыть содержание. Приступая к освоению записи в виде тезисов, полезно в самом тексте отмечать места, наиболее четко формулирующие основную мысль, которую автор доказывает (если, конечно, это не библиотечная книга). Часто такой отбор облегчается шрифтовым выделением, сделанным в самом тексте.

- **Линейно-последовательная запись текста.** При конспектировании линейно – последовательным способом целесообразно использование плакатно-оформительских средств, которые включают в себя следующие:

- сдвиг текста конспекта по горизонтали, по вертикали;
- выделение жирным (или другим) шрифтом особо значимых слов;
- использование различных цветов;
- подчеркивание;
- заключение в рамку главной информации.

- **Способ «вопросов – ответов».** Он заключается в том, что, поделив страницу тетради пополам вертикальной чертой, конспектирующий в левой части страницы самостоятельно формулирует вопросы или проблемы, затронутые в данном тексте, а в правой части дает ответы на них.

Одна из модификаций способа «вопросов – ответов» - таблица, где место вопроса занимает формулировка проблемы, поднятой автором (лектором), а место ответа – решение данной проблемы. Иногда в таблице могут появиться и дополнительные графы: например, «мое мнение» и т. п.

- **Схема с фрагментами** – способ конспектирования, позволяющий ярче выявить структуру текста, - при этом фрагменты текста (опорные слова, словосочетания, пояснения всякого рода) в сочетании с графикой помогают созданию рационально - лаконичного конспекта.

- **Простая схема** – способ конспектирования, близкий к схеме с фрагментами, объяснений к которой конспектирующий не пишет, но должен уметь давать их устно. Этот способ требует высокой квалификации конспектирующего. В противном случае такой конспект нельзя будет использовать.

- **Параллельный способ** конспектирования. Конспект оформляется на двух листах параллельно или один лист делится вертикальной чертой пополам и записи делаются в правой и в левой части листа.

Однако лучше использовать разные способы конспектирования для записи одного и того же материала.

**Комбинированный конспект** – вершина овладения рациональным конспектированием. При этом умело используются все перечисленные способы, сочетая их в одном конспекте (один из видов конспекта свободно перетекает в другой в зависимости от конспектируемого текста, от желания и умения конспектирующего). Именно при комбинированном конспекте более всего проявляется уровень подготовки и индивидуальность студента.

### **Принципы составления конспекта прочитанного.**

1. Записать все выходные данные источника: автор, название, год и место издания. Если текст взят из периодического издания (газеты или журнала), то записать его название, год, месяц, номер, число, место издания.  
2. Выделить поля слева или справа, можно с обеих сторон. Слева на полях отмечаются страницы оригинала, структурные разделы статьи или книги (названия параграфов, подзаголовки и т. п.), формулируются основные проблемы. Справа – способы фиксации прочитанной информации.

Один из видов чтения – углубленное – предполагает глубокое усвоение прочитанного и часто сохранение информации в целях последующего обращения к ней. Эффективность такого чтения повышается, если прочитанное зафиксировано не только в памяти, но и на бумаге. Психологи утверждают, что записанное лучше и полнее усваивается, прочнее откладывается в памяти. Установлено, что если прочитать 1000 слов и затем записать 50, подытоживающих прочитанное, то коэффициент усвоения будет выше, чем, если прочитать 10000 слов, не записав ни одного. Кроме того, при записи прочитанного формируется навык свертывания информации. И,

наконец, чередование чтения и записывания уменьшает усталость, повышает работоспособность и производительность умственного труда.

#### *Резюмирование.*

Резюме – краткий итог прочитанного, содержащий его оценку. Резюме характеризует основные выводы книги, главные итоги.

Выбор языковых средств для построения резюме-выводов подчинен основной задаче свертывания информации: минимум языковых средств – максимум информации. Это обычно одно – три четких, кратких, выразительных предложения, раскрывающих, по мнению автора, самую суть описываемого объекта.

#### *2. Аннотация.*

Аннотация – краткая обобщенная характеристика печатной работы (книги, статьи), включающая иногда и его оценку. Это наикратчайшее изложение содержания первичного документа, дающее общее представление о теме.

Текст аннотации не стандартизирован. В научной литературе можно встретить различные требования к составлению аннотаций. Например, текст справочной аннотации может включать следующие сведения:

- тип и название аннотируемого документа (монография, диссертация, сборник, статья и т. п.)
- задачи, поставленные автором аннотируемого документа
- метод, которым пользовался автор (эксперимент, сравнительный анализ, компиляция других источников)
- структуру аннотируемого документа. Основное ее назначение – дать некоторое представление о книге (статье, научной работе) с тем, чтобы рекомендовать ее определенному кругу читателей или воспользоваться своими записями при выполнении работы исследовательского, реферативного характера. Поэтому аннотации не требуют изложения содержания произведения, в ней лишь перечисляются вопросы, которые освещены в первоисточнике (содержание этих вопросов не раскрывается). Аннотация отвечает на вопрос: «О чем говорится в первичном тексте?», дает представление только о главной теме и перечне вопросов, затрагиваемых в тексте первоисточника.
- предмет и тему произведения, основные положения и выводы автора
- характеристику вспомогательных иллюстративных материалов, дополнений, приложений, справочного аппарата, включая указатели и библиографию.

## **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.

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.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К СОСТАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ГЛОССАРИЯ ИЛИ СЛОВАРЯ**

Ещё одним видом самостоятельной работы является **составление психологического глоссария или словаря.**

Глоссарий – словарь, раскрывающий смысл используемых терминов (дескрипторов). Дескриптор – наиболее существенное понятие в виде слов или словосочетаний, обладающее семантической устойчивостью и контрастностью, основной носитель учебной информации в информационной модели обучения. Это может быть базовое понятие, умение, навык, порция учебного материала. Здесь необходимо отметить следующее. Изначально, глоссарий понимается как собрание глосс – непонятных слов и выражений. Такое понимание позволяет развести ведение глоссария и словаря, как сходных, но не однозначных видов учебных заданий. Например, глоссарий можно составлять по заранее заданным преподавателем, терминам и понятиям. Тогда ведение словаря, можно рассматривать как более свободное учебное задание, когда раскрываются, например, иные значения тех или иных терминов (термин «детерминизм» в различные периоды развития психологической науки).

Словарь (как и глоссарий) может иметь предметный, именной или смешанный характер.

*Предметный словарь* составляется студентом, по какой-либо выбранной самостоятельно или указанной преподавателем теме учебного курса. Например «Проблема конфликтов в образовательном процессе».

*Именной словарь* (или словарь персоналий) должен представлять собой указатель персоналий психологов, принадлежащих к тому или иному направлению в психологии, занимавшихся или занимающихся той или иной проблемой и т.д. Конкретный критерий даёт преподаватель при выдаче учебного задания.

*Словарь смешанного типа* может представлять собой именной указатель исследователей, занимавшихся проблемой и одновременно содержать список терминов, понятий и т.д., введенных ими в психологию (например, «Агрессивные формы взаимодействия в социуме», «Общее представление о группе в социальной психологии» и т.д.).

**Форма отчетности о результатах самостоятельной работы по дисциплине**

- написание контрольной работы;
- написание доклада.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЭКЗАМЕНУ**

Контроль и оценка знаний студентов является неотъемлемой составной частью учебно-воспитательного процесса в вузе. Экзаменационная сессия – самая ответственная пора в студенческой жизни: она является итогом большой работы студентов в семестре. Экзамен – это метод проверки знаний студентов по части или полному курсу учебной дисциплины, произведенный путем постановки устных или письменных вопросов. Он дает объективную официально фиксируемую оценку успехов студентов за определенный отрезок времени.

Экзамен преследует многогранную цель: во-первых, это – проверка знаний студента, во-вторых, они сами по себе являются важным звеном в

овладении наукой, в-третьих, это продолжение учебного процесса; наконец, он имеет большое значение как фактор стимулирования глубокого изучения предмета.

Подготовка к экзамену состоит из двух взаимосвязанных этапов. Первый – систематический труд на протяжении семестра, учебного года, охватывающий все формы учебного процесса: лекции, изучение и конспектирование рекомендованной литературы, активное участие в семинарских (практических) и лабораторных занятиях.

Второй – подготовка непосредственно перед экзаменом. Она позволяет студентам за сравнительно короткий отрезок времени охватить всю перспективу изученного и лучше понять основные закономерности и явления.

Ограниченность времени (3-4 дня) для непосредственной подготовки к экзамену по предмету требует от студентов спокойно, без нервной суеты и спешки еще раз внимательно продумать изученный в течение семестра материал, тщательно отработать вопросы, недостаточно изученные или плохо понятые с тем, чтобы по возможности устранить все пробелы в своих знаниях.

Готовиться надо по строго продуманному графику, последовательно переходя от темы к теме, не пропуская ни одну из них.

Сложные вопросы, недостаточно уясненные в процессе подготовки к экзамену, необходимо записать и получить на них разъяснения у преподавателей во время предэкзаменационных консультаций.

Следует заметить, что студенты, которые не ходят на консультации из-за отсутствия, по их мнению, сложных вопросов, поступают опрометчиво. На консультациях очень часто лектор не только отвечает на заданные вопросы, но и по собственной инициативе разъясняет наиболее трудные разделы курса.

Итак, основной задачей подготовки студентов к экзамену является систематизация знаний учебного материала, его творческое осмысливание. Важнейшим учебным пособием на этом этапе работы студента является собственный конспект прослушанных лекций и самостоятельно проработанных тем курса.

В соответствии с положением об экзаменах их, как правило, принимают преподаватели, читающие курс лекций.

Получив билет, студент должен хорошо продумать содержание поставленных вопросов. Значительное число неудачных ответов объясняется неясным пониманием поставленной проблемы. Правильное понимание вопроса обеспечит успех при ответе на него. При подготовке к ответу на билет нужно составить развернутый план по каждому вопросу.

Отвечая на вопросы экзаменационного билета, не следует спешить. Надо излагать материал спокойно, не торопясь, владеть собой, следить за построением фраз. Следует избегать подходов издали, общих рассуждений. Рекомендуется строить ответы четко, последовательно, конкретно, по

возможности исчерпывающе. Вместе с тем весьма желательно быстро и правильно иллюстрировать свой ответ примерами.

От экзаменуемого требуется: определение понятий, обоснование выдвинутых положений, свободное оперирование фактическим материалом, дать альтернативные подходы по отдельным проблемам. Логичность, стройность, литературная грамотность изложения являются неотъемлемыми чертами полноценного ответа. Нельзя при ответе допускать ни излишней краткости, переходящей в схематизм, ни многословия. И то, и другое не оправдано. Краткость не дает преподавателю возможности понять, владеет ли студент учебным материалом, а многословие может показать, что студент не умеет акцентировать внимание на главном и говорит слишком расплывчато.

### **Список литературы, рекомендуемый к использованию:**

#### **Основная литература:**

Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование : учеб. пособие для бакалавриата и специалитета / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 195 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). 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

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

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

#### **Интернет-ресурсы:**

<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