

**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**

«Введение в супервизию»

для студентов направления подготовки
Специальность 37.05.02 «Психология служебной деятельности»
Специализация «Психологическое обеспечение коммуникаций служебной
деятельности

Ставрополь, 2026

СОДЕРЖАНИЕ:

Введение

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| 1. Практическое занятие 1-2 | Тема 1. |
| 2. Практическое занятие 3-4 | Тема 2. |
| 3. Практическое занятие 5-6 | Тема 3. |
| 4. Практическое занятие 7-8 | Тема 4. |
| 5. Практическое занятие 9-10 | Тема 5. |
| 6. Практическое занятие 11-12 | Тема 6. |

Введение

Целью методических указаний по выполнению практических работ по дисциплине «Введение в супервизию» является формирование общей профессиональной компетентности магистра в области целостного представления о супервизии психологического консультирования и базовых его элементах как сферы практической деятельности психологов в различных организациях.

Задачи:

- формирование у магистрантов знаний теоретических основ супервизии;
- формирование у магистрантов умений исследовать и анализировать индивидуальную ситуацию профессионального развития супервизируемого психолога-консультанта, препятствия эффективности его взаимодействия с клиентом;
- развивать этическую чувствительность;
- формировать умение ориентироваться в научной литературе по проблематике супервизии психологического консультирования.

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

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК- 4 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	ИД-1 _{ПК-4} – определяет основные направления психологической помощи и поддержки, психологического сопровождения	Подбирает адекватные, надежные и валидные методы диагностики и оценки проблем клиента с учетом его возраста, пола, и социальной группы, в том числе в кризисных ситуациях и состояниях

особенностей человека	ИД-2 _{ПК-4} – разрабатывает программы психологического вмешательства с учетом нозологических и индивидуально-психологических характеристик	Составляет без ошибок и неточностей протоколы и отчеты по результатам мониторинга и психологической оценки кризисных ситуаций и состояний, составляет психодиагностическое заключение и рекомендации по его использованию в программах психологического консультирования и оказания психологической помощи
	ИД-3 _{ПК-4} – оказывает психологическую помощь и поддержку населению / отдельным лицам и социальным группам	Применяет без ошибок психологические технологии для сопровождения управленческих задач в организации, проведения организационного консультирования и оказания психологической помощи по вопросам сопровождения карьеры и повышения квалификации сотрудников, методы психосоциальной коррекции личности и конструирования социально-психологического тренинга.

Практическое занятие 1-2

ТЕМА 1. Определение супервизии. Задачи супервизии. Функции супервизии: образовательная поддерживающая, направляющая.

Цель: закрепление представлений студентов о супервизорской деятельности. Научить дифференцированно владеть понятийно-категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции и методы.

Формируемые компетенции или их части: ПК-3

Актуальность темы: супервизионная помощь в психологической практике, как профессиональная деятельность появилась сравнительно недавно и до сих пор находится на стадии развития. Однако степень ее влияния на специалистов и профессиональное сообщество стремительно увеличивается. Увеличивается количество людей, обращающихся за помощью к конфликтологу-консультанту. Проблематика, с которой обращаются люди, чрезвычайно разнообразна. Это проблемы отношений, партнерских.

Таким образом, востребованность и потенциальные возможности консультанта сегодня охватывают все сферы человеческой жизни и становятся практически неисчерпаемыми.

Вопросы для подготовки к собеседованию на лабораторные занятия:

- 1 Супервизия как помогающая профессия.
- 2 Соотношение понятий «психотерапия», «психокоррекция», «тренинг», «психоанализ», «супервизия».
- 3 Процесс проведения и организации супервизии.

Решение практических задач:

Задание 1 На консультацию пришли родители подростка. Сыну 16 лет. В интерпретации он ведет себя странно: стал нервным, скрытным. Часто у него «блестят глаза». Ухудшились успеваемость и поведение.

Вопросы к задаче:

1. Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей клиента.
2. По каким признакам родители могут определить, что их ребенок стал употреблять спиртное (другие психоактивные вещества)?
3. Определите основные этапы работы над проблемой.

Решение тестовых заданий:

Тест 1.

1 Супервизия-это....

- 1) научный метод исследования, не ограниченный простой регистрацией фактов, а научно объясняющий причины того или иного психологического явления;
- 2) один из методов теоретического и практического повышения квалификации специалистов в форме их профессионального консультирования и анализа целесообразности и качества используемых практических подходов, и методов;
- 3) психологический вербально-коммуникативный метод, заключающийся в ведении тематически направленного диалога между психологом и респондентом с целью получения сведений от последнего;
- 4) метод качественно-количественного анализа содержания документов с целью выявления или измерения различных фактов и тенденций, отраженных в этих документах.

2 Задачи супервизии:

- 1) профессиональное развитие консультанта;
- 2) профилактика профессионального выгорания;
- 3) развитие способности к координации деятельности по выявлению лиц, нуждающихся в социальной защите;
- 4) исследовать особенности культуры социальной жизни, благополучия, поведения в социальной сфере различных национально-этнических и половозрастных, а также социально-классовых групп.

3. Функции супервизии:

- 1) профилактическая; 2) образовательная; 3) поддерживающая; 4) контрольная.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, факультета, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Голубь, О. В. Супервизия и психологическая супервизия: в схемах, рисунках и таблицах Электронный ресурс / Голубь О. В., Болучевская В. В. - Волгоград : ВолгГМУ, 2019. - 104 с., экземпляров неограничено
2. Старшенбаум, Г. В. Психолог-консультант Электронный ресурс : Интерактивный учебник / Г. В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2016. - 105 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 2227-8397

Дополнительная:

1. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога : Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Старшенбаум Г. В.- Саратов : Вузовское образование, 2015. - 281 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
2. Старшенбаум, Г.В. Психотерапия в группе Электронный ресурс : практическое руководство / Г.В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2015. - 202 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
3. Балашова, С.В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии Электронный ресурс : учебное пособие / Г.И. Дереча / С.В. Балашова. - Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. - 234 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

Интернет-ресурсы:

<http://lib.rudn.ru/> - сайт библиотеки РУДН
www.biblioclub.ru - Университетская библиотека ONLINE
www.springerlink.com - SPRINGER. Книжные коллекции издательства
<http://elibrary.ru> - Полнотекстовая коллекция российских научных журналов
<http://grebennikon.ru> - Электронная библиотека Издательского дома "Гребенников".
www.swetswise.com - On-line доступ к иностранным журналам
www.alpinabook.ru - Актуальная деловая литература
<http://psyznaiyka.net/conf-stress.html?id=11> Психология от А до Я

Практическое занятие 3-4

Тема 2. Уровни супервизии: базовый уровень – супервизия как личностно-профессиональная поддержка; сертификационный уровень – супервизия как форма повышения квалификации.

Цель: закрепление представлений студентов о супервизорской деятельности. Научить дифференцированно владеть понятийно-категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции и методы.

Формируемые компетенции или их части: ПК-3

Актуальность темы: супервизионная помощь в психологической практике, как профессиональная деятельность появилась сравнительно недавно и до сих пор находится на стадии развития. Однако степень ее влияния на специалистов и профессиональное сообщество стремительно увеличивается. Увеличивается количество людей, обращающихся за помощью к конфликтологу-консультанту. Проблематика, с которой обращаются люди, чрезвычайно разнообразна. Это проблемы отношений, партнерских.

Таким образом, востребованность и потенциальные возможности консультанта сегодня охватывают все сферы человеческой жизни и становятся практически неисчерпаемыми.

Вопросы для подготовки к собеседованию на лабораторные занятия:

1. Задачи и функции супервизии.
2. Наставническая и направляющая супервизия.
3. Техники медитации и визуализации.
4. Консультирующая и обучающая супервизия.
5. Уровни супервизии: модель развития.

Решение практических задач:

Задание 2. В консультативный центр обратилась женщина с жалобами на дочь Таню 8 лет. По словам матери, Таня безответственна и безвольна. Мама полагала, что отсутствие

этих качеств может свидетельствовать о психической патологии, и просила обследовать девочку. Приходя из школы домой, Таня играла в игрушки и ела сладости, вместо того чтобы обедать и делать уроки. Затем, по маминому плану, Таня должна была идти гулять. Мама приходила с работы к 19 ч. Таня весь день находилась дома одна. Мама часто звонила ей с работы и пыталась контролировать, но безуспешно. Указания по телефону девочка не выполняла, одна дома не обедала и уроков не делала. Борясь с безволием и безответственностью, мама убрала на антресоли все ее игрушки, краски и цветные карандаши. Тогда Таня начала царапать клеенку на кухонном столе. Заподозрив у девочки психическое заболевание, мама обратилась за помощью. Сама мама закончила школу с золотой медалью. Она росла в большой семье в провинциальном городе, в доме всегда были люди. «Со мной никто не занимался, я все делала сама», - говорила она. Психологическое обследование Тани никакой патологии не выявило. Оказалось, что она обладает повышенным уровнем тревожности.

Вопросы:

- 1 В приведенном выше фрагменте консультативного приема найдите и выделите наиболее значимую для решения проблемы клиента информацию.
- 2 Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей клиента

Решение тестовых заданий:

Тест 2.

Типы супервизии:

- 1) коррекционная; 2) наставническая; 3) обучающая; 4) терапевтическая.

Варианты супервизии:

- 1) индивидуальная;
- 2) групповая;
- 3) внутриличностная;
- 4) коллегиальная.

Методические приемы супервизии:

- 1) наблюдение;
- 2) консультирование;
- 3) анализ;
- 4) рекомендации. правильный ответ

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, факультета, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;

- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Голубь, О. В. Супервизия и психологическая супервизия: в схемах, рисунках и таблицах Электронный ресурс / Голубь О. В., Болучевская В. В. - Волгоград : ВолгГМУ, 2019. - 104 с., экземпляров неограничено
2. Старшенбаум, Г. В. Психолог-консультант Электронный ресурс : Интерактивный учебник / Г. В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2016. - 105 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 2227-8397

Дополнительная:

1. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога : Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Старшенбаум Г. В.- Саратов : Вузовское образование, 2015. - 281 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
2. Старшенбаум, Г.В. Психотерапия в группе Электронный ресурс : практическое руководство / Г.В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2015. - 202 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
3. Балашова, С.В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии Электронный ресурс : учебное пособие / Г.И. Дереча / С.В. Балашова. - Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. - 234 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

Интернет-ресурсы:

1. <http://lib.rudn.ru/> - сайт библиотеки РУДН
2. www.biblioclub.ru - Университетская библиотека ONLINE
3. www.springerlink.com - SPRINGER. Книжные коллекции издательства
4. <http://elibrary.ru> - Полнотекстовая коллекция российских научных журналов
5. <http://grebennikon.ru> - Электронная библиотека Издательского дома "Гребенников".
6. www.swetswise.com - On-line доступ к иностранным журналам
7. www.alpinabook.ru - Актуальная деловая литература
8. <http://psyznaiyka.net/conf-stress.html?id=11> Психология от А до Я

Практическое занятие 5-6

ТЕМА 3. Формы супервизии: очная, заочная и очно-заочная.

Цель: закрепление представлений студентов о супервизорской деятельности. Научить дифференцированно владеть понятийно-категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции и методы.

Формируемые компетенции или их части: ПК-3

Актуальность темы: супервизионная помощь в психологической практике, как профессиональная деятельность появилась сравнительно недавно и до сих пор находится на стадии развития. Однако степень ее влияния на специалистов и профессиональное сообщество стремительно увеличивается. Увеличивается количество людей, обращающихся за помощью к конфликтологу-консультанту. Проблематика, с которой обращаются люди, чрезвычайно разнообразна. Это проблемы отношений, партнерских. Таким образом, востребованность и потенциальные возможности консультанта сегодня охватывают все сферы человеческой жизни и становятся практически неисчерпаемыми.

Вопросы для подготовки к собеседованию на лабораторные занятия:

1. Индивидуальная супервизия и ее особенности.
2. Особенности гештальт-подхода.
3. Трансактный анализ в группе.
4. Особенности символдрамы.
5. Понятие социодрамы.
6. Психодраматический подход.
7. Структура телесно-ориентированного подхода.

Решение практических задач:

Задание 3 «Мой муж умер в день 13-летия сына. После похорон сын стал очень замкнутым, хотя до этого он делился со мной своими мыслями и впечатлениями. Замкнутый и неразговорчивый он везде: и дома, и в школе, в окружении друзей. Такое впечатление, что он перестал даже интересоваться тем, что до этих трагических событий его увлекало. Что сделать, чтобы он стал таким, каким был?»

Вопросы:

1. В приведенном выше фрагменте консультативного приема найдите и выделите наиболее значимую для решения проблемы клиента информацию.
2. Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей клиента.
3. Определите основные этапы работы над проблемой.

Решение тестовых заданий:

Тест 3.

Подготовка к супервизии включает:

- 1) формирование супервизорского контракта;
- 2) фиксация фрагментов практической работы с клиентами;
- 3) конспектирование;
- 4) осуществление аудио, видеозаписей, стенограммы.

Методы очной супервизии:

- 1) анкетирования;
- 2) прямой мониторинг;
- 3) консультации по телефону в перерыве консультации;
- 4) с помощью телефона и наушников.

Какая форма очной супервизии возникла в системной семейной психотерапии?

- 1) временная (немедленная или отсроченная)
- 2) пространственная (внутри или снаружи комнаты)
- 3) личностная (с присутствием пациента) +

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, факультета, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

1. Голубь, О. В. Супервизия и психологическая супервизия: в схемах, рисунках и таблицах Электронный ресурс / Голубь О. В., Болучевская В. В. - Волгоград : ВолгГМУ, 2019. - 104 с., экземпляров неограничено
2. Старшенбаум, Г. В. Психолог-консультант Электронный ресурс : Интерактивный учебник / Г. В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2016. - 105 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 2227-8397

Дополнительная:

1. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога : Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Старшенбаум Г. В.- Саратов : Вузовское образование, 2015. - 281 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
2. Старшенбаум, Г.В. Психотерапия в группе Электронный ресурс : практическое руководство / Г.В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2015. - 202 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
3. Балашова, С.В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии Электронный ресурс : учебное пособие / Г.И. Дереча / С.В. Балашова. - Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. - 234 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

Интернет-ресурсы:

<http://lib.rudn.ru/> - сайт библиотеки РУДН

www.biblioclub.ru - Университетская библиотека ONLINE

www.springerlink.com - SPRINGER. Книжные коллекции издательства

<http://elibrary.ru> - Полнотекстовая коллекция российских научных журналов

<http://grebennikon.ru> - Электронная библиотека Издательского дома "Гребенников".

www.swetswise.com - On-line доступ к иностранным журналам

www.alpinabook.ru - Актуальная деловая литература

<http://psyznaiyka.net/conf-stress.html?id=11> Психология от А до Я

Практическое занятие 7-8

ТЕМА 4. Процесс супервизии. Структура супервизорской сессии. Формирование контракта. Границы супервизии и личной терапии.

Цель: закрепление представлений студентов о супервизорской деятельности. Научить дифференцированно владеть понятийно-категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции и методы.

Формируемые компетенции или их части: ПК-3

Актуальность темы: супервизорская помощь в психологической практике, как профессиональная деятельность появилась сравнительно недавно и до сих пор находится на стадии развития. Однако степень ее влияния на специалистов и профессиональное сообщество стремительно увеличивается. Увеличивается количество людей, обращающихся за помощью к конфликтологу-консультанту. Проблематика, с которой обращаются люди, чрезвычайно разнообразна. Это проблемы отношений, партнерских. Таким образом, востребованность и потенциальные возможности консультанта сегодня охватывают все сферы человеческой жизни и становятся практически неисчерпаемыми.

Вопросы для подготовки к собеседованию на лабораторные занятия:

1. Диагностика в психологической супервизии.
2. Выгорание и посттравматический стресс.
3. Метафоры, притчи, и ритуалы в психологической супервизии.
4. Сопротивление и психологическая защита в супервизии.
5. Механизмы вытеснения и отрицания.
6. Механизмы формирования реакции, перемещения и обратное чувство.
7. Механизмы подавления, аскетизма, регрессии, сублимации.

Решение практических задач:

Задание 4 Клиентка М., 30 лет. Успешный юрист, живет в Москве в однокомнатной квартире с младшей сестрой (20 лет), которая учится на модельера и у которой всё хорошо с личной жизнью. Про отношения с сестрой говорит, что живут в мире и согласии. Когда речь заходит о родителях – переключает тему, затем на последующую встречу не приходит, говоря, что приболела, либо появились какие-то дела. На следующих сессиях всё продолжается точно так же. Всего было 5 встреч (на двух из которых клиентка не была). Приходит с запросом, что не удастся завести нормальные отношения с молодыми людьми, создать семью. «А ведь пора уже, ведь давно уже не девочка», - говорит клиентка. На сессиях рассказывает про прошлые разнообразные по характеру и длительности, но итог у всех один – ничего не выходит, замуж не зовут.

Вопросы:

1. Сформулируйте скрытый запрос клиентки;
2. Опишите план дальнейшей работы и вопросы для прояснения информации о клиентке;
3. Сформулируйте гипотезы формирования проблемы и обозначьте мишени для работы

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, факультета, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

3. Голубь, О. В. Супервизия и психологическая супервизия: в схемах, рисунках и таблицах Электронный ресурс / Голубь О. В., Болучевская В. В. - Волгоград : ВолгГМУ, 2019. - 104 с., экземпляров неограничено
4. Старшенбаум, Г. В. Психолог-консультант Электронный ресурс : Интерактивный учебник / Г. В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2016. - 105 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 2227-8397

Дополнительная:

1. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога : Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Старшенбаум Г. В.- Саратов : Вузовское образование, 2015. - 281 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
2. Старшенбаум, Г.В. Психотерапия в группе Электронный ресурс : практическое руководство / Г.В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2015. - 202 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
3. Балашова, С.В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии Электронный ресурс : учебное пособие / Г.И. Дереча / С.В. Балашова. - Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. - 234 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

Интернет-ресурсы:

<http://lib.rudn.ru/> - сайт библиотеки РУДН
www.biblioclub.ru - Университетская библиотека ONLINE
www.springerlink.com - SPRINGER. Книжные коллекции издательства
<http://elibrary.ru> - Полнотекстовая коллекция российских научных журналов
<http://grebennikon.ru> - Электронная библиотека Издательского дома "Гребенников".
www.swetswise.com - On-line доступ к иностранным журналам
www.alpinabook.ru - Актуальная деловая литература
<http://psyznaiyka.net/conf-stress.html?id=11> Психология от А до Я

Практическое занятие 9-10

ТЕМА 5. Модели супервизии.

Цель: закрепление представлений студентов о супервизорской деятельности. Научить дифференцированно владеть понятийно-категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции и методы.

Формируемые компетенции или их части: ПК-3

Актуальность темы: супервизионная помощь в психологической практике, как профессиональная деятельность появилась сравнительно недавно и до сих пор находится на стадии развития. Однако степень ее влияния на специалистов и профессиональное сообщество стремительно увеличивается. Увеличивается количество людей, обращающихся за помощью к конфликтологу-консультанту. Проблематика, с которой обращаются люди, чрезвычайно разнообразна. Это проблемы отношений, партнерских. Таким образом, востребованность и потенциальные возможности консультанта сегодня охватывают все сферы человеческой жизни и становятся практически неисчерпаемыми.

Вопросы для подготовки к собеседованию на лабораторные занятия:

1. Психотерапевтический контракт.
2. Неконструктивные формы запроса.
3. Конструктивные формы запроса.
4. Общие положения «Кодекса этики и практики Британской Ассоциации
5. консультантов».
6. Схемы супервизии, навыки супервизорской интервенции.
7. Методика групповой работы в НЛП.

Решение практических задач:

Задача 5 Определите тип транзакции (используя понятия транзакций, позиций Ребенок, Взрослый, Родитель).

Супервизор: «Давайте попытаемся разобраться с последствиями Вашего поступка для Вас и Ваших близких».

Супервизируемый: «Ну, вот, давайте еще пристыдите меня, Вы что, сами в таких ситуациях не бывали?».

Ответ: транзакционный стимул «Взрослый-Взрослый», транзактная реакция «Ребенок-Родитель», пересекающаяся транзакция.

Решение тестовых заданий:

Тест 4.

Модели супервизии:

- 1) эволюционная;
- 2) антропологическая;
- 3) специфичной ориентации;
- 4) организационно-содержательная.

Факторы, влияющие на супервизорские отношения:

- 1) статические;
- 2) динамические;
- 3) макрофакторы;
- 4) микрофакторы.

Эффективные супервизорские стили:

- 1) ориентированный на решение проблемы;
- 2) межличностно-сензитивный;
- 3) аморфный;
- 4) терапевтический. правильный ответ

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, факультета, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

5. Голубь, О. В. Супервизия и психологическая супервизия: в схемах, рисунках и таблицах Электронный ресурс / Голубь О. В., Болучевская В. В. - Волгоград : ВолгГМУ, 2019. - 104 с., экземпляров неограничено
6. Старшенбаум, Г. В. Психолог-консультант Электронный ресурс : Интерактивный учебник / Г. В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2016. - 105 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 2227-8397

Дополнительная:

1. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога : Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Старшенбаум Г. В.- Саратов : Вузовское образование, 2015. - 281 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
2. Старшенбаум, Г.В. Психотерапия в группе Электронный ресурс : практическое руководство / Г.В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2015. - 202 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
3. Балашова, С.В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии Электронный ресурс : учебное пособие / Г.И. Дереча / С.В. Балашова. - Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. - 234 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

Интернет-ресурсы:

<http://lib.rudn.ru/> - сайт библиотеки РУДН

www.biblioclub.ru - Университетская библиотека ONLINE

www.springerlink.com - SPRINGER. Книжные коллекции издательства

<http://elibrary.ru> - Полнотекстовая коллекция российских научных журналов

<http://grebennikov.ru> - Электронная библиотека Издательского дома "Гребенников".

www.swetswise.com - On-line доступ к иностранным журналам

www.alpinabook.ru - Актуальная деловая литература

<http://psyznaiyka.net/conf-stress.html?id=11> Психология от А до Я

Практическое занятие 11-12

ТЕМА 6. Групповая супервизия. Баллинтовские группы..

Цель: закрепление представлений студентов о супервизорской деятельности. Научить дифференцированно владеть понятийно-категориальным аппаратом и умению критически анализировать существующие концепции и методы.

Формируемые компетенции или их части: ПК-3

Актуальность темы: супервизионная помощь в психологической практике, как профессиональная деятельность появилась сравнительно недавно и до сих пор находится на стадии развития. Однако степень ее влияния на специалистов и профессиональное сообщество стремительно увеличивается. Увеличивается количество людей, обращающихся за помощью к конфликтологу-консультанту. Проблематика, с которой обращаются люди, чрезвычайно разнообразна. Это проблемы отношений, партнерских. Таким образом, востребованность и потенциальные возможности консультанта сегодня охватывают все сферы человеческой жизни и становятся практически неисчерпаемыми.

Вопросы для подготовки к собеседованию на лабораторные занятия:

1. Групповая супервизия.
2. Баллинтовская группа и технология ее работы.
3. Символодрама и социодрама и методы ее действия.
4. Командная супервизия и эквиваленты супервизии.
5. Профессиональное выгорание и методы его профилактики.
6. Основные этапы и факторы психодинамического воздействия.
7. Этапы построения содержательной работы в групповой супервизии.
8. Методика психодинамической оценки.

Решение практических задач:

Задача 6. Каким образом необходимо организовать пространство аудитории, в которой предстоит работать супервизору с группой?



Ответ: 2.

Решение тестовых заданий:

Тест 5.

Что находится в фокусе основного внимания классической баллинтовской группы?

- 1) технические детали лечебного процесса
- 2) взаимоотношения «врач—больной»
- 3) личностные особенности данного специалиста
- 4) арсенал методов, приемов и техник, которыми владеет специалист

Какое понятие отражает концептуальную и методологическую базу супервизора, его подходы к практике психотерапии в русле избранного им направления или школы?

- 1) форма супервизии
- 2) модель супервизии
- 3) концепция супервизии
- 4) система супервизии

Термин супервизор происходит от латинских корней и означает:

- 1) «смотреть поверх»
- 2) «зреть в корень»
- 3) «видеть главное»

4) «понимать суть»

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, факультета, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Список литературы, рекомендуемый к использованию по данной теме:

Основная литература:

7. Голубь, О. В. Супервизия и психологическая супервизия: в схемах, рисунках и таблицах Электронный ресурс / Голубь О. В., Болучевская В. В. - Волгоград : ВолгГМУ, 2019. - 104 с., экземпляров неограничено
8. Старшенбаум, Г. В. Психолог-консультант Электронный ресурс : Интерактивный учебник / Г. В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2016. - 105 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 2227-8397

Дополнительная:

1. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога : Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Старшенбаум Г. В.- Саратов : Вузовское образование, 2015. - 281 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
2. Старшенбаум, Г.В. Психотерапия в группе Электронный ресурс : практическое руководство / Г.В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2015. - 202 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks
3. Балашова, С.В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии Электронный ресурс : учебное пособие / Г.И. Дереча / С.В. Балашова. - Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. - 234 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

Интернет-ресурсы:

<http://lib.rudn.ru/> - сайт библиотеки РУДН
www.biblioclub.ru - Университетская библиотека ONLINE
www.springerlink.com - SPRINGER. Книжные коллекции издательства
<http://elibrary.ru> - Полнотекстовая коллекция российских научных журналов
<http://grebennikon.ru> - Электронная библиотека Издательского дома "Гребенников".
www.swetswise.com - On-line доступ к иностранным журналам
www.alpinabook.ru - Актуальная деловая литература
<http://psyznaiyka.net/conf-stress.html?id=11> Психология от А до Я

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

**Методические указания
для обучающихся
по организации и проведению
самостоятельной работы
по дисциплине**

«ВВЕДЕНИЕ В СУПЕРВИЗИЮ»

для студентов направления подготовки
Направление подготовки 37.05.02 «Психология служебной деятельности»
Специальность «Психологическое обеспечение коммуникаций служебной
деятельности

Ставрополь, 2026 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА.....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ.....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСПЕКТИРОВАНИЮ ПЕРВОИСТОЧНИКОВ.....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ.....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К СОСТАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ГЛОССАРИЯ ИЛИ СЛОВАРЯ.....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЭКЗАМЕНУ.....	
СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	

Введение

Современные стандарты подготовки специалистов предусматривают значительный объем внеаудиторной научной работы студентов. Освоение программы курса предполагает получение как теоретических знаний по проблемам развития группы и личности в группе, так и формирование навыков практической работы. Поэтому самостоятельная работа в рамках курса ориентирована как на теоретический, так и на практический аспект.

Самостоятельная работа обучающихся имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, подготовку к предстоящим занятиям по дисциплине, а также формирование навыков умственного труда и самостоятельности в поиске и приобретении новых знаний. Во время самостоятельной подготовки студенты знакомятся с рекомендованной литературой, конспектируют источники, дополняют конспект лекций, решают ситуационные задачи и отвечают на контрольные вопросы, готовят доклады, стимульный материал и демонстрационный материал для работы на практических занятиях.

В часы самостоятельной работы проводятся консультации со студентами с целью оказания им помощи в изучении тем учебного курса. Консультации носят групповой и индивидуальный характер. Периодически проводится контроль правильности организации самостоятельной подготовки.

Курс «Супервизия в психологическом консультировании» предполагает внеаудиторный и аудиторный виды работ. Аудиторные занятия предполагают лекционные и практические формы занятий. Лекционные занятия информируют студентов о достижениях науки, об основных положениях курса, раскрывают особенности каждой конкретной темы или знакомят с отдельными проблемами, решенной в науке или решаемой сейчас. Практические занятия предполагают обсуждение различных проблем и положений, уяснение методов исследования в психологии. С целью формирования у студентов способностей интерпретационного понимания материала в учебный курс включены темы докладов, задания, требующие самостоятельного поиска освещенных проблем. Кроме того, индивидуальная работа включает самостоятельную, углублённую разработку отдельных тем по курсу.

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

Внеаудиторная работа предполагает подготовку студента к практическим (семинарским) занятиям по предложенному ниже плану и вопросам, работа с первоисточниками, с последующим их конспектированием, составление терминологического словаря, а также

проработку материала, полностью вынесенного на самостоятельную работу студента.

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 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.

Экономии 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 составлению конспекта, аннотации, написанию реферата. <http://pandia.ru/text/78/346/1343.php>].

Конспекты статей:

- 1 Добров В.В. Консультативная работа: опыт и проблемы // Конструктивная психология. Опыт и перспективы / Под ред. Б.И. Хасана. - Красноярск, 2010.
- 2 Зюзько М.В. Психологические консультации для начинающего учителя. - М., 2015.
- 3 Капустин С.А. Границы возможностей психологического консультирования // Вопросы психологии. - 2012. - № 5. - С. 50-56.
- 4 Копьев А.Ф. Диалогический подход в консультировании и вопросы психологической клиники // Московский психотерапевтический журнал. - 2012. - № 1. - С. 33-48.
- 5 Копьев А.Ф. К методологии краткосрочного психологического консультирования // Вопросы психологии. - 2011. - №4.

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 практических 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. Рекомендуются 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.

Рекомендуемая литература

Основная

Голубь, О. В. Супервизия и психологическая супервизия: в схемах, рисунках и таблицах Электронный ресурс / Голубь О. В., Болучевская В. В. - Волгоград : ВолгГМУ, 2019. - 104 с., экземпляров неограничено

Старшенбаум, Г. В. Психолог-консультант Электронный ресурс : Интерактивный учебник / Г. В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2016. - 105 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 2227-8397

Дополнительная:

1. Старшенбаум, Г. В. Тренинг навыков практического психолога : Интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Старшенбаум Г. В. - Саратов : Вузовское образование, 2015. - 281 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

2. Старшенбаум, Г. В. Психотерапия в группе Электронный ресурс : практическое руководство / Г. В. Старшенбаум. - Саратов : Вузовское образование, 2015. - 202 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

3. Балашова, С. В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии Электронный ресурс : учебное пособие / Г. И. Дереча / С. В. Балашова. - Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. - 234 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

Интернет-ресурсы:

1. <http://lib.rudn.ru/> - сайт библиотеки РУДН
2. www.biblioclub.ru - Университетская библиотека ONLINE
3. www.springerlink.com - SPRINGER. Книжные коллекции издательства

4. <http://elibrary.ru> - Полнотекстовая коллекция российских научных журналов
5. <http://grebennikon.ru> - Электронная библиотека Издательского дома "Гребенников".
6. www.swetswise.com - On-line доступ к иностранным журналам
7. www.alpinabook.ru - Актуальная деловая литература
8. <http://psyznaiyka.net/conf-stress.html?id=11> Психология от А до Я

Программное обеспечение: ABBYY FineReader, Справочная правовая система (СПС) Консультант Плюс.

Материально-техническое обеспечение: проектор, интерактивная доска; ноутбук с возможностью доступа в электронную информационно-образовательную среду университета компьютерная психодиагностическая база (Ко-терапевтическая компьют.система "Келли-98); планшетный компьютер с выходом в Интернет.