

**Приложение 1 к РПД Психологическое консультирование
(с практикумом)
37.03.01 Психология,
направленность (профиль)
Практическая психология
Форма обучения – заочная
Год набора - 2020**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.	Кафедра	психологии
2.	Направление подготовки	37.03.01 Психология
3.	Направленность (профиль)	Практическая психология»
4.	Дисциплина (модуль)	Б1.Б.36 Психологическое консультирование
5.	Форма обучения	заочная
6.	Год набора	2020

I. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных и практических занятий

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой, умение создавать тексты. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях, изучения рекомендованной литературы, выполнения контрольных письменных заданий.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

Основными видами аудиторной работы студентов являются лекции и практические занятия.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

Практическое занятие предполагает свободный обмен мнениями по избранной тематике. Он начинается со вступительного слова преподавателя, формулирующего цель занятия и характеризующего его основную проблематику. Затем, как правило, заслушиваются сообщения студентов. Обсуждение сообщения совмещается с рассмотрением намеченных вопросов. Сообщения, предполагающие анализ публикаций по отдельным вопросам практического занятия, заслушиваются обычно в середине занятия. Поощряется выдвижение и обсуждение альтернативных мнений. В заключительном слове преподаватель подводит итоги обсуждения и объявляет оценки выступавшим студентам. В целях контроля подготовленности студентов и привития им навыков краткого письменного изложения своих мыслей преподаватель в ходе практического занятия может осуществлять текущий контроль знаний в виде тестовых заданий.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с

преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

В ходе самостоятельного изучения дисциплины методические рекомендации позволяют студентам получить комплексное всестороннее представление о предмете, ознакомиться с основами терминологической, теоретической и практической стороны педагогической психологии. В методических рекомендациях представлен комплекс материалов для самостоятельного овладения учащимся всей программой дисциплины.

Активная работа на лекциях - одно из решающих условий качественного обучения студентов. Активное слушание лекций должно приобрести характер поиска ответов на поставленные преподавателем вопросы. Правильно их понять можно лишь при условии предельной мобилизации внимания к излагаемому материалу, последовательного усвоения материала, умения записывать основные положения, категории, обобщения, выводы, собственные мысли, замечания, вопросы. Общие и утвердившиеся в практике правила и приемы конспектирования лекций:

- конспектирование лекций ведется в специально отведенной для этого тетради, каждый лист которой должен иметь поля (4 - 5 см) для дополнительных записей;
- необходимо записывать тему и план лекции, рекомендуемую литературу к теме. Записи разделов лекции должны иметь заголовки, подзаголовки, красные строки. Для выделения разделов, выводов, определений, основных идей можно использовать цветные карандаши и фломастеры;
- названные в лекции ссылки на первоисточники надо пометить на полях, чтобы при самостоятельной работе найти и вписать их;
- в конспекте дословно записываются определения психологических понятий, законов, остальное должно быть записано своими словами;
- каждому студенту необходимо выработать и использовать допустимые сокращения наиболее распространенных терминов и понятий (например: Д – дети, Р – развитие; П - психика и т.п.).

Все используемые сокращения нужно хорошо знать, для того чтобы в них правильно ориентироваться. Для того чтобы в них не путаться, можно сокращения выписать на последнем листе тетради.

В конспект следует заносить все то, что преподаватель диктует, пишет на доске (демонстрирует с применением средств наглядности), а также рекомендуемые схемы, таблицы, диаграммы и т.д. Надо иметь в виду, что изучение и отработка прослушанных лекций без промедления значительно экономит время и способствует лучшему усвоению материала.

В конце каждой темы выделены основные термины и понятия, предлагаются вопросы и задания для самопроверки с целью организации самоконтроля, темы рефератов и/или курсовых работ, а также список основной литературы.

Учебный текст сопровождается информационно-справочным материалом учебного назначения. По каждой теме в учебно-методическом комплексе предусмотрены хрестоматийные материалы. При подборе хрестоматийных материалов ставилась задача представить содержание современной педагогической психологии. Такой подход дает объективный критерий оценки практической значимости большинства теоретических работ. В соответствии с развиваемыми в публикуемых материалах идеями, была осуществлена попытка предоставить максимально широкую ориентировку для воссоздания логической структуры изучаемой дисциплины, ее проблем и достижений. Предпочтение отдано тому минимуму публикаций, без которого невозможно обеспечить достаточно высокий уровень проблемности учебного материала и активности при его усвоении. Для более качественного овладения учебным материалом приводится понятийно-терминологический словарь, включающий как общенаучные, так и специально-научные понятия.

Самостоятельная работа студентов - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по зада-

нию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Самостоятельная работа является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения. Обучение студентов МАГУ включает в себя две, практически одинаковые по объему и взаимовлиянию части – процесса обучения и процесса самообучения. Поэтому СРС должна стать эффективной и целенаправленной работой студента. Основные способы самостоятельной работы по изучению дисциплины являются:

- изучение и конспектирование первоисточников - произведений классиков психологической науки;
- чтение учебников, учебно-методических пособий, научных статей, монографий и другой учебной литературы;
- регулярное чтение журналов, газет, просмотр и прослушивание теле- и радиопередач;
- работа над конспектами лекций, их дополнение материалом из учебников (учебных пособий);
- подготовка докладов, научных сообщений и выступление с ними на практических занятиях, научных (научно-практических) конференциях;
- подготовка и написание рефератов по темам изучаемой дисциплины;
- решение задач, выполнение заданий, рекомендованных (заданных) преподавателем;
- формулировка развернутых ответов на вопросы для подготовки к практическим занятиям;
- подготовка и выполнение контрольной работы (для студентов заочной формы обучения);
- подготовка к зачету \ экзамену.

В образовательном процессе студентов МАГУ выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторная, под руководством преподавателя, и внеаудиторная. Тесная взаимосвязь этих видов работ предусматривает дифференциацию и эффективность результатов ее выполнения и зависит от организации, содержания, логики учебного процесса (межпредметных связей, перспективных знаний и др.):

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию. Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Основными видами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- 1) формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- 2) написание рефератов;
- 3) подготовка к семинарам и практическим занятиям;
- 4) составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- 5) выполнение микроисследований;
- 6) подготовка практических разработок;
- 7) компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Практические занятия проводятся под руководством преподавателя. Чтобы хорошо подготовиться к практическому занятию, студенту необходимо:

- уяснить вопросы и задания, рекомендуемые для подготовки к практическому занятию;

- ознакомиться с методическими указаниями, которые представлены в каждом плане практического занятия;
- прочитать конспект лекций и соответствующие главы учебника (учебного пособия), дополнить запись лекций выписками из него;
- изучить и законспектировать рекомендованные преподавателем произведения классиков психологической науки;
- прочитать дополнительную литературу, рекомендованную преподавателем.

На студента обрушивается громадный объем информации, которую необходимо усвоить. Нужный материал содержится не только в лекциях (запомнить его – это только малая часть задачи), но и в учебниках, книгах, статьях. Порой возникает необходимость привлекать информационные ресурсы Интернет.

Система обучения студентов МАГУ подразумевает значительно большую самостоятельность студентов в планировании и организации своей деятельности.

Рекомендации по использованию материалов

В психолого-педагогической литературе, обсуждающей проблемы профессиональной деятельности консультанта, выделяются следующие компоненты готовности к оказанию такого вида помощи, как психологическое консультирование: теоретический, практический и личностный.

Теоретический компонент предполагает знание об основных теориях, моделях, типах личности применительно к ситуации психологического консультирования; знания о процессах психологического консультирования, его содержании, направлениях и формах.

Практический компонент подготовки заключается в овладении конкретными методами и техниками консультирования, что позволяет избежать как непрофессионализма, так и профессиональной деформации личности.

Личностная готовность подразумевает психологическую проработанность у консультанта собственных проблем, личностную рефлексивность.

Материалы предложенной РПД помогут осуществить целостную, многомерную подготовку студентов к консультативной деятельности.

Освоение студентами материала курса «Психологическое консультирование (с практикумом)» выстраивается по следующей схеме:

- прослушивание лекций, которые позволяют осознать научное содержание основных понятий темы, их существенные взаимосвязи и взаимоотношения, соподчиненность; конспектирование лекций;
- самостоятельная работа с учебно-справочной литературой: чтение, комментирование;
- самостоятельная работа с научной литературой: чтение, конспектирование, анализ;
- подготовка и участие в семинарах-дискуссиях;
- «проживание» опыта консультанта на лабораторных занятиях;
- выполнение промежуточных тестов, написание рефератов;
- самостоятельное совершенствование навыков консультирования с помощью заданий «Практикума»
- подготовка к зачетам.

Работа с литературой. При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги.

Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой – это всегда большая экономия времени и сил. Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу.

Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том

числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода). При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа.

Особое внимание следует обратить на определение основных понятий дисциплины. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем.

Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались.

Различают два вида чтения: первичное и вторичное. Первичное - это внимательное, неторопливое чтение, при котором можно остановиться на трудных местах. После него не должно остаться ни одного непонятого слова. Содержание не всегда может быть понятно после первичного чтения.

Задача вторичного чтения - полное усвоение смысла целого (по счету это чтение может быть и не вторым, а третьим или четвертым).

Правила самостоятельной работы с литературой. Самостоятельная работа с учебниками и книгами (а также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания. Основные советы здесь можно свести к следующим:

1. При составлении перечней литературы следует посоветоваться с преподавателями и научными руководителями (или даже с более подготовленными и эрудированными сокурсниками), которые помогут Вам лучше сориентироваться, на что стоит обратить большее внимание, а на что вообще не стоит тратить время...
2. Естественно, все прочитанные книги, учебники и статьи следует конспектировать, но это не означает, что надо конспектировать «все подряд»: можно выписывать кратко основные идеи автора и иногда приводить наиболее яркие и показательные цитаты (с указанием страниц).
3. Есть еще один эффективный способ оптимизировать знакомство с научной литературой – следует увлечься какой-то идеей и все книги просматривать с точки зрения данной идеи. В этом случае студент (или молодой ученый) будет как бы искать аргументы «за» или «против» интересующей его идеи, и одновременно он будет как бы общаться с авторами этих книг по поводу своих идей и размышлений... Проблема лишь в том, как найти «свою» идею...
4. Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того, насколько осознанно читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Выделяют четыре основные установки в чтении научного текста:

- информационно-поисковый (задача – найти, выделить искомую информацию)
- усваивающая (усилия читателя направлены на то, чтобы как можно полнее осознать и запомнить как сами сведения излагаемые автором, так и всю логику его рассуждений)
- аналитико-критическая (читатель стремится критически осмыслить материал, проанализировав его, определив свое отношение к нему)
- творческая (создает у читателя готовность в том или ином виде – как отправной пункт для своих рассуждений, как образ для действия по аналогии и т.п. – использовать суждения автора, ход его мыслей, результат наблюдения, разработанную методику, дополнить их, подвергнуть новой проверке).

С наличием различных установок обращения к научному тексту связано существование

и нескольких видов чтения:

- библиографическое – просматривание карточек каталога, рекомендательных списков, сводных списков журналов и статей за год и т.п.;
- просмотрное – используется для поиска материалов, содержащих нужную информацию, обычно к нему прибегают сразу после работы со списками литературы и каталогами, в результате такого просмотра читатель устанавливает, какие из источников будут использованы в дальнейшей работе;
- ознакомительное – подразумевает сплошное, достаточно подробное прочтение отобранных статей, глав, отдельных страниц, цель – познакомиться с характером информации, узнать, какие вопросы вынесены автором на рассмотрение, провести сортировку материала;
- изучающее – предполагает доскональное освоение материала; в ходе такого чтения проявляется доверие читателя к автору, готовность принять изложенную информацию, реализуется установка на предельно полное понимание материала;
- аналитико-критическое и творческое чтение – два вида чтения близкие между собой тем, что участвуют в решении исследовательских задач. Первый из них предполагает направленный критический анализ, как самой информации, так и способов ее получения и подачи автором; второе – поиск тех суждений, фактов, по которым или в связи с которыми, читатель считает нужным высказать собственные мысли.

Из всех рассмотренных видов чтения основным для студентов является изучающее – именно оно позволяет в работе с учебной литературой накапливать знания в различных областях. Вот почему именно этот вид чтения в рамках учебной деятельности должен быть освоен в первую очередь. Кроме того, при овладении данным видом чтения формируются основные приемы, повышающие эффективность работы с научным текстом.

Основные виды систематизированной записи прочитанного:

1. Аннотирование – предельно краткое связное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения.
2. Планирование – краткая логическая организация текста, раскрывающая содержание и структуру изучаемого материала.
3. Тезирование – лаконичное воспроизведение основных утверждений автора без привлечения фактического материала.
4. Цитирование – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора.
5. Конспектирование – краткое и последовательное изложение содержания прочитанного.

Конспект – сложный способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи. Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

Методические рекомендации по составлению конспекта:

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;
2. Выделите главное, составьте план;
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение

навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Наиболее интересные мысли следует выписать;

- сформулировать и записать развернутые ответы на вопросы для подготовки к практическому занятию;
- решить задачи и тестовые задания, содержащиеся в настоящем пособии.

Особенностью изучения дисциплины является последовательность изучения и усвоения учебного материала. Нельзя переходить к изучению нового, не усвоив предыдущего, так как понимание и знание последующего в курсе базируется на глубоком знании предыдущих тем. Особое внимание должно быть обращено на усвоение содержания категорий дисциплины. Студентам целесообразно завести специальный словарь для записи содержания основных понятий.

Важной формой обучения, а также этапом подготовки к практическим занятиям является самопроверка знаний. В ходе самопроверки студент должен ответить на вопросы, рекомендованные для подготовки к практическому занятию, а также составить план-конспект развернутых ответов. Это поможет глубже усвоить пройденный материал и прочно закрепить его в памяти. Вопросы, указанные в плане практического занятия, являются наиболее существенными. Если при самопроверке окажется, что ответы на некоторые вопросы неясны, то надо вновь обратиться к первоисточникам, учебнику (учебному пособию) и восполнить пробел.

На практическом занятии студентам очень важно внимательно слушать выступающих товарищей, записывать новые мысли и факты, замечать неточности или неясные положения в выступлениях, активно стремиться к развертыванию дискуссии, к обмену мнениями. Надо также внимательно слушать разбор выступлений преподавателем, особенно его заключение по занятию, стремясь уловить тот новый, дополнительный материал, который использует преподаватель в качестве доказательства тех или иных идей.

На практическом занятии дисциплины разрешается пользоваться конспектом первоисточников и планом-конспектом, составленным по вопросам плана для подготовки к практическому занятию. В ответе студента на практическом занятии должны быть отражены следующие моменты:

- анализ взглядов по рассматриваемой проблеме дисциплины;
- изложение сути вопроса, раскрытие проблемы, аргументация высказываемых положений на основе фактического материала;
- связь рассматриваемой проблемы с современностью, значимость ее для жизни и будущей деятельности;
- вывод, вытекающий из рассмотрения вопроса (проблемы).

Лучшим выступлением считается то, в котором студент в течение до 4-6 минут свободно и логично по памяти излагает изученный материал, используя для доказательства наглядные пособия, структурно-логические схемы, классную доску.

Студентам, выступающим на практическом занятии с 10 – 15 минутным докладом (научным сообщением), целесообразно написать его текст. При выступлении следует стремиться излагать содержание доклада своими словами (избегая безотрывного чтения текста), поддерживать контакт с аудиторией, ставить перед ней проблемные вопросы, использовать технические средства обучения.

Самопроверка. После изучения определенной темы по записям в конспекте и учебнику, а также решения соответствующих задач на практических занятиях и самостоятельно студенту рекомендуется, используя лист опорных сигналов, воспроизвести по памяти определения, выводы формул, формулировки основных положений и доказательств.

В случае необходимости нужно еще раз внимательно разобраться в материале. Иногда недостаточность усвоения того или иного вопроса выясняется только при изучении дальнейшего материала. В этом случае надо вернуться назад и повторить плохо усвоенный материал. Важный критерий усвоения теоретического материала - умение решать задачи или пройти тестирование по пройденному материалу. Однако следует помнить, что правильное решение задачи может получиться в результате применения механически заученных формул без понима-

ния сущности теоретических положений.

Основные требования к подготовке и оформлению рефератов

В структурном отношении требования и к реферату предполагают наличие следующих составляющих: титульный лист (где указываются тема работы, ФИО студента, курс и группа, ФИО преподавателя, ведущего курс по рассматриваемой теме); план, отражающий основное содержание работы; введение, в котором подчеркивается актуальность рассматриваемой проблемы, ее обоснование; одна или две теоретические главы; заключение в виде подведения общих итогов; библиографического списка. Реферативная работа носит теоретический характер. Поэтому содержание такого рода работ предполагает краткий исторический обзор подходов к рассмотрению проблемы, современные тенденции. Необходимо представить основные понятия и термины, которые отражают суть предлагаемой темы. Причем такое представление желательно делать по дедуктивному способу, где границы общего и частного может определять сам студент. Например, при рассмотрении определенного вида такого или иного познавательного процесса (к примеру, произвольного внимания, логической памяти или наглядно-действенного мышления), необходимо охарактеризовать этот психический процесс в целом (внимание, память, мышление) и только после этого обращаться к его видам и конкретно к предлагаемому к рассмотрению виду.

Объем работы может варьироваться от 7 до 15 страниц в зависимости от требований преподавателя, ведущего руководство над этими видами деятельности студентов. Введение и заключение к работе не должно превышать 2 страниц соответственно. Библиографический список предполагает рассмотрение 5-7 источников.

Методические рекомендации к подготовке презентации:

1. Презентация должна включать 10-14 слайдов.
2. На титульном листе должны быть представлены: название организации, института, тема, ФИО автора, курс, направление подготовки.
3. На втором слайде должно быть содержание (краткое описание раскрываемых основных вопросов).
4. Все оставшиеся слайды имеют информативный характер.
5. Требования к оформлению слайдов: сочетаемость цветов, ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста.

Методические рекомендации по оформлению презентации:

1. По содержанию презентации:
 - четко сформулирована цель работы;
 - понятны задачи и ход работы;
 - информация должна быть изложена полно и четко;
 - иллюстрации усиливают эффект восприятия текстовой части информации;
 - сделаны выводы.
2. По оформлению презентации:
 - единый стиль оформления;
 - текст легко читается, фон сочетается с текстом и графикой;
 - все параметры шрифта хорошо подобраны, размер шрифта оптимальный и одинаковый на всех слайдах;
 - ключевые слова в тексте выделены
3. Эффект презентации - общее впечатление от просмотра презентации

При составлении презентации необходимо:

1. Тщательное структурирование информации.
2. Наличие лаконичных заголовков, маркированных и нумерованных списков.
3. Каждому положению следует отвести отдельный абзац.
4. Основную идею следует представить в первой строке абзаца.
5. Для наглядного представления информации следует использовать таблицы, рисунки, схемы, позволяющие компактно и наглядно структурировать материал.

Методические рекомендации к тестированию:

1. Следует изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся.
2. Необходимо начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, не останавливаясь на тех, которые вызывают сомнения, что позволит успокоиться и сосредоточиться на выполнении более трудных вопросов.
3. Важно внимательно прочитать задание до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях.
4. Если не уверены в правильности ответа на вопрос, следует его пропустить и отметить, чтобы потом к нему вернуться.
5. Следует думать только о текущем задании. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом непосредственно, поэтому необходимо концентрироваться на данном вопросе и находить решения, подходящие именно к нему.
6. Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят.
7. Рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку.
8. Процесс угадывания правильных ответов желательно свести к минимуму, так как это чревато тем, что студент забудет о главном..

При подготовке к тесту не следует просто заучивать, необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц, схем, внимательное изучение исторических карт. Большую помощь оказывают опубликованные сборники тестов, Интернет-тренажеры, позволяющие, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля. Именно такие навыки не только повышают эффективность подготовки, позволяют более успешно вести себя во время экзамена, но и вообще способствуют развитию навыков мыслительной работы.

Консультации. Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

II. Планы практических занятий

Практическое занятие 1

Понятие, цели и задачи, принципы и виды психологического консультирования

План

1. Понятие консультирования в современной отечественной и западной психологической теории и практике.
2. Теоретические и эмпирические предпосылки выделения понятия «психотерапевтическая психология» в западной и отечественной психологии.
3. Специфика терапевтического психологического знания.
4. Общие цели и задачи психологического консультирования.

Вопросы по теме

1. В чем проявляется разница позиций западных и отечественных психологов в подходах к определению психологического консультирования? В чем проявляется сходство позиций? Обоснуйте свой ответ.
2. В чем состоит диалогичность познания в терапевтических отношениях?
3. Какая схема характеризует этот процесс наиболее корректно: S – S; S – O; S (O) – O (S)?
4. Какие группы факторов обосновывают поляризацию медицинского и неклинического подходов в психотерапии?
5. Кто из авторов вводит в определение цели консультирования понятие культуры? Прокомментируйте позицию автора.

6. Что подразумевает принцип свободы личности?
7. Семейное консультирование вы отнесете к групповому или проблемному консультированию?

Задания для самостоятельной работы

1. Ознакомьтесь с многообразием точек зрения на консультирование. Составьте таблицу, в которой будут представлены взгляды разных авторов.
2. Используя дополнительную литературу, подготовьте доклад по теме «Проблема диалога в психологии».

Основная литература

1. Болотова А.К. Настольная книга практикующего психолога: практ. пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 341 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/4025D8B8-EC7F-47FA-A6C6-E20F4A0D1534.
2. Кашапов М.М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 157 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/49F884DB-8CD8-423D-AA09-517689BAB1F4.
3. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика : [учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по психол. спец.] / Линде Н. Д. - М. : Аспект Пресс, 2011. - 254, [1] с.
4. Мальцева Т. В. Профессиональное психологическое консультирование. Учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 144 с.
5. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. — М.: Юрайт, 2018. — 423 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

Дополнительная литература

1. Колесникова Г. И. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студ. вузов / Колесникова Г. И. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с.
2. Немов Р. С. Психологическое консультирование : [учебник для студ. вузов, обуч. по спец. "Психология"] / Немов Р. С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 575 с.
3. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога: практ. пособие / Е. И. Рогов. — М.: Юрайт, 2018. — 435 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/35735DEE-E09C-414E-A99D-D6754E69740C.
4. Сапогова Е. Е. Консультативная психология : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. "Психология" и психологическим спец. / Сапогова Е. Е. - М. : Академия, 2008. - 348, [1] с.
5. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / Хухлаева О. В. ; Междунар. акад. наук пед. образования. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с.

Практическое занятие 2

Принципы и виды психологического консультирования

План

1. Принципы консультирования в западной и отечественной системе консультирования.
2. Классификация видов психологического консультирования по разным основаниям

Основная литература

6. Болотова А.К. Настольная книга практикующего психолога: практ. пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 341 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/4025D8B8-EC7F-47FA-A6C6-E20F4A0D1534.
7. Кашапов М.М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 157 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/49F884DB-8CD8-423D-AA09-517689BAB1F4.
8. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика : [учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по психол. спец.] / Линде Н. Д. - М. : Аспект Пресс, 2011. - 254, [1] с.
9. Мальцева Т. В. Профессиональное психологическое консультирование. Учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 144 с.
10. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. — М.: Юрайт, 2018. — 423 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

Дополнительная литература

6. Колесникова Г. И. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студ. вузов / Колесникова Г. И. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с.
7. Немов Р. С. Психологическое консультирование : [учебник для студ. вузов, обуч. по спец. "Психология"] / Немов Р. С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 575 с.
8. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога: практ. пособие / Е. И. Рогов. — М.: Юрайт, 2018. — 435 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/35735DEE-E09C-414E-A99D-D6754E69740C.
9. Сапогова Е. Е. Консультативная психология : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. "Психология" и психологическим спец. / Сапогова Е. Е. - М. : Академия, 2008. - 348, [1] с.
10. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / Хухлаева О. В. ; Междунар. акад. наук пед. образования. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с.

Практическое занятие 3-4

Этапы психологического консультирования

План

1. Основные подходы к модели структуры консультативного процесса.
2. Стадия установления отношений и заключения контракта.
3. Стадия изложения проблемы и прояснения запроса.
4. Стадия анализа проблемы.
5. Стадия переформулирования проблемы и постановки терапевтической цели.
6. Стадия проработки проблемы.
7. Завершение работы и контроль.

Вопросы по теме

1. С помощью каких вопросов выясняется неврологический, психиатрический, соматический статус клиента?
2. В каких случаях возможен отказ от работы со стороны консультанта?
3. Как формулируется отказ?
4. В чем заключается психологический смысл контракта?
5. Дайте характеристику видам эмпатического слушания. В чем сущность базисного эмпатического слушания?
6. Для чего используются техники биполярности при анализе проблемы?
7. Что является критерием окончания работы с клиентом?
8. Что означает понятие «экологическая проверка»?

Задания для самостоятельной работы

Проведите самостоятельно психологическую консультацию и опишите ее, используя следующую схему:

Время консультации	
Поведение клиента	Фиксируются речевые и неречевые особенности поведения клиента, внешние выражения свойств его характера, данные о внутреннем состоянии в начале консультации и на протяжении всего разговора
Начало консультации	Характеристика позиции клиента в начале консультации (активная, пассивная), какие активизирующие средства применялись психологом, как клиент включился в беседу
Жалоба клиента	Особенности рассказа клиента о своей проблеме
Объяснения клиента	Интерпретации и оценки клиента, его объяснения, отношение к проблеме, его видение собственного места и участия в возникновении и разворачивании проблемной ситуации
Позиция клиента	Пассивная, страдательная, позиция смирения, апатии, депрессии или активная, оптимистическая, с выраженным желанием что-либо изменить
Ожидания клиента	Психологическая поддержка, конкретная помощь или совет, просто разговор по душам и т.д.
Готовность к разговору	Степень доверия и открытости клиента по отношению к разговору, проявление психологических защит

Отношение к психологу	Как относится, как отношение меняется в процессе консультации
Отношение к советам психолога	Особенности отношения к рекомендациям (активное, пассивное)
Прогноз	Предполагаемое поведение клиента и развитие его проблемной ситуации

Основная литература

1. Болотова А.К. Настольная книга практикующего психолога: практ. пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 341 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/4025D8B8-EC7F-47FA-A6C6-E20F4A0D1534.
2. Кашапов М.М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 157 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/49F884DB-8CD8-423D-AA09-517689BAB1F4.
3. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика : [учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по психол. спец.] / Линде Н. Д. - М. : Аспект Пресс, 2011. - 254, [1] с.
4. Мальцева Т. В. Профессиональное психологическое консультирование. Учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 144 с.
5. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. — М.: Юрайт, 2018. — 423 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

Дополнительная литература

1. Колесникова Г. И. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студ. вузов / Колесникова Г. И. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с.
2. Немов Р. С. Психологическое консультирование : [учебник для студ. вузов, обуч. по спец. "Психология"] / Немов Р. С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 575 с.
3. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога: практ. пособие / Е. И. Рогов. — М.: Юрайт, 2018. — 435 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/35735DEE-E09C-414E-A99D-D6754E69740C.
4. Сапогова Е. Е. Консультативная психология : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. "Психология" и психологическим спец. / Сапогова Е. Е. - М. : Академия, 2008. - 348, [1] с.
5. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / Хухлаева О. В. ; Междунар. акад. наук пед. образования. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с.

Практическое занятие 5

Психодинамическая модель психологического консультирования

План

1. Теоретические основы психодинамического консультирования.
2. Элементы невротического конфликта: драйвы (влечения); негативные и чрезмерные аффекты; протопатические ситуации детства; защиты; дезадаптивные компромиссные образования.
3. Процедуры: конфронтация, прояснение, интерпретация, проработка.
4. Анализ проявлений бессознательного: сновидения, симптомы, защиты, перенос, сопротивление, фантазии, продукты творческой активности.
5. Контрперенос.
6. Современные психоаналитические направления и техники.

Вопросы по теме

1. В чем состоит основное отличие психоаналитика от психоаналитически – ориентированного консультанта?
2. Сформулируйте общие предпосылки, на которых базируются психоаналитические теории развития З. Фрейда, А.Фрейд, М.Кляйн, Э.Эриксона и др.
3. Назовите ряд причин, исходя из которых консультанту необходимо знание основ психоанализа? Обоснуйте свой ответ, используя знания об уровнях теоретической подготовки консультанта.
4. Какие моменты из жизни, составляющие психоаналитический диагностический направленность клиента, будут значимы для консультанта?
5. Какие протопатические травматические ситуации детства вам знакомы? Проиллюстрируйте свой ответ примерами из личного (или чужого) опыта, не нарушая этические принципы.

6. Какова симптоматика контрпереноса консультанта?

Задания для самостоятельной работы.

1. Составьте тематический словарь основных понятий по данной теме.
2. Проанализируйте современные психоаналитически-ориентированные терапевтические направления и заполните таблицу:

<i>Школа</i>	<i>Представитель</i>	<i>Основные техники</i>

Основная литература

1. Болотова А.К. Настольная книга практикующего психолога: практ. пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 341 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/4025D8B8-EC7F-47FA-A6C6-E20F4A0D1534.
2. Кашапов М.М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: о Юрайт, 2018. — 157 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/49F884DB-8CD8-423D-AA09-517689BAB1F4.
3. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика : [учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по психол. спец.] / Линде Н. Д. - М. : Аспект Пресс, 2011. - 254, [1] с.
4. Мальцева Т. В. Профессиональное психологическое консультирование. Учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 144 с.
5. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. — М.: Юрайт, 2018. — 423 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

Дополнительная литература

1. Колесникова Г. И. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студ. вузов / Колесникова Г. И. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с.
2. Немов Р. С. Психологическое консультирование : [учебник для студ. вузов, обуч. по спец. "Психология"] / Немов Р. С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 575 с.
3. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога: практ. пособие / Е. И. Рогов. — М.: Юрайт, 2018. — 435 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/35735DEE-E09C-414E-A99D-D6754E69740C.
4. Сапогова Е. Е. Консультативная психология : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. "Психология" и психологическим спец. / Сапогова Е. Е. - М. : Академия, 2008. - 348, [1] с.
5. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / Хухлаева О. В. ; Междунар. акад. наук пед. образования. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с.

Практическое занятие 6-7

**Когнитивно-бихевиоральная и гуманистическая парадигмы
в психологическом консультировании**

План

1. Рационально-эмоциональная терапия А.Эллиса. Теоретическое обоснование метода РЭТ.
2. Рациональная система оценочных когниций и система иррациональных установок.
3. Основные техники РЭТ. АВС – теория как концептуальная схема изменений клиента.
4. Основные понятия клиент-центрированного подхода.
5. Структура, необходимые и достаточные условия клиент-центрированного консультирования.
6. Навыки профессионального консультирования клиент-центрированного психолога.

Вопросы по теме

1. К какому виду психологической помощи вы отнесете РЭТ: активно – директивная, обучающая, поддерживающая?
2. Какие мысли, идеи, по мнению Эллиса, являются иррациональными? Как вы понимаете термин «иррациональные установки»?
3. Каков алгоритм успешности клиент-центрированного консультирования по К. Роджерсу?
4. Кто в диаде «консультант – клиент» является главной направляющей силой в клиент-центрированном консультировании?

Задания для самостоятельной работы

1. Подготовьте краткие письменные ответы по вопросам темы, используя основную и дополнительную литературу.
2. Подготовьте доклад (по выбору) на тему «Сущность психологического консультирования в когнитивно-бихевиоральном подходе», «Процессуальные характеристики консультирования в психоанализе и гуманистической психологии»

Основная литература

1. Болотова А.К. Настольная книга практикующего психолога: практ. пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 341 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/4025D8B8-EC7F-47FA-A6C6-E20F4A0D1534.
2. Кашапов М.М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 157 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/49F884DB-8CD8-423D-AA09-517689BAB1F4.
3. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика : [учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по психол. спец.] / Линде Н. Д. - М. : Аспект Пресс, 2011. - 254, [1] с.
4. Мальцева Т. В. Профессиональное психологическое консультирование. Учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 144 с.
5. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. — М.: Юрайт, 2018. — 423 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

Дополнительная литература

1. Колесникова Г. И. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студ. вузов / Колесникова Г. И. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с.
2. Немов Р. С. Психологическое консультирование : [учебник для студ. вузов, обуч. по спец. "Психология"] / Немов Р. С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 575 с.
3. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога: практ. пособие / Е. И. Рогов. — М.: Юрайт, 2018. — 435 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/35735DEE-E09C-414E-A99D-D6754E69740C.
4. Сапогова Е. Е. Консультативная психология : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. "Психология" и психологическим спец. / Сапогова Е. Е. - М. : Академия, 2008. - 348, [1] с.
5. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / Хухлаева О. В. ; Междунар. акад. наук пед. образования. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с.

Практическое занятие 8-9

Техники и методы консультирования

План

1. Характеристика основных техник консультирования, требования к их применению.
2. Работа с техниками консультирования в парах и группах.

Цель: исследование различных составляющих процесса слушания.

Методика: Один из членов пары назначается «слушателем», а другой — «рассказчиком». Задача «рассказчиков» состоит в том, чтобы рассказывать о чем-либо, а задача «слушателей» — слушать, используя *навыки активного слушания*. Таким образом, они должны использовать следующие интервенции и стратегии;

- сесть напротив другого человека, стараться сохранять открытую позу (не скрещивая ни рук, ни ног), немного наклониться к собеседнику, поддерживать зрительный контакт и расслабиться;
- использовать техники «минимальной поддержки»:
- кивать головой в подходящих для этого местах;
- включать в речь «мм» и «да»;
- задавать время от времени вопросы;
- использовать соответствующее в данной ситуации выражение лица.

Обсуждение: обратная связь об уровне развития навыков слушания в группе,

Оценивание: качество собственной работы в ходе упражнения .

Исследование чувств

Цель: исследование и понимание природы чувств.

Методика: группе дается задание сосредоточить внимание на каком-либо объекте и одновременно отслеживать свои чувства, которые возникают при выполнении упражнения. Затем участников просят описать свои чувства. Высказывания записываются на доске и анализируются. Чаще всего называются:

1. Ассоциации
2. Образ
3. Мысль, интерпретация, гипотеза
4. Ощущения
5. Желания
6. Описание ситуации
7. Чувства

Обсуждение связано с реакциями во время выполнения упражнения, делаются выводы:

- чувства и мысли взаимосвязаны, их трудно дифференцировать
- чувства многослойны
- амбивалентны
- не могут быть универсальными
- название чувства может что-то менять.

Завершение: участникам предоставляется 5 минут на задавание вопросов, выражение чувств, обращения к другим участникам группы и проговаривание всего того, что возникло в процессе выполнения упражнения.

Парадоксальность чувств

Цель: исследование парадоксальной природы чувств.

Методика: часто происходит так, что мы говорим абсолютно противоположное тому, что на самом деле чувствуем. В данном упражнении тренер предлагает участникам воспользоваться одной из стратегий для исследования этого парадокса. В ходе обсуждения, во время которого речь идет о чувствах, тренер время от времени просит участников исследовать «противоположный полюс» выражаемых чувств посредством изменения смысла тех высказываний, которые они делают. То есть кто-то из участников говорит, что испытывает то или иное чувство, а затем тренер просит его сказать «обратное тому, что он только что сказал». Пример:

— *В отношении этого вопроса я чувствую себя абсолютно спокойно. В нем нет ничего такого, что могло бы меня беспокоить...*

— *Попытайся сказать обратное тому, что ты только что сказал.*

— *Я вовсе не чувствую себя спокойно... Как странно. Оказывается, я и вправду не чувствую себя спокойно!*

Оценивание: все члены группы по очереди говорят о том, какую пользу они извлекли для себя из данного упражнения. Затем проводится общее обсуждение этого упражнения, в ходе которого тренер выступает в качестве фасилитатора.

Завершение: участникам предоставляется 5 минут на задавание вопросов, выражение чувств, обращения к другим участникам группы и проговаривание всего того, что возникло в процессе выполнения упражнения.

Отражение чувств

Цель: развитие навыка рефлексии чувств.

Методика: рефлексия чувств отличается от рефлексии содержания. В первом случае консультант пытается уловить имеющиеся у клиента чувства и затем их ему возвращает. Во многом рефлексия чувств похожа на эмпатию. Пример использования рефлексии чувств.

— *Раньше я работал в просторном офисе в центре. Там были сотни, а может, даже и тысячи других таких же офисов. Мы все сидели там, делая то, что мы должны были делать. Эта работа хорошо оплачивалась, и я думаю, что смог бы проработать там всю свою жизнь.*

— *Вы говорите это так, как если бы эта работа вам до смерти надоела...*

— Да так оно и было! Оглядываясь назад, сейчас я понимаю, что ненавижу каждую проведенную там минуту. Я привык сходить с поезда, садиться на автобус и затем буквально тащить себя в офис.

— В вашем голосе слышится злость...

— Я был зол на самого себя, что так долго мирился со всем этим.

Для выполнения данного упражнения все участники разбиваются на пары и на протяжении 15 минут по очереди выступают в роли клиента и консультанта.

Обсуждение: процесс рефлексии чувств и области его применения.

Основная литература

1. Болотова А.К. Настольная книга практикующего психолога: практ. пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 341 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/4025D8B8-EC7F-47FA-A6C6-E20F4A0D1534.
2. Кашапов М.М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: о Юрайт, 2018. — 157 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/49F884DB-8CD8-423D-AA09-517689BAB1F4.
3. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика : [учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по психол. спец.] / Линде Н. Д. - М. : Аспект Пресс, 2011. - 254, [1] с.
4. Мальцева Т. В. Профессиональное психологическое консультирование. Учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 144 с.
5. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. — М.: Юрайт, 2018. — 423 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

Дополнительная литература

1. Колесникова Г. И. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студ. вузов / Колесникова Г. И. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с.
2. Немов Р. С. Психологическое консультирование : [учебник для студ. вузов, обуч. по спец. "Психология"] / Немов Р. С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 575 с.
3. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога: практ. пособие / Е. И. Рогов. — М.: Юрайт, 2018. — 435 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/35735DEE-E09C-414E-A99D-D6754E69740C.
4. Сапогова Е. Е. Консультативная психология : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. "Психология" и психологическим спец. / Сапогова Е. Е. - М. : Академия, 2008. - 348, [1] с.
5. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / Хухлаева О. В. ; Междунар. акад. наук пед. образования. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с.

Практическое занятие 10 Групповое консультирование

План

1. Понятие группового консультирования, показания к применению.
2. Технология работы в групповом консультировании.

Основная литература

1. Болотова А.К. Настольная книга практикующего психолога: практ. пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 341 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/4025D8B8-EC7F-47FA-A6C6-E20F4A0D1534.
2. Кашапов М.М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: о Юрайт, 2018. — 157 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/49F884DB-8CD8-423D-AA09-517689BAB1F4.
3. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика : [учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по психол. спец.] / Линде Н. Д. - М. : Аспект Пресс, 2011. - 254, [1] с.
4. Мальцева Т. В. Профессиональное психологическое консультирование. Учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 144 с.
5. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. — М.: Юрайт, 2018.

— 423 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

Дополнительная литература

1. Колесникова Г. И. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студ. вузов / Колесникова Г. И. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с.
2. Немов Р. С. Психологическое консультирование : [учебник для студ. вузов, обуч. по спец. "Психология"] / Немов Р. С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 575 с.
3. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога: практ. пособие / Е. И. Рогов. — М.: Юрайт, 2018. — 435 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/35735DEE-E09C-414E-A99D-D6754E69740C.
4. Сапогова Е. Е. Консультативная психология : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. "Психология" и психологическим спец. / Сапогова Е. Е. - М. : Академия, 2008. - 348, [1] с.
5. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / Хухлаева О. В. ; Междунар. акад. наук пед. образования. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с.

Практическое занятие 11

Частные случаи индивидуального психологического консультирования

План

1. Характеристика частных случаев индивидуального консультирования: тревожности, обсессивно-компульсивных состояний, фобий и др., технология проведения консультаций с ними.
2. Проведение консультаций в парах, анализ эффективности работы консультанта.

Методика проведения.

1. Распределение ролей консультанта, клиента (может быть реальным), экспертной группы.
2. Консультант проводит открытую учебную консультативную сессию по следующей схеме:
 - Начало работы: установление контакта, предварительное интервью.
 - Определение проблемы и пояснение запроса.
 - Анализ проблемы.
 - Переформулирование проблемы.
 - Проработка проблемы.
 - Завершение сессии.
3. Экспертная группа включается в процесс наблюдения за ходом консультации, ведется протокол консультации или видеозапись (только при условии добровольного согласия клиента и возможности обеспечения безопасности и конфиденциальности)

Обсуждение.

3. Должно исходить из позитивного намерения способствовать личностному и профессиональному росту консультанта.

Вопросы

1. В чем состоит проблема клиента
2. Трудности, испытываемые во время консультации
3. Действия, предпринимаемые для преодоления трудностей
4. Актуальное состояние и состояние во время сессии
5. Что помогало и что мешало в поведении, речи, реакциях консультанта
6. Эффективность консультации, есть ли польза

2. Ошибки и неудачи рассматриваются как неминуемая часть работы начинающего консультанта и анализируются по следующим группам:
 - Ошибки присоединения
 - Ошибки диагностики
 - Тактические ошибки
3. Фокус-анализ. Фокусирование консультанта на клиенте; на другой личности; на проблеме; на психологе; на общности; культурно - контекстный фокус.
4. Самоанализ консультанта.

Вопросы для обсуждения.

1. Следует ли оценивать эффективность решения проблемы?
2. Следует ли оценивать эффективность консультирования?

3. Каким образом можно оценить эффективность решения проблемы?
4. Каким образом можно оценить эффективность консультирования?
5. Оцениваете ли вы эффективность собственной работы в качестве консультанта?
6. Какие методы вы для этого используете?
7. Какие критерии вы использовали бы для оценки эффективности решения проблемы?
8. Каким образом вы использовали бы цели, поставленные клиентом, в процессе оценивания?
9. На каком этапе работы вы предполагаете оценить эффективность решения проблемы?
10. Что бы вы стали делать, если бы обнаружилось, что примененные клиентом стратегии решения проблемы не были успешными?
11. В какой мере за результаты консультирования ответственен консультант?
12. В какой мере за результаты консультирования ответственен клиент?

Литература

Основная литература

1. Болотова А.К. Настольная книга практикующего психолога: практ. пособие / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 341 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/4025D8B8-EC7F-47FA-A6C6-E20F4A0D1534.
2. Кашапов М.М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: о Юрайт, 2018. — 157 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/49F884DB-8CD8-423D-AA09-517689BAB1F4.
3. Линде Н. Д. Психологическое консультирование. Теория и практика : [учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по психол. спец.] / Линде Н. Д. - М. : Аспект Пресс, 2011. - 254, [1] с.
4. Мальцева Т. В. Профессиональное психологическое консультирование. Учебное пособие / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. - М.: Юнити-Дана, 2012. - 144 с.
5. Хухлаева О.В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учебник и практикум для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. — М.: Юрайт, 2018. — 423 с. — (Серия: Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/ECB3A571-BF6C-4B57-9268-6E7246BA45FF.

Дополнительная литература

1. Колесникова Г. И. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студ. вузов / Колесникова Г. И. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с.
2. Немов Р. С. Психологическое консультирование : [учебник для студ. вузов, обуч. по спец. "Психология"] / Немов Р. С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2011. - 575 с.
3. Рогов Е.И. Практикум школьного психолога: практ. пособие / Е. И. Рогов. — М.: Юрайт, 2018. — 435 с. — (Серия: Профессиональная практика). — Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/35735DEE-E09C-414E-A99D-D6754E69740C.
4. Сапогова Е. Е. Консультативная психология : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. "Психология" и психологическим спец. / Сапогова Е. Е. - М. : Академия, 2008. - 348, [1] с.
5. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 031000 - Педагогика и психология / Хухлаева О. В. ; Междунар. акад. наук пед. образования. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 208 с.