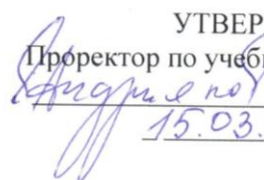


МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе ВЛГАФК
 Е.Ю. Андриянова
15.03.2020 г.

Кафедра *ПСИХОЛОГИИ*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Возрастно-психологическое консультирование»
Модуля 11 Технологии профессиональной деятельности по профилю подготовки
образовательной программы по направлению подготовки
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
по профилю подготовки – практическая психология образования
квалификация - бакалавр

Форма обучения очная и заочная

Автор-разработчик:
Скляр Наталья Александровна канд. психол. наук, доцент кафедры психологии

Великие Луки 2020

Заведующий кафедрой психологии:

Скляр Наталья Александровна, кандидат психологических наук, доцент



Заведующая библиотекой ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»:

Орлова Виалетта Викторовна



Рецензенты:

Таран Ирина Ивановна, кандидат психологических наук, доцент кафедры теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»

Карина Ольга Витальевна, кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой педагогики и психологии Балашовского института (филиала) ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

РЕЦЕНЗИЯ
на фонд оценочных средств по дисциплине «Возрастно-психологическое
консультирование»
по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(профиль – практическая психология образования)
ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и
спорта»

Представленный на рецензию фонд оценочных средств (ФОС) является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины «Возрастно-психологическое консультирование». ФОС предназначен для проведения текущей и промежуточной аттестации и представляет собой совокупность материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения – показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, перечень вопросов к экзамену, перечень практических навыков, необходимых для демонстрации на экзамене. Задачами ФОС являются контроль и управление процессом приобретения обучающимися знаний, умений, навыков, то есть набора компетенций, заявленных в образовательной программе по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (профиль – практическая психология образования).

Проведённый анализ ФОС показал, указанные материалы позволяют в полной мере оценить результаты освоения обучающимися учебной дисциплины «Возрастно-психологическое консультирование», а также оценить степень сформированности умений и навыков, заявленных в результатах обучения рабочей программы дисциплины – перечень вопросов к экзамену состоит из 30 вопросов, 30 заданий для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания и умения и 30 ситуационных задач, необходимых для оценки умений и опыта деятельности. Вопросы к экзамену и задания четко сформулированы, содержат изученный материал и терминологию по тематике консультативных проблем детей разных возрастов и методов возрастно-психологического консультирования. Ответы на вопросы и выполнение заданий способны продемонстрировать уровень приобретенных знаний, умений и навыков, а также объем продуктивно освоенного материала.

Таким образом, фонд оценочных средств в составе рабочей программы дисциплины «Возрастно-психологическое консультирование» по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (профиль – практическая психология образования) соответствует содержанию указанной учебной дисциплины и может быть рекомендован к использованию в учебном процессе.

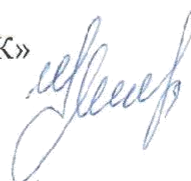
Рецензент:

Таран Ирина Ивановна,
кандидат психологических наук, доцент
кафедры теории и методики спортивных игр
ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»



И.И. Таран

Подпись канд. псих. наук, доцента кафедры
теории и методики спортивных игр
Таран И.И. удостоверяю
Начальник отдела кадров ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»
02.03.2020



И. Г. Попланова

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины «Возрастно-психологическое консультирование» по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (*профиль* - практическая психология образования)
ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта»

Кариной Ольгой Витальевной, кандидатом психологических наук, доцентом, заведующей кафедрой педагогики и психологии Балашовского института (филиала) ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского», проведена экспертиза фонда оценочных средств (ФОС) рабочей программы дисциплины «Возрастно-психологическое консультирование» для обучающихся по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (*профиль* - практическая психология образования), разработанного Скляр Натальей Александровной, доцентом кафедры психологии ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта». Разработчиком представлена рабочая программа дисциплины, в которой имеется: перечень компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения дисциплины; описание показателей и критериев оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины, описание шкал оценивания; типовые контрольные задания, необходимые для оценки результатов освоения дисциплины.

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Перечень формируемых компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения дисциплины соответствует ФОС ВО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.
2. Показатели и критерии оценивания компетенций в целом обеспечивают возможность проведения всесторонней оценки результатов обучения и уровня сформированности компетенций.
3. Контрольные задания и иные материалы оценки результатов освоения дисциплины разработаны на основе принципов оценивания: валидности, определённости, однозначности, надёжности; соответствуют требованиям к составу и связи оценочных средств, полноте по количественному составу оценочных средств и позволяют объективно оценить результаты обучения, уровни сформированности компетенций.
4. Методические материалы ФОС содержат чётко сформулированные рекомендации по проведению оценивания результатов обучения, сформированности компетенций.
5. Направленность ФОС соответствует профилю - адаптивное физическое воспитание.
6. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность и достоверность результатов при проведении оценивания.
7. Выполнение требований ФОС со стороны обучающегося позволяет обеспечить высокое качество его подготовки.

На основании проведенной экспертизы можно сделать **заключение**, что ФОС дисциплины «Возрастно-психологическое консультирование» ООП ВО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (*профиль* - практическая психология образования), разработанного Скляр Н.А., соответствует требованиям ФОС и соответствующих профессиональных стандартов, а также современным требованиям рынка труда.

Рецензент:

Карина Ольга Витальевна –

кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой педагогики и психологии Балашовского института (филиала) ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Подпись зав. кафедрой педагогики и психологии
Кариной О.В. удостоверяю
Начальник отдела кадров
2 марта 2020 года

Т.П. Шугаева

Оглавление

АННОТАЦИЯ	7
1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	7
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	10
3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	10
3.1. Очная форма обучения	10
3.2. Заочная форма обучения	11
4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	13
4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий.....	13
4.2. Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий.....	14
5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ	49
5.1. Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося	49
5.1.1. Очная форма обучения.....	49
5.1.2. Заочная форма обучения.....	56
5.2. Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы	63
5.3. Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося	64
5.4. Примерная тематика докладов-презентаций	66
6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ	67
6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	67
6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности	67
6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности	68
6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы	69
6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания.....	69
6.4.2. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания и умения	70
6.4.3. Перечень практических заданий на экзамене, необходимых для оценки умений и опыта деятельности	75
6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации	82
6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации	83
7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	84
7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	84
7.1.1. Рекомендуемая литература (основная).....	84
7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная).....	84
7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	85
7.3. Программное обеспечение	85
7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы	85
7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети.....	85

7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)	86
7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа	86
8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	86
9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий по дисциплине	87
9.1. Очная форма обучения	87
9.2. Заочная форма обучения	88
ПРИЛОЖЕНИЕ №1	90
Контрольные работы для обучающихся	90
ПРИЛОЖЕНИЕ №2	97
Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья....	97
ПРИЛОЖЕНИЕ №3	101
Тексты/конспекты лекций	101

АННОТАЦИЯ

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-1. Способен организовывать и проводить психологическое просвещение субъектов образовательного процесса по вопросам обучения, развития и воспитания.

ПК-4. Способен оказывать консультативную помощь обучающимся, педагогам и родителям по вопросам обучения, воспитания и развития.

ПК-7. Способен к организации психолого- педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом <i>«Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»</i> (код 01.001)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-1. Способен организовывать и проводить психологическое просвещение субъектов образовательного процесса по вопросам обучения, развития и воспитания.	01.001 А/03.6 Развивающая деятельность	ПК-1.1. Знает: принципы психологического просвещения в образовательной организации; формы и направления, приемы и методы психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся;
		ПК-1.2. Умеет: использовать различные приемы и методы психологического просвещения по сохранению и укреплению психологического здоровья, субъектов образовательного процесса реализовывать программы повышения психологической

		компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающимися;
		ПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: владения приемами и средствами информирования субъектов образовательного процесса о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи по сохранению и укреплению психологического здоровья; оказания адресной помощи обучающимся.
ПК-4. Способен оказывать консультативную помощь обучающимся, педагогам и родителям по вопросам обучения, воспитания и развития.	01.001 А/03.6 Развивающая деятельность	<p>ПК-4.1. Знает: закономерности и возрастные нормы психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах; современные теории, методы и техники консультирования; этические нормы организации и проведение консультативной работы; цели, задачи, виды, принципы, структуру и компоненты, этапы и фазы процесса психологического консультирования;</p> <p>ПК-4.2. Умеет: соблюдать принципы профессиональной этики при реализации консультативной деятельности; организовывать и проводить консультирование с субъектами образовательного</p>

		<p>процесса; проводить индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития; вести профессиональную документацию; <i>владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья;</i></p>
		<p>ПК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: владения базовыми консультативными техниками; основами консультирования педагогов, родителей (законных представителей) по проблемам обучения, воспитания, развития; <i>использования конструктивных воспитательных усилий родителей (законных представителей) обучающихся, помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка;</i></p>
<p>ПК-7. Способен к организации психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса.</p>	<p>01.001 А/02.6 Воспитательная деятельность</p>	<p>ПК-7.1. Знает: особенности организации психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса; методы психолого-педагогического сопровождения;</p> <p>ПК-7.2. Умеет: выстраивать (совместно с педагогом и другими специалистами) индивидуальную траекторию развития</p>

В том числе:										
Лекции		16							16	
Семинарские занятия		38							38	
Практические занятия										
Лабораторные работы										
Промежуточная аттестация		экзамен							экзамен	
Самостоятельная работа обучающегося		54							54	
В том числе:										
Курсовая работа										
Расчётно-графические работы										
Рефераты										
Письменные самостоятельные работы										
Изучение теоретического материала		44							44	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)		2							2	
Подготовка к промежуточной аттестации		8							8	
В том числе:	часы	108							108	
	зачетные единицы	3							3	

**из 54 часов – 36 в активной и интерактивной формах*

3.2. Заочная форма обучения

[illegible]

<i>В том числе:</i>													
<i>Лекции</i>	6												6
<i>Семинарские занятия</i>	8												8
<i>Практические занятия</i>													
<i>Лабораторные работы</i>													
<i>Промежуточная аттестация</i>	<i>экзамен</i>												<i>экзамен</i>
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	94												94
<i>В том числе:</i>													
<i>Курсовая работа</i>													
<i>Расчётно-графические работы</i>													
<i>Рефераты</i>													
<i>Письменные самостоятельные работы</i>													
<i>Изучение теоретического материала</i>	84												84
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>													
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	10												10
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	108											108
	<i>зачетные единицы</i>	3											3

**из 14 часов – 8 в активной и интерактивной формах*

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Основы психологического консультирования	2	6	-	-	6	14
2	Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования	2	6	-	-	7	15
3	Процедуры и техники психологического консультирования	2	10	-	-	5	17
4	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	2	6	-	-	10	18
5	Консультирование по проблемам младшего школьного возраста	2	4	-	-	5	11
6	Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста	2	4	-	-	12	18
7	Работа с родителями в процессе возрастно-психологического консультирования	2	2	-	-	9	13
8	Возрастно-психологическое консультирование в образовательных учреждениях	2	-	-	-	-	2
ИТОГО (в часах)		16	38	-	-	54	108

4.2. Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Основы психологического консультирования	-	2	-	-	17	19
2	Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования	2	-	-	-	5	7
3	Процедуры и техники психологического консультирования	2	-	-	-	5	7
4	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	2	2	-	-	16	20
5	Консультирование по проблемам младшего школьного возраста	-	2	-	-	13	15
6	Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста	-	2	-	-	17	19
7	Работа с родителями в процессе возрастно-психологического консультирования	-	-	-	-	16	16
8	Возрастно-психологическое консультирование в образовательных учреждениях	-	-	-	-	5	5
ИТОГО (в часах)		6	8	-	-	94	108

Темы и их краткое содержание

Четвертый курс

Тема 1. Основы психологического консультирования

Лекция №1 (2 часа)

Возникновение, развитие и специфика психологического консультирования. Предмет, цели, задачи психологического консультирования. Принципы психологического консультирования. Методологические основы психологического консультирования. Теория личности как методологическая основа психологического консультирования. Теория личности в различных школах и направлениях. Виды психологического консультирования.

Семинарское занятие в форме заслушивания докладов-презентаций №1 (2 часа)

1. Актуальные проблемы и задачи консультирования в детском возрасте.
2. Проблемы теоретического и методического обеспечения консультативной практики.
3. Возрастная психология как теоретическая основа консультирования по проблемам детского развития. Положения возрастной психологии как основа практики психологического консультирования и психокоррекции.
4. Системный анализ явлений детского развития. Концепция психологического возраста (Г.В. Бурменская).
5. Проблемы психического развития как противоречия между сформированными качествами и условиями жизнедеятельности. Проблемы, существующие в пределах нормы (Л.А. Регуш).
6. Понятие о психологическом здоровье. Психологическое здоровье как система, включающую аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты.
7. Критерии психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева).

Семинарское занятие в форме тренинга №2 (2 часа)

Упражнение 1: Психологическая родня (по В. Квинн)

Цель: развитие анализа парадигмальной приверженности.

Ведущий раздает участникам текст сценки, просит её прочитать и определить, какой точки зрения придерживается каждое действующее лицо: бихевиористской, гештальтистской, психоаналитической, гуманистической, когнитивистской или эклектической. (При наличии времени сценку можно разыграть). Свое решение предлагается обосновать.

Комната двухлетнего мальчика. Восемь часов вечера. Мальчик стоит около кровати в окружении своих родственников: отца, матери, бабушки, дяди Гены и тети Раи. Все они — психологи.

Мальчик (плаксиво): Не буду пать один. Буду пать башими, в ба-ашо-ой каватке. Мне тийно и тья-ашно.

Мать: Бедный мой Коля, он ведь даже не подозревает, почему ему страшно. Наверное, он еще в роддоме испугался чего-то темного, и теперь ему всегда будет страшно оставаться одному в темноте. Когда-нибудь мне придется поработать с ним над его страхами и извлечь эту проблему из его бессознательного.

Дядя Гена: Да не трать ты времени попусту! Просто положи рядом с кроватью пару печенюшек. Раз-другой поест в темноте печенья, глядишь, на третий — сам запросит, чтобы поскорее выключили свет.

Тетя Рая: О Гена, вечно ты придаешь значение частностям. Скорее всего Николаша пока еще очень слабо осознает, что такое темнота в отличие от нетемноты. А может быть, его глаза еще не вполне адаптировались к условиям неосвещенного помещения.

Дедушка: Дайте мне поговорить с мальчиком, я хочу выяснить, что он сам думает по этому поводу.

Отец: Я согласен, печенье — это не выход... Вот что, малыш, а скажи-ка мне, пожалуйста, какие это такие страшные вещи творятся в темноте?

Мальчик: В тимате ис шкафа вызиают стья-ашные тюдовисси.

Отец: Хочешь, я закрою дверь на ключ, и они не смогут оттуда вылезти?

Мальчик: Да, качу, качу, тойко иссе папьяси дядю Ену пьинести мне гагенья, тетю Аю - посмотьеть мои газки, маму — сказать, как Коя был маленьким, а деду — пагавайть пья сто я думаю.

Обсуждение: участники приводят свои мнения и их обоснования по каждому персонажу:

а.....мать

б.....отец

в.....дядя Гена

г.....тетя Рая..

д.....дедушка

ё. мальчик

Ответы: а. мать—психоаналитик: занимается минувшими событиями, скрытыми в подсознании; б. отец — гуманист: изучает духовное развитие человека и его личностный рост; в. дядя Гена — бихевиорист: изучает только наблюдаемое поведение по принципу «стимул-реакция»; г. тетя Рая — гештальтпсихолог: изучает целостные структуры сознания и образы; д. дедушка — когнитивный психолог: изучает закономерности процесса познания; е. мальчик — приверженец эклектического подхода: принимает все точки зрения.

Упражнение 2: Эмиграция (В.Ю. Бабайцева)

Цель: помочь осознать свои профессиональные ориентации и приверженности.

Каждому участнику представляется возможность представить, что ему предстоит уехать из страны и из этого времени куда угодно (любая страна, любое время). В связи с этим необходимо подумать о том, куда бы он выехал, в какое время. Почему?

Если бы у него была там возможность профессионального роста, то у кого из известных психологов он хотел бы поучиться, чему. А с кем из них он хотел бы работать? Участникам предлагается в течение 5 минут откровенно ответить на эти вопросы.

Обсуждение: довольны ли вы своим выбором? Почему?

Упражнение 3: В какой парадигме работает психолог

Цель: тренировка навыков парадигмальной приверженности психолога.

Прочитайте приведенные ниже описания и определите, примером какого метода индивидуальной психотерапии является каждое из них — психоанализа,

клиент-центрированной психотерапии, гештальттерапии, экзистенциальной терапии, когнитивной терапии, рационально-эмотивной терапии или бихевиоральной психотерапии.

1. Психотерапевт комментирует каждое движение Виктора - кладет ли тот ногу на ногу, складывает ли руки на груди, кусает ли губы или почесывает голову.

2. Саша стесняется торговать. Психотерапевт дает ей задание на дом — она должна наняться на работу на ближайший рынок и продавать там изделия ручного труда.

3. Психотерапевт толкует сны Юлии. Она должна попытаться расслабиться и вспомнить как можно больше.

4. Психотерапевт подробно рассматривает проблему жизненных ценностей Анатолия. Анатолий пытается понять истинный смысл своей жизни.

5. Вячеслав пытается постепенно преодолеть страх перед ездой на автомобиле. На прошлой неделе психотерапевт взял его с собой в автомобиль. На следующей неделе Вячеслав сам поведет машину по той же дороге. После этого, как он надеется, страх перед полетом исчезнет у него навсегда.

6. На психотерапевтическом сеансе. Жанна говорит больше психотерапевта, а он внимательно слушает. Кажется, что ему действительно небезразличны ее чувства и переживания и что он понимает ее.

7. Марк уверен, его плохие оценки в школе означают, что он никогда не преуспее в бизнесе. Его психотерапевт говорит на это, что многие весьма удачливые бизнесмены тоже плохо учились.

Ответы: 1. (Гештальттерапия). 2. (Рационально-эмотивная терапия). 3. (Психоанализ). 4. (Экзистенциальная психотерапия). 5. (Бихевиоральная терапия). 6. (Клиент-центрированная терапия). 7. (Когнитивная терапия).

Упражнение 4: Ассоциации по профессиональному портрету

Цель: развитие целостного понимания своей теоретической приверженности в психологии.

Один участник выходит за дверь. Группа задумывает психолога, работающего в определенной теоретической парадигме (психоаналитик, гештальттерапевт, гуманистический психолог и т.п.), или психолога, специализирующегося на определенном профессиональном поприще (школьный психолог, клинический психолог и т.п.).

Возвращаясь, психолог должен угадать, кто задуман: определить приверженность определенной парадигме и выяснить сферу практического приложения своих умений. Можно задавать любые вопросы, кроме прямых: а) это вопросы на выяснение ассоциаций (Если это цветок, то какой? Если это музыка, то какая? и т.п.), б) профессиональные вопросы (длительность встреч с клиентом, предмет взаимодействия, использует ли диагностические техники, каких принципов придерживается в работе и т.п.).

Обсуждение: что проще устанавливать - концептуальную приверженность или область реального приложения сил на практике.

Семинарское занятие в форме анализа конкретных ситуаций №3 (2 часа)

Упражнение: Парадигмы (А.Ф. Бондаренко)

Цель: меняя роли и парадигмы, почувствовать специфику каждого из психотерапевтических направлений, «примерить» их к собственной личности и

профессиональным склонностям, рефлексивно отнестись к предпочтению той или иной парадигмы.

Оборудование: тексты проективных случаев «Случай с Сергеем», «Случай с Людмилой», «Случай с Ириной».

Инструкция: упражнение предназначено для работы в учебных группах. Внимательно прочтите проективный текст. Далее группа разбивается на пары, каждой из которых предстоит выработать определенную стратегию работы с конкретным случаем в соответствии с той теоретической парадигмой, которую выберет сама пара.

А. Проективный текст «Случай с Сергеем»

Действие происходит в центре психологической помощи, где квалифицированные психологи проводят индивидуальную и групповую работу. Сергей пришёл на консультацию и рассказал о себе следующее:

«Мне 25 лет. Я — студент психологического факультета. Недавно решил специализироваться в области психологического консультирования. Я окончил три курса, прослушал спецкурсы по психологии личности, общения и даже прошёл группу личностного роста. Я решил, что если собираюсь работать с людьми как консультант, то мне следует прежде всего лучше взглянуть на себя.

В свои 25 лет я чувствую, что прожил большую часть своей жизни впустую. К настоящему моменту я бы хотел уже закончить университет и работать, а вместо этого я всего лишь студент. Я понял, что без основательного понимания себя человек не может полноценно жить, и решил специализироваться в области консультативной психологии и работать консультантом с проблемными детьми. Мне помог в своё время один человек, и я бы также хотел помогать подросткам. Но все же моя личностная проблематика далека от настоящей проработки. У меня мало друзей, я испытываю страх и робость со сверстниками или людьми старше меня. Я чувствую себя хорошо с детьми, потому что они ещё искренни. Я очень беспокоюсь по поводу того, Достаточно ли я подхожу для практической работы в качестве психолога-консультанта. Одна из моих проблем — я много курю и, бывает, выпиваю. В основном это случается, когда мне одиноко и кажется, что я всегда буду никому не нужным. Я боюсь людей вообще, но особенно сильных и привлекательных женщин. Возможно, я всегда думаю о том, что они меня оценивают, и боюсь, что они считают меня недостаточно мужественным. Мне кажется, что я не соответствую их ожиданиям в отношении мужчины. Я действительно далек от образца мужской «модели». У меня не мужественное лицо, я довольно мягок в обращении и часто задумываюсь, соответствую ли я вообще современным представлениям о мужском идеале.

Довольно часто меня охватывает тревога, особенно по ночам. Иногда мне хочется куда-нибудь сбежать, чтобы никто меня не видел. Часто я страдаю от того, что считаю себя неудачником. Я вообще часто закидываюсь на себе, на мыслях о собственной бесполезности. В такие моменты я себя ненавижу. Мне кажется в тяжёлые минуты, что лучше мне вообще было не родиться или даже что лучше — умереть. Тогда бы я по крайней мере перестал страдать. Если быть откровенным, я не могу сказать, что когда-нибудь когда-нибудь любил всей душой. Да и меня никто никогда не любил по настоящему.

Но все, конечно, не так мрачно, так как у меня нашлось достаточно настойчивости, чтобы поступить в университет, тем более на факультет психологии. Мне нравится то, что я хочу работать над собой и прилагаю усилия в этом направлении. Я знаю, что мне нужен

человек, который помог бы мне. Мне нравится в себе то, что я осознаю свои страхи, что способен остро чувствовать и что могу рискнуть, даже если чего-то боюсь.

Что было у меня в прошлом? Какие наиболее значительные события и поворотные моменты моей жизни? Главным поворотным моментом было, как ни странно, общение с командиром взвода в армии, молоденьким лейтенантом. Он воодушевил меня на поступление в университет, он говорил, что видит во мне способности, требуемые для работы с подростками. Мне трудно было вначале поверить в это, но его вера помогла мне. Следующим значительным событием была моя женитьба и развод. Наши семейные взаимоотношения длились недолго, жена ушла от меня. Это было страшным ударом по моему мужскому самолюбию. Она была очень сильной женщиной, доминантный тип. Жена не упускала случая подчеркнуть, что я — «не деловой», «не мужик». С тех пор я опасаясь сближаться с женщинами из-за страха, что они меня станут подавлять.

Мои родители не разводились, но лучше было бы, наверное, чтобы они это сделали. Они часто ссорились. Насколько я понимаю, именно мать была инициатором. Она была доминирующей личностью и часто «катила бочку» на отца, который был слабым, пассивным и робким по сравнению с матерью. Он никогда не возражал ей. Кроме того, мои «предки» всегда сравнивали меня не в мою пользу со старшим братом, который был «замечательным» ребенком, удачливым и прилежным учеником. Я сам не знаю как случилось, что я оказался неудачником.

Я помню, отец кричал: «Ты что, тупой? Соображать надо! Идиот ненормальный! Ты никогда ничего не добьёшься!». Моя мать обходилась со мной так же, как она обходилась с отцом. «Ты — тряпка, а не мужчина. Когда ты уже вырастешь и уедешь? Хоть глаза не будешь мозолить, чтоб сердце моё не болело!». Вот что я от неё слышал. Помню, мне было лет 10 или 12, я пытался заснуть ночью, чувствуя себя совершенно ненужным. Мне хотелось построить свой домик и в нем жить.

Мы жили в маленьком городке. В отцовской семье не было разговоров ни о религии, ни о чём таком... По правде говоря, я часто ловил себя на мысли, что я — сын не своих родителей.

У меня, по-моему, классический комплекс неполноценности. Мне бы хотелось уважать себя больше. Надеюсь, что я смогу научиться любить. Мне хочется также избавиться от чувства вины и тревожности и относиться к себе, как нормальные люди. Я действительно хочу стать хорошим детским консультантом, а для этого мне надо глубоко понять себя. Правда, я не совсем определился, что это означает. Но знаю твердо, что мне нужно освободиться от саморазрушительных склонностей и научиться больше доверять людям. Может быть, вы сможете мне помочь».

Обсуждение: рассказ каждой пары перед группой о своих предложениях по работе с клиентом в соответствии с выбранной парадигмой; проверка своих предложений с ориентировочными текстами-подсказками (А.Ф. Бондареико), после завершения учебной работы в целом проводится групповая проективная дискуссия на тему: «Личностные проблемы — личностные особенности — психотерапевтические парадигмы».

Б. Проективный текст «Случай с Людмилой»

Идентичен проективному тексту «Случай с Сергеем» по проблематике, но отличается ориентированностью на половую идентификацию клиента-женщины, что требует самостоятельного творческого переуточнения некоторых формулировок в ориентировочных опорных текстах.

Действие происходит в консультативном центре, где квалифицированные психологи проводят индивидуальную и групповую работу. Людмила зашла, чтобы получить консультацию, и рассказала консультанту следующее:

«Мне 25 лет. Я — студентка психологического факультета. Недавно решила специализироваться в области практической психологии. Я окончила три курса, прослушала спецкурсы по психологии личности, общения и даже прошла группу личностного роста. Нас попросили написать психологические автобиографии, где надо было рассказать о своих чувствах, о прошлом и о желаемом будущем. В ходе этой работы я поняла, что недостаточно знаю себя. Я решила, что если собираюсь работать с людьми как консультант, то мне следует прежде всего лучше взглянуть на себя. Мне бы хотелось еженедельно получать индивидуальное консультирование, а также присоединиться к постоянно действующей группе, так как мне необходим опыт в установлении отношений с другими, постоянная обратная связь и более глубокая проработка моих проблем. Я надеюсь посещать ваш консультационный центр в течение семестра, а может быть, и года».

Таковы основные моменты рассказа Людмилы. Перед уходом она отдала консультанту психологическую автобиографию. Ниже приводится этот текст.

«В свои 25 лет я чувствую, что прожила большую часть своей жизни впустую. К настоящему моменту я бы хотела уже закончить университет и работать, а вместо этого я всего лишь студентка. Я поняла, что без знания практической психологии не смогу добиться многого, и поэтому решила специализироваться в области консультативной психологии и работать консультантом с проблемными детьми. Мне помог в своё время один человек, и я бы также хотела помогать молодежи. В настоящее время я снимаю угол у одной пожилой алкоголички. У меня мало друзей, я испытываю страх и робость со сверстницами или людьми старше меня. Я чувствую себя хорошо с детьми, потому что они ещё искренни. Я очень беспокоюсь по поводу того, достаточно ли я подхожу для практической работы в качестве психолога-консультанта. Одна из моих проблем — я много курю и, бывает, выпиваю. В основном это случается, когда мне одиноко и кажется, что я всегда буду никому не нужной. Я боюсь людей вообще, но особенно сильных и привлекательных мужчин. Возможно, я всегда думаю о том, что они меня оценивают, и боюсь, что они считают меня недостаточно женственной. Мне кажется, что я не соответствую их ожиданиям в отношении женщины. Я действительно далека от образца «модели». У меня не смазливое личико, я довольно резка в обращении и часто задумываюсь, соответствую ли я вообще современным представлениям.

Довольно часто меня охватывает тревога, особенно по ночам. Иногда мне хочется куда-нибудь сбежать, чтобы никто меня не видел. Часто я страдаю от того, что невезучая. Я вообще часто закидываюсь на себе, на мыслях о собственной бесполезности. В такие моменты я себя ненавижу. Мне кажется в тяжёлые минуты, что лучше мне вообще было не родиться, лучше умереть. Тогда бы я по крайней мере перестала страдать. Если быть откровенной, я не могу сказать, что кого-нибудь когда-нибудь любила всей душой. Да и меня никто никогда не любил по-настоящему.

Но всё, конечно, не так мрачно, так как у меня нашлось достаточно настойчивости, чтобы поступить в университет, тем более на факультет психологии. Мне нравится то, что я хочу работать над собой и прилагаю усилия в этом направлении. Я знаю, что мне нужен человек, который помог бы мне. Мне нравится в себе то, что я осознаю свои страхи, что способна остро чувствовать и что могу рискнуть, даже если чего-то боюсь.

Что было у меня в прошлом? Какие наиболее значительные события и поворотные моменты моей жизни? Главным поворотным моментом было, как ни странно, общение с моей начальницей в цеху, где я работала, молоденьким мастером. Она воодушевила меня на поступление в университет, она говорила, что видит во мне способности, требуемые для работы с молодежью. Мне трудно было вначале поверить в это, но её вера помогла мне. Следующим значительным событием было мое замужество и развод. Наши семейные взаимоотношения длились недолго, муж ушёл от меня. Это было страшным ударом по моему женскому самолюбию. Он был очень сильным мужчиной, доминантный тип.

Муж не упускал случая подчеркнуть, что я — «не такая», «не баба». Я сделала аборт. С тех пор я опасаясь сближаться с мужчинами из-за страха, что они меня подавят.

Мои родители не разводились, но я бы хотела, чтобы они это сделали. Они часто ссорились. Насколько я понимаю, именно отец был инициатором. Он был доминирующей личностью и часто «катил бочку» на мать, которая была слабой, пассивной и робкой. Она никогда не возражала ему. Кроме того, мои «предки» всегда сравнивали меня не в мою пользу со старшей сестрой, которая была «замечательным» ребёнком, удачливой и прилежной ученицей. Я сама не знаю, как случилось, что я оказалась неудачницей.

Я помню, мать кричала: «Ты что, тупая? Соображать надо! Идиотка ненормальная! Ты никогда ничего не добьёшься!». Мой отец обходился со мной так же, как он обходился с матерью. «Ты — лошадь, а не женщина. Когда ты уже вырастешь и уедешь? Хоть глаза не будешь мозолить, чтоб сердце моё не болело!». Вот что я от него слышала. Помню, мне было лет 15, я пыталась заснуть ночью, чувствуя себя совершенно ненужной. Мне хотелось построить свой домик и в нём жить. Мы жили в маленьком городке. В родительской семье не было разговоров ни о религии, ни о чём таком... По правде говоря, я часто ловила себя на мысли, что я — дочь не своих родителей.

Какой бы я хотела стать и каких изменений своей жизни я хотела бы? Прежде всего я хотела бы лучше относиться к себе. У меня, по-моему, классический комплекс неполноценности. Мне бы хотелось уважать себя больше, чем теперь. Надеюсь, что смогу научиться любить. Мне хочется также избавиться от чувства вины и тревожности, я хочу относиться к себе, как нормальные люди. Я действительно хочу стать хорошим детским консультантом, а для этого мне надо глубоко понять себя. Правда, я не совсем определилась, что это означает. Но знаю твердо, что мне нужно освободиться от саморазрушительных склонностей и научиться больше доверять людям. Может быть, когда я больше полюблю себя, я смогу доверять другим, и они найдут во мне что-то такое, что заслуживает симпатии».

В. Случай с Ириной

Инструкция: упражнение предназначено как для индивидуальной, так и для групповой учебной работы. Внимательно вчитайтесь в текст. Сориентируйтесь в наиболее, на ваш взгляд, приемлемых парадигмах для консультативной беседы с Ириной. Меняясь ролями и чередуя психотерапевтические парадигмы, подберите оптимальную для вас и для вашей «клиентки».

Ирине 25 лет. Она замужем 6 лет. Детей нет. Два раза была беременна, и дважды дело заканчивалось выкидышем. Муж — инженер. Поженились в 1986 году, в феврале, в Припяти, где Ирина работала учительницей младших классов, а муж, Володя, электриком на ЧАЭС. После аварии им дали квартиру в Киеве и прописку (временную) до 31 декабря 1991 г. За это время необходимо принять решение: либо Володя остаётся в Славутиче, сохраняя все льготы работника атомной станции и, естественно, получая постоянную

прописку, либо освободить жилплощадь и устроиваться в жизни самостоятельно. Сейчас Ирина не работает вот уже полгода, стаж у неё прервался. Володя пока ездит на вахты, но в связи с обострившейся хронической пневмонией серьёзно подумывает о том, чтобы бросить эту работу и уехать к родителям в Крым.

Монолог Ирины у психолога (очень робко, неуверенно):

И. Добрый день! Вы уже свободны? Можно сесть?

П. Да, пожалуйста. Слушаю Вас!

И. (Плачет, вначале тихо, затем громче, почти рыдает). Плачет, не обращая внимания на психолога, примерно 5 минут. Нервно ищет платочек, комкает... Прячет лицо в ладонях... Наконец, первое высказывание: «Что мне делать?»

П. Счастливо смотрит ей в глаза, молчит).

И. (Снова всхлипывает, плачет, затем рыдает... Извиняется и снова плачет).

П. Что у Вас случилось?

И. (Сквозь слезы): «Ничего... жизни нет... Понимаете, мы с Володией поженились в 1986 году, зимой. А тут — авария. Я была в положении. А у меня выкидыш... (Плачет). Мы только-только обустраиваться начали. А тут... Авария... Эвакуация... Нас в гостинице поселили. Прописка временная... Через 2 месяца заканчивается. А мужу сказали: будешь в Славутиче — дадим квартиру, не будешь — сам устраивайся. Он на вахте работает. Две недели там, две недели дома. Придёт домой, набьётся, не подступиться. Я к нему подойду спросить, а он грубо так, знаете, ответит. Я потом еще забеременела, а у меня опять выкидыш... (Плачет). Жизни нет. А сейчас он заболел, в больнице лежит, пневмония у него обострилась. Я пришла к нему в больницу, а он (плачет) разговаривать не хочет... Я думаю... Может, говорю, у тебя кто есть. А он зло так посмотрит, как скажет, так страшно делается. Пошла ты, говорит, отсюда. Сил нет... Что делить? Семья валится... Я не работаю уже полгода. Денег у меня нет. А он почти не даёт. Как на них прожить? Не могу я больше... Я к родителям поехала, когда он на вахте был, а отец говорит: езжай в семью. А где же она, моя семья? Не знаю просто... Привязчивая я. Привязалась я к нему. Если бы дети были... А так, кому я нужна? Не знаю просто... (Плачет). Я в школе работать не смогла. Слишком большая нервная нагрузка. А сейчас — и рада бы, да нет места... Что делать?».

Обсуждение: после завершения учебной работы в целом проведите групповую проективную дискуссию на тему: «Мой выбор психотерапевтической парадигмы и конкретные задачи психологической помощи».

Самостоятельная работа (6 часов)

Подготовка докладов-презентаций по вопросам: Актуальные проблемы и задачи консультирования в детском возрасте. Различия понятий консультирование, коррекция, интервенция, психотерапия. Проблемы теоретического и методического обеспечения консультативной практики. Возрастная психология как теоретическая основа консультирования по проблемам детского развития. Положения возрастной психологии как основа практики психологического консультирования и психокоррекции. Системный анализ явлений детского развития. Концепция психологического возраста (Г.В. Бурменская). Проблемы психического развития как противоречия между сформированными качествами и условиями жизнедеятельности. Проблемы, существующие в пределах нормы (Л.А. Ретуш). Понятие о психологическом здоровье. Психологическое здоровье как система, включающую аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты. Критерии психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева).

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – принципов психологического просвещения в образовательной организации; форм и направлений, приемов и методов психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся;

умений – приемы и методы психологического просвещения по сохранению и укреплению психологического здоровья, субъектов образовательного процесса реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающимися;

навыков/опыта деятельности – владения приемами и средствами информирования субъектов образовательного процесса о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи по сохранению и укреплению психологического здоровья; оказания адресной помощи обучающимся.

Тема 2. Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования

Лекция №1 (2 часа)

Требования к помещению и интерьеру консультационного центра. Обязанности консультанта и взаимодействие специалистов внутри психологической консультации. Специфика подготовки консультанта к проведению сессии. Этапы психологического консультирования. Раппорт в психологическом консультировании. Технология ведения консультативной беседы. Работа с модальностями в психологическом консультировании. Этические принципы психологического консультирования

Семинарское занятие в форме беседы №1 (2 часа)

1. Охарактеризуйте задачи работы психолога в ходе первичного приема.
2. Из каких этапов состоит подготовка к встрече с клиентом? Охарактеризуйте их.
3. Какие этапы консультативного процесса выделяет Р. Мэй, В.Ю. Кеновицков, Р.С. Немов, Ф. Бурнард?
4. Как консультант может продемонстрировать заинтересованность в клиенте?
5. Каковы принципы организации диалога с клиентом по Ю.Е. Алешиной?
6. Что должен делать консультант при установлении раппорта?
7. В чем необходимость заключения консультативного договора?
8. Какие основные средства и методы определения индивидуально-психологических особенностей применяются в рамках ВПК?
9. Какие существуют этические принципы и нормы в психологическом консультировании?
10. В чем специфика этических правил психолога в рамках возрастнопсихологического консультирования?

Семинарское занятие в форме тренинга №2 (2 часа)

Упражнение 1: Цель - развитие навыков решения учебных инструментальных задач.

Представьте себе, что вы являетесь ведущим группы. Попробуйте представить каждую ситуацию таким образом, чтобы вы могли оценить ее исходя из общей перспективы группы. Напишите ваш собственный ответ на ситуацию. Когда все члены группы кончат отвечать, обменяйтесь решениями, обсудите альтернативы.

1. Молчаливый участник

Группа встречалась каждую неделю на 2 часа на протяжении 5-ти недель. Вы наблюдали, что один из 10 членов не принимал активного участия в работе группы. Его

можно было бы назвать «молчаливым участником». Общий уровень доверия между членами группы казался высоким, и казалось, что участники работают хорошо. Какую бы вы в данном случае избрали бы функцию, если бы были ведущим?

2. Скрытый мотив

Группа встречалась дважды. Первая встреча характеризовалась некомфортными чувствами, напряженным поведением и неопределенностью. Вторая встреча казалась скучной, вялой и закрепощенной. Вы предполагаете, что что-то не выяснено, что-то осталось без внимания, что существует какая-то скрытая мотивация. Какую, на ваш взгляд, лучше выбрать тренеру функцию?

3. Завершение

Группа встречалась 12 раз, а еще намечены две встречи перед ее завершением. Уже чувствуется близкий конец, это влияет на актуальное поведение всех участников. Об этом влиянии свидетельствует их все более устраняющееся и отделяющееся поведение. Какую функцию вы считаете более приемлемой в данной ситуации?

4. Агрессивный участник

Во время первых встреч группы один участник постоянно вступал в разговор агрессивными и враждебными путями. Он много говорил и требовал, был очень критичным и постоянно оценивал других и вас в том числе. Какую тренерскую функцию вы используете?

5. Власть и контроль

После 8 прошедших встреч власть в группе между участниками распределилась, на ваш взгляд, неравномерно и нефункционально. Вам интересно, разделяют ли участники группы ваши наблюдения и выводы. Какую функцию ведущего лучше использовать в такой ситуации?

Обсуждение: какую стратегию в работе с «трудным участником» выбрал психолог? Какой тактический ход этому соответствует? Попробуйте соотнести свой выбор поведения ведущего с интерпретациями функций ведущего, используя следующую информацию:

1. Функция эмоциональной стимуляции. Освобождение эмоций путем их проявления вовне, ведущий как «центр», функция вызова — конфронтация. (Вдохновляю других, рискую на группе, обнаруживаю свои чувства перед другими людьми, побуждаю других людей к поведенческим проявлениям, выражаю несогласие с другими, призываю других, активно взаимодействую с другими.).

2. Забота. Ориентация на принятие и тепло: понимание, сердечность в личностных отношениях. (Показываю, что принимаю других людей, предлагаю свою дружбу другим, хвалю других, принимаю других, выражаю эмоции других, искренен с другими, устанавливаю тесные отношения с другими).

3. Придание значения. Когнитивное поведение, функция «называния», осознание чувств и поведения. (Проясняю чувства других людей, формулирую идеи, интерпретирую высказывания других, объясняю ситуацию, сложившуюся на группе, резюмирую высказывания участников, помогаю другим понять их поведение.).

4. Исполнительская функция. Организация группового процесса, установление продолжительности, скорости, последовательности событий. (Предлагаю или оставляю пределы, ограничения, делаю выводы по реакциям людей, управляю временем своим и чужим, управляю активностью группы, задаю вопросы, предлагаю упражнения, занимаюсь принятием решений.).

Упражнение 2: Слушать и слышать (СЮ. Смагина)

Цель: тренировка навыков слушания и осмысления услышанного.

Участникам предлагается попытаться услышать мнение о себе. Один из участников становится в центр круга, а остальные по сигналу одновременно говорят одно слово, характеризующее стоящего в круге. Игра продолжается до тех пор, пока все не окажутся в центре круга.

Обсуждение: слышим ли мы то, что говорят на самом деле или собственные ожидания? А что мы ожидали услышать?

Далее участникам предлагается написать основные заповеди психолога, составленные по материалам народной мудрости (пословицы, крылатые фразы). Каждый пишет одну-две пословицы и сдает ведущему, он добавляет к ним заранее заготовленные. Например, «семь раз отмерь, один раз отрежь», «не сотвори себе кумира», «тихо едешь — дальше будешь» и пр. Затем один из участников выходит из комнаты. Группа выбирает одну из пословиц, например, «терпенье и труд — все перетрут».

Игроки становятся в круг, их задача — по сигналу произнести одно слово из выбранной фразы. При этом первый говорит слово «терпенье», второй «и», третий «труд» и так далее по кругу. Все слова произносятся одновременно. Когда отсутствующий возвращается, то встает в центр круга, а остальные участники по сигналу произносят свои слова. Задача человека, стоящего в круге, понять, какую пословицу загадала группа. Если с первого раза это не удастся, группа повторяет ее. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не побывают в роли водящего.

Семинарское занятие в форме тренинга №3 (2 часа)

Слушать и слышать (СЮ. Смагина)

Цель: тренировка навыков слушания и осмысления услышанного.

Участникам предлагается попытаться услышать мнение о себе. Один из участников становится в центр круга, а остальные по сигналу одновременно говорят одно слово, характеризующее стоящего в круге. Игра продолжается до тех пор, пока все не окажутся в центре круга.

Обсуждение: слышим ли мы то, что говорят на самом деле или собственные ожидания? А что мы ожидали услышать?

Далее участникам предлагается написать основные заповеди психолога, составленные по материалам народной мудрости (пословицы, крылатые фразы). Каждый пишет одну-две пословицы и сдает ведущему, он добавляет к ним заранее заготовленные. Например, «семь раз отмерь, один раз отрежь», «не сотвори себе кумира», «тихо едешь — дальше будешь» и пр. Затем один из участников выходит из комнаты. Группа выбирает одну из пословиц, например, «терпенье и труд — все перетрут».

Игроки становятся в круг, их задача — по сигналу произнести одно слово из выбранной фразы. При этом первый говорит слово «терпенье», второй «и», третий «труд» и так далее по кругу. Все слова произносятся одновременно. Когда отсутствующий возвращается, то встает в центр круга, а остальные участники по сигналу произносят свои слова. Задача человека, стоящего в круге, понять, какую пословицу загадала группа. Если с первого раза это не удастся, группа повторяет ее. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не побывают в роли водящего.

Упражнение: Задания на активное слушание

Надоело

Информация, которую сообщает (или раздает в письменном виде) участникам ведущий:

«Вчера супруг опять сделал мне замечание в присутствии наших гостей. Как будто я ничего не умею сама и мне надо объяснять, как сделать так, чтобы выглядело хорошо. Надоело мне все это, давно пора покончить с этой нервотрепкой».

Письменно участники формулируют;

- уточнение
- пересказ
- дальнейшее развитие мыслей собеседника.

Обсуждение: выявляются лучшие варианты, обнаруживаются ответы в технике активного слушания и не соответствующие ей.

Увольнение

Участники: начальник и его подчиненный.

Информация: Сотрудник приходит к начальнику отдела и сообщает, что хочет уволиться.

Говорит, что нашел работу ближе к дому и сможет больше времени уделять воспитанию детей.

Инструкции: Ты начальник. К тебе приходит подчиненный, который выражает желание уйти с работы. Это является неожиданностью для тебя. Попробуй выяснить настоящую причину ухода.

Ты подчиненный. Идешь к начальнику, чтобы проинформировать его о своем желании уйти с работы. Истинной причины ухода начальник не знает. Объяви причину только тогда, когда почувствуешь, что между вами хороший контакт.

Дополнительная инструкция сотруднику: На самом деле считает, что его работа не оценивается по заслугам, обижен на начальника и поэтому решил уволиться. Можно причину придумать самому.

Путевка

Участники: Сын и мать.

Информация: Сын уговаривает мать поехать в санаторий. Мать живет с семьей сына.

Мать отказывается, говоря, что семье сына будет сложно самим справиться с хозяйством, с детьми.

Дополнительная инструкция: На самом деле у нее появился знакомый, с которым она не хотела бы сейчас расставаться.

На курсы совершенствования

Участники: Заместитель директора, заведующий отделом.

Информация: Заместитель директора хочет послать на курсы усовершенствования 55-летнего заведующего отделом.

Задача: Побеседовать с заведующим отделом, используя техники АС.

Дополнительная инструкция: Вы заведующий отделом. Вы встречаете заместителю директора раздраженно: «Милый мой человек, мне 55 лет, и я уже слишком стар, чтобы садиться за школьную скамью. 30 лет считали меня порядочным человеком, все остались мною довольны, и я имею полное право без всяких курсов дожить до пенсии».

За и против тренинга

Участники: Ведущий дискуссии, который выбирается из числа участников.

Вся группа — два стоящих на разных позициях лагеря.

Информация: После тренинга студенческая группа, участвовавшая в нем, обращается в деканат уже в качестве реальной группы и дает отчет руководителю — оправдал себя тренинг или нет. Половина группы считает, что тренинг оправдал себя полностью, вторая половина — наоборот.

Задание: Достигнуть согласия, которое представляло бы мнение всех. Ведущий дискуссию должен при помощи техник АС рефлексировать точки зрения членов группы.

Старосту курса больше не слушают

Участники: Староста курса, преподаватель, курирующий курс.

Информация: Староста жалуется, что группа его больше не слушается, все вдруг против него, хотя ничего не произошло.

Задача: Куратор должен постараться только с помощью техник АС выяснить истинную причину.

Дополнительная инструкция: Ты староста курса. Ты с детства был всегда вожаком и по этой причине тебя выдвигали командовать другими. То, что в детском коллективе воспринимали как должное, в студенческом коллективе стало неприемлемым.

Письменная жалоба

Участники: Руководитель предприятия, заведующий отделом.

Информация: На заведующего одного из отделов поступила письменная жалоба от его подчиненных. В жалобе говорилось, что он в общении груб и нетактичен, а также старается всячески подчеркнуть свое превосходство. Руководитель должен как-то отреагировать на жалобу. Он вызывает к себе данного заведующего.

Задача: Руководитель должен выяснить факты, используя приемы эмпатического (активного) слушания.

Дополнительные инструкции: Вы руководитель предприятия. На заведующего отделом поступила от его подчиненных письменная жалоба о том, что он ведет себя грубо и нетактично и старается всячески подчеркнуть свое превосходство.

Вы вынуждены как-то среагировать на жалобу. Вы вызываете к себе заведующего отделом.

Заведующий отделом:

А) на предприятии еще новый человек

Б) долгие годы проработал на данном предприятии рабочим.

В) долгие годы проработал на своем месте без особых конфликтов.

Ворчливая уборщица

Участники: Начальник цеха, уборщица.

Информация: Начальник цеха ждет важных гостей из предприятия той же отрасли. Гости должны появиться каждую минуту. Вдруг входит уборщица и сердито кричит: «Только час назад я здесь все убрала и вычистила и теперь все снова запачкано. Долго мне за вами убирать?»

Задача: Начальник цеха старается успокоить уборщицу, пользуясь техниками АС.

Субботник

Участники: Начальник, подчиненный.

Информация: Вы должны получить обещание от подчиненного, что он придет на субботник. Подчиненный говорит, что он не хочет делать уборку на работе, когда и дома дел полно.

Задача: Ответить, используя техники АС.

Кто уберет?

Участники: Мастер, рабочий.

Информация: Мастер обращается с просьбой к рабочему, чтобы тот убрал свое место работы. Рабочий отвечает с гневом: «Какого черта я должен играть уборщицу. Найдите другого дурака!»

Задача: Ответить, используя техники АС.

Молодой специалист

Участники: Заведующий цехом, молодой специалист. Информация: Молодой специалист просит у заведующего цехом разрешение уйти с работы раньше на пару часов. Выясняется, что он собирается идти разузнавать насчет нового места работы. Заведующий цехом как раз на днях собирался обсудить с молодым специалистом его дальнейшие перспективы на предприятии и возможное его назначение в резерв руководителей. Задача:

Пользуясь техниками АС, постараться разузнать причины его ухода.

Убедить молодого специалиста остаться на предприятии.

Дополнительная инструкция: Вы молодой специалист. Вы хотите уйти с предприятия. Вы просите у заведующего цехом разрешение уйти на несколько часов раньше окончания рабочего дня, так как собираетесь идти разузнавать насчет нового места работы. Причину ухода можно выдумать самостоятельно. Следует высказать ее заведующему цехом, если чувствуешь, что между вами налажен хороший контакт.

Самостоятельная работа (7 часов)

Мотивы и мотивировка обращения в консультацию. Установление контакта с подопечными. Метод беседы в консультировании. Структура консультирования.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – принципов психологического просвещения в образовательной организации; форм и направлений, приемов и методов психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся;

умений – приемы и методы психологического просвещения по сохранению и укреплению психологического здоровья, субъектов образовательного процесса реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающимися;

навыков/опыта деятельности – владения приемами и средствами информирования субъектов образовательного процесса о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи по сохранению и укреплению психологического здоровья; оказания адресной помощи обучающимся.

Тема 3. Процедуры и техники психологического консультирования

Лекция №1 (2 часа)

Процедуры и техники первого, второго и третьего этапов психологического консультирования. Эмоциональные техники в психологическом консультировании: одобрение и успокоение; отражение чувств клиента, самораскрытие консультанта. Техники молчания: плоскости и правила применения. Техника интерпретации: особенности, виды, факторы эффективной интерпретации, реакции клиента на интерпретацию. Техника конфронтации: ситуации и правила применения. Техника рефреминга в психологическом консультировании: виды, способы построения рефремингов. Метафоры в психологическом консультировании: функции и виды метафор.

Семинарское занятие №1 (2 часа)

Задание 1. Реальные итоги психологического консультирования иногда оказываются меньше ожидаемых, или тогда, когда результаты консультирования, в

общем, соответствуют ожиданиям клиента, но не полностью решают его проблему. Таких причин может оказаться несколько. *Определите возможные способы эффективного устранения этих причин?*

Причина 1 Незнание психологом-консультантом законов развития и изменения того или иного психологического свойства и формы поведения клиента, на которую оказывается воздействие в ходе проведения психологического консультирования.

Причина 2 Отсутствие оптимальных условий, при наличии которых можно полностью и с успехом реализовать рекомендации, полученные клиентом от психолога-консультанта, и рассчитывать на положительные результаты.

Причина 3 Недостаточно сильное желание клиента следовать полученным от психолога-консультанта рекомендациям.

Причина 4 Неточный, неполный или недостаточный контроль эффективности выполнения полученных рекомендаций.

Причина 5 Еще одной причиной невысокой результативности психологического консультирования могут стать неправильные действия клиента по практической реализации полученных от психолога-консультанта рекомендаций.

Задание 2. Составить таблицы сравнительно-логического анализа подходов к практике психологического консультирования: психоанализ Фрейда З., аналитическая психология Юнга К., бихевиористское направление, гуманистическое направление, телесно-ориентированное направление, гештальтпсихология, нейролингвистическое программирование, трансактный анализ Берна Э., экзистенциальное направление.

Задание 3. На основе классификации видов психологического консультирования по Р.Немову составить к каждому виду психологического консультирования по 2 практические ситуации.

Задание 4. Выделить этапы психологического консультирования по С.Петрушину; выделить «игры» психолога в психологическом консультировании и составить к ним по 2 практические ситуации.

Задание 5. Составить к каждой технике психологического консультирования вводные фразы.

Техники: Перефразирование. Отражение чувств клиента. Прояснение проблемной ситуации. Отражение чувств консультанта. Техника «трехступенчатая ракета».

Семинарское занятие в форме тренинга №2 (2 часа)

Задание1. Отработка навыков, необходимых на стадии знакомства при первичном приеме клиента.

Задание:

- 1) правильно встретить клиента (клиентов);
- 2) представиться, узнать имя (имена) клиента (клиентов);
- 3) четко и коротко рассказать о своих профессиональных обязанностях и роли консультанта;
- 4) начать беседу с клиентом, установить раппорт.

Задание 2. Проигрывание следующих ситуации первичной консультации с подопечными разного типа.

1. Подопечный, искренне заинтересованный в разрешении своей проблемы и адекватно воспринимающий возможности психологии.

2. Подопечный, воспринимающий психолога как волшебника и полностью перекладывающий

на него все свои проблемы, преувеличивающий возможности психолога.

3. Подопечный, претендующий на высокий уровень знаний в психологии: я-то знаю, а вот что за специалист вы, я сейчас проверю.

4. Подопечный, ведущий за собой психолога своим словесным потоком, пришедший в консультацию для того, чтобы выговориться.

5. Подопечный, заинтересованный в консультации, но не понимающий своей проблемы, робкий и молчаливый.

6. Подопечный, претендующий на уникальность своего случая.

7. Крайне встревоженный подопечный, постоянно плачущий.

Задание 3. Разыгрывание в группе ситуации, где в качестве главных действующих лиц выступают психолог-консультант и подопечный (или подопечные). Ситуация выбирается «подопечным» втайне от «психолога, место действия - психологическая консультация, первичный прием. В соответствии с заданной ниже ситуацией каждый из героев должен выработать свою линию поведения. Каждая ситуация предполагает наличие скрытого мотива обращения в консультацию, задача психолога попытаться провести первичный прием и постепенно, шаг за шагом, представить себе истинные мотивы такого обращения.

Ситуация А. Основной мотив обращения в консультацию любопытство.

Ситуация Б. Я знаю, что я права, но я пришла за подтверждением своей правоты.

Ситуация В. Жалобы на ребенка, а истинный мотив обращения - супружеские отношения.

Ситуация Г. Основной мотив обращения в консультацию получение информации о психическом развитии ребенка.

Ситуация Д. Основной мотив обращения в консультацию оказать влияние на кого-либо из членов семьи с помощью психолога.

Ситуация Е. Жалобы на ребенка, а основная проблема кроется в личностной недостаточности.

Задание 4. Рассмотрите следующие ситуации.

Ситуация А. На консультацию пришел подопечный, явно желающий просто «выговориться». Вы прекрасно понимаете, что проблема, волнующая вашего гостя, требует особой кропотливой работы, однако в силу установки «выговориться» подопечный может больше не прийти на консультацию. *Попытайтесь убедить его в необходимости заполнения опросников и написания сочинения на тему «Я как родитель».* Оговорите со своим подопечным организационные моменты консультативной работы (время работы в течение одной консультации, количество встреч, порядок и виды работы, возможные результаты, форму и размер оплаты).

Ситуация Б. На консультацию пришел подопечный с некоторыми знаниями в психологии, но явно претендующий на первенство в затеваемой с вами игре, при этом отказывается выполнять все ваши задания. Однако вы прекрасно понимаете, что все его поведение носит защитно-компенсаторный характер, за всей его «интеллектуальной агрессивностью» кроется достаточно серьезная проблема. *Попытайтесь убедить подопечного в необходимости заполнения опросников и написания сочинения на тему «Я как родитель».* Оговорите со своим подопечным организационные моменты консультативной работы (время работы в течение одной консультации, количество встреч, порядок и виды работы, возможные результаты, форму и размер оплаты).

Задание 5. *Проведение друг с другом анамнестической беседы по поводу психологических проблем выбранного ими субъекта (брата, племянника, другого родственника).*

Итогом всей первичной консультации должны стать более-менее объективно представленная история развития ребенка (в психологическом консультировании все чаще и чаще ее начинают называть психологическим анамнезом ребенка) и предварительный образ родителя. Историю развития ребенка можно представить по следующей схеме.

1. Анкетные данные ребенка и основные сведения о семье. Дата рождения и точный возраст на момент обследования ребенка.

Полный состав семьи с указанием возраста, образования и характера работы всех членов семьи, а также родственников или других лиц, реально участвующих в воспитании ребенка. Изменения в составе семьи с момента рождения ребенка. Общие сведения о жилищных, материальных и бытовых условиях жизни семьи (при наличии неблагоприятных обстоятельств здесь и далее необходима более подробная их характеристика).

2. Особенности перинатального периода развития ребенка. Отношение матери и близких людей к будущему ребенку. Общие сведения об условиях развития ребенка до и после рождения. Наличие факторов риска в состоянии здоровья матери и ребенка в период беременности и в первые месяцы жизни.

3. Состояние здоровья ребенка. «История болезни ребенка». Перенесенные заболевания и состояние здоровья к моменту психологического обследования. Наличие травм и операций, хронических или частых заболеваний.

4. Особенности истории воспитания ребенка. Где и кем воспитывался ребенок начиная с рождения? Кто ухаживал за ребенком на протяжении первых двух лет жизни? Посещал ли ребенок ясли, детский сад, другие детские учреждения.

5. Особенности психического развития ребенка.

- Развитие в младенчестве и раннем возрасте (до трех лет включительно). Особенности развития моторики. Сроки появления основных сенсомоторных реакций: когда ребенок начал сидеть, стоять, ходить и др. Общий эмоциональный тон. Развитие речи: сроки появления первых слов, фраз, активность речевого общения. Активность в освоении окружающего, любопытство. Отношение к близким и незнакомым взрослым. Овладение предметными действиями. Сроки формирования навыков самообслуживания. Когда и как приучили к опрятности? Проявления самостоятельности, настойчивости. Какие трудности наблюдались в поведении ребенка? Любимые игры и занятия.

- Развитие ребенка в дошкольном возрасте. Любимые занятия ребенка. В какие игры и с кем любит (любил) играть ребенок? Любит ли рисовать, с какого возраста, что? Любит ли слушать сказки, заучивать стихи, смотреть телевизионные передачи? Умеет ли читать, когда и как, по чьей инициативе научился? Как развит физически? Какая рука является ведущей? Имеются ли домашние обязанности? Практикуются ли совместные формы деятельности ребенка со взрослыми? Отношения со сверстниками. Отношения с членами семьи. Типичные конфликты, их частота. Наказания и поощрения со стороны взрослых, наличие актуальных запретов. Особенности реагирования на успех, наказания, поощрения и т. д.

- Развитие ребенка в младшем школьном возрасте. В каком возрасте поступил в школу? Легко ли включился («адаптировался») в школьную жизнь? Тип посещаемого учебного заведения. Была ли смена школы, класса и по какой причине? Успеваемость.

Любимые и нелюбимые предметы. Выполнение домашних заданий. Отношения с одноклассниками. Отношения с учителями и др .

- Развитие ребенка в подростковом возрасте. Каковы особенности данного периода, что изменилось по сравнению с предыдущим возрастом (стал непослушным, неисполнительным, вспыльчивым и т.д.), изменились ли отношения со сверстниками, со взрослыми (близкими и чужими), как? Как меняется отношение к своей внешности, к себе? Что чаще всего наблюдается: замкнутость в себе или стремление к компании? Как осуществляется учебная деятельность? Есть ли уже профессиональная перспектива? Как она сформировалась (или формируется): под влиянием родителей, моды, сверстников и т.д.? Что больше всего волнует в поведении подростка?

Семинарское занятие в форме тренинга №3 (2 часа)

Идентификация с ролью клиента

Цель: развитие у студентов способности поставить себя на место другого.

Ведущий рассказывает участникам группы о специфике душевной боли, выделяет три базовых составляющих консультативного процесса в практической психологии — опыт, жизнь и любовь.

Далее ведущий предлагает участникам карточки с описаниями различных ситуаций, в которых оказались люди как взрослые, так и дети. Участники должны войти в положение своих героев и рассказать группе их историю от первого лица.

Ситуация 1. Молодой человек, не проявивший никаких способностей в жизни. Ничего толком он не умеет, ничего у него не получается, никаких особых способностей не проявилось. Другие люди ему об этом тоже говорят. Он им верит. Испытывает разочарование в жизни, утратил к ней интерес.

Ситуация 2. Женщина поссорилась со своим мужем. Они поругались, и муж сказал, что он уходит и забирает с собой сына. Она подумала, что он угрожает. Но муж действительно забрал ребенка. Он забрал его тайно, пока её не было. Больше она их не видела. Сейчас у неё новая семья. Но она всё время думает о первом муже, хочет его вернуть.

Ситуация 3. Девочка-подросток страдает из-за семейных конфликтов. Причиной этих ссор является она сама, вернее её воспитание. Родители упрекают друг друга, обвиняют, скандалят. Каждый считает, что вина в том, что дочь отбивается от рук, в другом. Девочка тяжело переживает эти раздоры, очень эмоционально реагирует на них. Главное заключается в том, что она считает себя хорошей и ей обидно, когда в неё не верят.

Ситуация 4. Отец постоянно ругает своего сына, «пилит» по поводу и без. Он же просто теряется, так как не знает, как тому угодить. Чувствует себя униженным, суетится всякий раз, когда отец кричит на него. Ему очень горько, что его никто не защищает и не любит.

Ситуация 5. Женщина испытывает большие нагрузки на работе, кроме того, ей постоянно и беспричинно делают замечания, попрекают. Ей кажется, что все ополчились против неё. На неё бросают косые взгляды, перешептываются за спиной, но в глаза никто ничего не высказывает. Она очень дорожит своей работой, но условия в коллективе становятся невыносимыми.

Ситуация 6. Девочки-сестры враждуют между собой. Старшая насмехается над младшей, издевается над её внешностью, манерой одеваться, причёсываться, говорить. Она выставляет в смешном свете всё, чем занимается младшая. Когда дома никого нет, обзывает младшую и даже бьёт. На попытки младшей сестры искать защиту и поддержку у родителей, те отвечают ей, что она это все выдумывает.

Ситуация 7. Старшеклассница жалуется на отсутствие друзей, с ней никто не хочет дружить, из компаний её просто прогоняют. Она думает, что это связано с её некрасивой

внешностью, которая всех отталкивает. Надежду обрести друзей она уже утратила. Одиночество стало таким всеобъемлющим, что ей уже не хочется жить.

Ситуация 8. Пожилая женщина недовольна своим сыном и его женой, которая постоянно им командует. Пока матери удастся помочь сыну, спасти его от ситуации подкаблучника, но её мучают опасения, что после её смерти всё изменится к худшему и сын попросту пропадет. Ведь далее для своих детей он не авторитет, как их мать скажет, так и будет.

Ситуация 9. Молодая женщина находится в растерянности: муж накануне вечером сообщил ей, что у него другая и он решил уйти к ней. Уговоры не возымели никакого действия. Он заявил, что всё равно с ней не будет. Сегодня утром он собрал вещи и ушел, сказав, что навсегда.

Ситуация 10. Мать не знает, что делать со своей выросшей дочерью, которая ни её, ни отца не слушает, хамит. Может по несколько дней не появляться дома, при этом ничего родителям не сообщает. Хотя они знают, что у неё уже регулярно меняются партнеры, её интимное поведение попросту называется развратом. Дочь становится всё более развязной, грубой, ничего не делает по дому — только ест, спит, меняет наряды и постоянно требует денег.

Ситуация 11. Старая женщина узнала, что в детском доме живет её племянница, о судьбе которой она прежде ничего не знала. После встречи с девочкой в детдоме женщина испытывает ужасные мучения, т.к. девочка очень обрадовалась встрече с ней и просит забрать её оттуда, однако женщина обеспокоена тем, что она слишком стара и тяжело больна, и кроме того, опасается, что на её пенсию и социальное пособие ребенка ей не поднять.

Обсуждение: насколько трудно было войти в роль клиента? Какие чувства возникли в этой роли? Трудно ли поставить Себя на место другого человека и понять его переживания?

Семинарское занятие в форме тренинга №4 (2 часа)

Цель: развитие сочувственного отношения к проблемам и бедам других людей.

Далее предлагаются ситуации, в которых надо выразить сочувствие и оказать поддержку.

Ситуация 1а. Маша только что узнала, что ее мама и папа собираются развестись. Они сказали ей, что некоторое время она будет жить у тети Кати, пока все образуется. Маша плачет, рассказывая вам об этом. Вы можете выразить сочувствие Маше?

Ситуация 2а. Паше 8 лет. На день рождения папа/ подарил ему щенка. Паша гулял с ним каждый день, кормил, поил и играл с ним после школы. Паша очень привязался к своему новому другу и заботился о нем. Однажды Паша пришел из школы и обнаружил, что щенок прорыл дыру под забором и убежал. Мальчик был очень расстроен. Он искал его повсюду. Его мама помогла ему дозвониться в службу по отлову беспризорных животных, чтобы проверить, не попал ли он туда. Паша расклеил объявления о пропаже щенка, но никто не откликнулся. Когда Паша рассказывал вам об этом, он был очень-очень опечален. Можете ли вы посочувствовать Паше?

Ситуация 3а. Ребенок выходит во двор поиграть в футбол, но ему постоянно отказывают, говоря, что он ещё мал.

Ситуация 4а. Тимур и Роза — брат и сестра. Их родители приехали из Казахстана несколько лет назад. Они живут в большом городе и ходят в среднюю школу. Однажды они вернулись из школы и застали обоих родителей дома. Это было очень странно, потому что они оба работали. Родители сказали им, что их бабушка в Казахстане тяжело заболела и маме необходимо поехать туда на долгое время, чтобы ухаживать за ней. Роза

и Тимур очень огорчены, что их мама уезжает так далеко и неизвестно, когда вернется. Можете ли вы им посочувствовать?

Ситуация 5а. Пете подарили велосипед на день рождения. Папа предупредил его, чтобы он не забывал каждый вечер ставить велосипед в гараж. Однажды вечером Петя заигрался с друзьями с соседней улицы и забыл про велосипед. На следующее утро он вспомнил о нем и побежал посмотреть, на месте ли он. Велосипеда не было! Петя рассказал вам об этом по дороге в школу. Можете ли вы придумать слова утешения для Пети?

Ситуация 6а. Карине 13 лет. Она живет с мамой и «четырьмя младшими братьями». Мама подрабатывает в трех местах, чтобы заработать достаточно денег. Карина хочет стать капитаном школьной команды болельщиков, у нее нет времени, чтобы ходить на репетиции. После школы она должна сидеть с братишками. Карина спросила у учителя, который отвечает за подготовку капитанов, что ей делать. Учитель дал ей домой видеокассеты с обучающим курсом, чтобы она могла практиковаться дома. На испытаниях она заняла первое место и была очень счастлива! Карина забежала к вам на перемене и сказала, что она набирает команду. Можете ли вы разделить ее радость?

Упражнение: Принятие ответственности (Р. Смид)

Цель: развитие умения работать с ответственностью. Далее предлагается работа, предполагающая определение меры ответственности и её принятия.

Ситуация 1.

Дэн отвечает дома за собаку по кличке Лэд — кормит, моет, гуляет и играет с ней каждый день. Однако несколько дней подряд Дэн был настолько увлечен играми со своими друзьями, что забывал погулять и поиграть со своим псом. Лэд очень любит бегать по окрестностям и играть с детьми и теперь, когда про него забыли, заскучал и начал грызть свой ремешок. Наконец он перегрыз его и с радостью убежал гулять. Вечером Дэн пришел кормить собаку и обнаружил порванный ремешок. Он очень огорчился и почувствовал себя ужасно из-за пропажи собаки. Однако Дэн не хочет брать на себя ответственность за плохой уход за собакой и считает, что виноват Лэд: он не захотел оставаться дома, и поэтому он плохой пес.

Вопросы: Какая часть ответственности лежит на Дэне? Какая часть ответственности лежит на Лэде? Какая часть ответственности лежит на остальных? Что можно было сделать Дэну по-другому, чтобы Лэд не убежал?

Ситуация 2.

В июле Полу исполнилось 16 лет, и он получил водительские права. Он очень доволен, что теперь может с друзьями ездить, куда захочет. Его сестра Кетти работает в банке. Ее машина находится в ремонте. Пол согласился встретить Кетти после работы в 5 часов вечера и подвезти ее домой, потому что она плохо себя чувствует и ей нельзя долго находиться на открытом солнце. В этот день было очень жарко, и друзья Пола попросили отвезти их после школы в кафе выпить молочного коктейля. Они шутили и смеялись и не заметили, как пролетело время. Пробыло 5 часов, и Пол понял, что опоздал за Кетти как минимум на полчаса. Его друзья сказали, что ему не стоит беспокоиться, поскольку его сестре 19 лет, и она вполне может сама взять машину и вообще не нуждается в опеке своего 16-летнего брата. Пол никак не мог отвязаться от своих друзей и чувствовал возрастающее беспокойство. Когда, наконец, он добрался до банка, то увидел у входа несколько полицейских машин и машину скорой помощи. Испуганный Пол спросил у полицейского, что произошло. Выяснилось, что у входа в банк молодая женщина упала в

обморок и сейчас ее собираются отвезти в больницу. Пол сказал полицейскому, что, наверное, это его сестра, и ему разрешили заглянуть в машину скорой помощи. Это действительно была Кетти. Врач сказал, что ей лучше, но в больницу ее отвезти необходимо. По дороге домой Пол чувствовал угрызения совести. Он думал, что если бы он приехал за Кетти вовремя, то она не перегрелась бы на солнце и не попала бы в больницу.

Вопросы: Если полная ответственность равна 100%, то какая доля ответственности лежит на Поле? Какая доля ответственности лежит на Кетти? На ком еще лежит ответственность за ситуацию? Как Пол мог поступить, чтобы проявить больше ответственности?

Семинарское занятие в форме тренинга №5 (2 часа)

Задание: Метафорическое описание

Цель: дать метафорическое описание основным психологическим понятиям практической психологии.

Идентичность

Примеры ответов студентов: бесконечная точка; жемчужина, скрытая в раковине, краски на полотне; дно океана; увидеть чудесное в чудесном; бесконечная страсть к идеалу; решенное уравнение; капли дождя; отражение неба в озере и др.

Свобода

Примеры: растение без корней; несчастье узника, бремя бездельника, обыденность сумасшедшего; это туман; издалека выглядит страшно, но когда наступает, становится страшно; это птица, которая постоянно залетает в Захлопывающуюся клетку, и др.

Воля....

Примеры: это магнит в компасе, где стрелка — это жизнь; дамба на бурной реке; ветер, подгоняющий корабли, и др.

Рефлексия

Примеры: путешествие в незнакомом месте; выкладывание мозаики; плыть по поверхности океана и постепенно опускаться все глубже, но не тонуть; опускание ведра в бездонный колодец и др.

Жизнь

Примеры: желание видеть свет; карусель: если посчастливится, то вскачешь и прокатишься, а если нет, то будешь стоять внизу и смотреть на веселящихся; вязание спицами; парение воздушного змея; игра «Что? Где? Когда?» — время пошло, а ответ за тобой.

Смерть

Примеры: конец одного из этапов бесконечности; исчезновение картинки с экрана компьютера; безмолвная тишина; возвращение на землю после прыжка; кто-то вышел из комнаты и выключил за собой свет и др.

Человек

Примеры: монета, стоящая на ребре; вопросник; приемник программы, транслируемой свыше; одинокая звезда на фоне бесконечности и др.

Счастье

Примеры: возможность жить без внутренней боли; удовольствие без раскаянья; совпадение ответов с ключом; питание радостью; вера Розы Маленького Принца в то, что она одна такая; бабочка зимой и др.

Семья

Примеры: это город, который предстоит построить и сохранить; 4 ножки стола, объединенные общей столешницей; грибница опят; произведение искусства из груды металлолома; круг, вписанный в многоугольник; зонтик, защищающий от дождя, и др.

Смысл

Примеры: алмаз среди груды стекляшек; вбивание гвоздя в небо; шифр от сейфа; опилки в голове Винни-Пуха; весна и оживление всего; сладчайший нектар, будь он в красивом кубке или невзрачной бутылке; квадрат среди кругов и др.

Проблема.

Примеры: тополиный пух; пожар; это роса, которая высыхает под действием солнечных лучей, но на следующую ночь выпадает снова; вырвавшийся на волю зверь; холодная вода в ручье, через который надо пройти, и др.

Клиент

Примеры: запутавшийся в клубок котенок; тонущая лодка; собор, нуждающийся в реставрации; море, в котором разлили нефть; птица в клетке с ключом на шее и др.

Психолог

Примеры: мальчик для битья; пожарный; гастроэнтероскоп; сапожник, который чинит душу; скульптор, выбивающий из камня; стоматолог, ставящий пломбы на дырах в отношениях; ветер для мельницы, пока не работает мотор; актер, забывший слова роли, но активно ориентирующийся в ситуации, и др.

Ответственность

Примеры: это чемодан без ручки, который нести тяжело, но бросить нельзя; это птица, выюющая гнездо для своих птенцов, и др.

Любовь

Примеры: это первый пожар, который заставляет

Упражнение: Предоставление и получение обратной связи {Д. Данко и Р. Черси)

Цель: установление психологического климата, способствующего предоставлению и получению обратной связи в установленных рабочих группах, практика активного слушания и навыков обратной связи.

Оборудование: Листок бумаги и карандаши для каждого участника.

Ведущий объясняет цель упражнения. Он говорит о том, что часто бывает трудно в групповых ситуациях спонтанно дать и получить похвалу, конструктивную критику или негативную обратную связь, т.к. люди не хотят нарушать групповых норм, отдалять других людей или быть воспринятыми как приносящие другим людям неприятности, и еще потому, что они не знают, что им на это ответят. Далее ведущий поясняет, что целью данного упражнения является предоставление участникам возможности обмениваться информацией друг о друге.

Ведущий объясняет первую фазу упражнения: сбор фактов. На этом этапе каждый участник должен поговорить с каждым попарно. Примерный перечень вопросов:

Какое ваше любимое дело?

Как вы сейчас себя чувствуете?

Кому вы больше всего доверяете?

О чем вы чаще всего мечтаете?

Когда вы хотите побыть один?

Что вы называете экзотическим?

Как вы определяете дружбу?

Когда вы чувствуете особое расположение к другому человеку?

Какие ценности являются для вас наиболее значимыми?

Что вы ожидаете от меня?

В каких обстоятельствах вы говорите неправду?

Что вам Трудно делать?

Какова ваша любимая шутка или анекдот?

Когда вы чувствуете себя некомфортно?

В ходе беседы должен произойти в течение 3-5 минут обмен обратной связью. При этом желательно придерживаться следующих правил:

1. Обратная связь представляет собой информацию о таком влиянии нашего поведения, которое обычно не осознается. Формой обратной связи является сообщение о своих реакциях на поведение других людей с целью помочь им откорректировать его;

2. Хорошо начинать с положительной обратной связи, постепенно переходя к негативным моментам, если они имеются;

3. Обратная связь должна носить скорее описательный, чем оценочный характер, кроме того, она должна быть конкретной;

Задачей слушающего является практика активного слушания. Пояснения спрашиваются лишь тогда, когда они необходимы;

Информация, содержащаяся в обратной связи, может основываться только на собственных наблюдениях и впечатлениях слушающего;

Давая личностную обратную связь, необходимо оговорить, что это Ваше личное мнение.

Участникам раздаются чистые листы бумаги и карандаши, они рассаживаются попарно. Пары просят сесть таким образом, чтобы не мешать и не слышать то, о чем говорят соседние пары. Участников просят выбрать того человека в паре, который будет первым, и начать первую фазу упражнения. Через 3 минуты ведущий просит поменяться ролями в диадах. Еще через 3 минуты ведущий говорит время. Одна минута дается участникам на фиксацию полученной информации, а потом их просят выбрать себе следующего партнера. Этот процесс продолжается до тех пор, пока каждый не даст и не получит обратную связь от каждого. Участников просят просмотреть и структурировать ту информацию о себе, которую они получили.

Далее ведущий объясняет вторую фазу упражнения: ответ. Ведущий говорит о том, что каждому участнику будет предоставлено по 3 минуты на то, чтобы сообщить и ответить на ту обратную связь, которую они получили о себе. Участникам напоминает о конфиденциальности источников.

Обсуждение: группа обсуждает новое восприятие друг друга, возможности использования обратной связи в консультировании и те средства и способы, с помощью которых лучше давать и получать обратную связь.

Контрольная работа №1 по темам: «Основы психологического консультирования», «Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования», «Процедуры и техники психологического консультирования».

Самостоятельная работа (5 часов)

Процедура эмпатического слушания клиента. Процедура подкрепления клиента. Процедура убеждения клиента. Процедура вселения в клиента уверенности в том, что его проблема будет решена.

Подготовка к контрольной работе №1 по темам: «Основы психологического консультирования», «Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования», «Процедуры и техники психологического консультирования».

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – принципов психологического просвещения в образовательной организации; форм и направлений, приемов и методов психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся;

умений – приемы и методы психологического просвещения по сохранению и укреплению психологического здоровья, субъектов образовательного процесса реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающимися;

навыков/опыта деятельности – владения приемами и средствами информирования субъектов образовательного процесса о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи по сохранению и укреплению психологического здоровья; оказания адресной помощи обучающимся.

Тема 4. Консультирование по проблемам дошкольного возраста

Лекция №1 (2 часа)

Консультирование по проблемам раннего детского аутизма (особенности общения, развития речи, ведущих видов деятельности и т.д.). Проблемы умственной отсталости в контексте психологического консультирования (личностное, речевое, умственное развитие детей с олигофренией). Консультирование родителей хронически больных, часто болеющих детей. Психологические проблемы родителей и детей с ограниченными возможностями (детский церебральный паралич, физические недостатки, нарушения слуха, зрения и т.д.). Консультирование по проблемам готовности ребенка к школьному обучению.

Семинарское занятие в форме заслушивания докладов-презентаций №1 (2 часа)

1. Проблема социальной (материнской) депривации.
2. Типы семейного воспитания и их влияние на психическое развитие ребенка.
3. Проблемы эмоционального развития детей дошкольного возраста: нарушение сна, плач, страхи, энурез, экопрез, тики, заикание.
4. Возрастные страхи дошкольников.
5. Психологическая помощь семье трехлетних детей в период возрастного кризиса.
6. Проблемы формирования личности дошкольника: тревожность, упрямство, негативизм.

Семинарское занятие в форме анализа конкретных ситуаций №2 (2 часа)

Задание 1. Постройте схему беседы с ребенком. Наметьте основные вопросы, которые вы хотели бы задать будущему первокласснику.

Задание 2. Сообщите ребенку дошкольного возраста и подростку информацию о необходимости визита к психологу.

Задание 3. «Мама девочки: Иру (6л.9м) тошнит в садике, рвет. Плачет, не хочет идти в садик».

Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей.

Определите основные этапы работы над проблемой.

Задание 4. «Девочка (4г.6м.) просыпается ночью, кричит, недавно испугала соседку, накричала».

Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей.

Определите основные этапы работы над проблемой.

Задание 5. «Ребенок (4г.8м.) капризничает, бьет других детей, не слушается ни маму, ни бабушку, не соблюдает правила поведения в группе, обзывает воспитателя».

Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей.

Определите основные этапы работы над проблемой.

Задание 6. «У девочки (5л.9м.) трудности в назывании дней недели, путает цвета, не любит собирать мозаику, пазлы, очень общительна, но дети в группе ее не любят».

Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей.

Определите основные этапы работы над проблемой.

Задание 7. «Девочка (5л.7м.) не любит и не умеет играть одна, очень общительна, иногда – навязчива. Очень сильно поддается влиянию отца, но он считает, что ребенка нужно воспитывать в строгости, не баловать общением».

Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей.

Определите основные этапы работы над проблемой.

Задание 8. «Мальчик (5л.7м.) очень плохо ест, в д/с ест только хлеб и компот. Очень маленького роста для своего возраста. Путает цвета, не знает названий дней недели, плохо получается складывать мозаику, но очень любит рисовать, хотя долго рисовать тоже не может. В рисунках преобладает в основном желтый цвет».

Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей.

Определите основные этапы работы над проблемой.

Задание 9. «Мальчик (6л.9м.) не может установить контакт в группе со всеми детьми, играть вместе. Кроме того, маме кажется, что он быстро «впитывает» в себя все плохое, а хорошее – медленно».

Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей.

Определите основные этапы работы над проблемой.

Задание 10. «Маме кажется, что ее сын (5л.8м.) «слишком послушный», «правильный» ей интересно, как он ведет себя среди сверстников. Она считает, что у нее авторитарный тип воспитания, и негативные последствия носят скрытый характер. Кроме того, ее беспокоит, что на сына оказывают сильное влияние родственники (родители мужа, с которым они в разводе), кажется, что она теряет эмоциональную связь с сыном».

Семинарское занятие в форме анализа конкретных ситуаций №3 (2 часа)

1. Мать обратилась в консультацию по требованию воспитателя. Ребенок 5 лет ведет себя агрессивно с товарищами: в песочнице может насыпать песок в глаза сверстнику, стукнуть его палкой, толкнуть. На замечания воспитателя либо обижается, отворачивается, либо продолжает свои действия, не обращая внимания. Вместе с тем может подойти к сверстнику, пожалеть его, если тот заплачет, поделиться игрушками.

Ваши предположения о возможных причинах агрессивности ребенка. Составьте план коррекционно-профилактической работы.

2. Родители девочки 6 лет обратились к психологу с жалобой на страх темноты, нежелание одной оставаться в комнате, плохой сон. Девочка засыпает только при свете и долго не хочет отпустить маму, требуя, чтобы с ней посидели. Ночью нередко просыпается и прибегает к родителям в кровать. Девочка посещает детский сад с 4 лет, жалоб у воспитателей нет. Запрос родителей: как научить девочку самостоятельно засыпать в темноте?

Определите основные задачи и направления коррекционной работы.

3. Родители девочки 5 лет обратились к психологу с запросом порекомендовать, как подготовить девочку к появлению нового ребенка в семье — рождению братика или сестрички. Родители жалуются на то, что девочка — «диктатор», постоянно требует к себе внимания, капризна, неуступчива. Родители считают, что появление маленького брата или сестры сделает ее менее эгоистичной и внимательной к другим.

Ваши рекомендации родителям?

4. К психологу обратились родители мальчика 5 лет с просьбой протестировать его и выяснить его способности: мальчик уже хорошо читает, считает, увлекается чтением детской энциклопедии, любит компьютерные игры. Родители считают, что у него есть математические способности и хотят, чтобы он пошел в школу, а «не терял время в детском саду».

Ваша программа диагностического обследования и рекомендации родителям?

5. Родители мальчика 3 лет жалуются на «неуправляемость», капризы, непослушание сына. Мальчик плохо ест, постоянно капризничает, требует, чтобы ему купили любую игрушку, которую "он видит, или шоколадку. Требует внимания, не терпит, когда родители беседуют или смотрят телевизор, бросается к ним, лезет на колени, пытается выключить телевизор. В транспорте или в магазине может броситься на пол, кричать и требовать, пока не добьется своего. Запрос: что делать в конфликтных ситуациях, как добиться от ребенка выполнения своих требований?

Ваши рекомендации родителям? Определите задачи и тактику беседы с родителями.

6. К психологу в детском саду обратилась мать девочки 6 лет с жалобой на необщительность дочери: избегает сверстников, предпочитает играть одна. Мать опасается, что в школе дочь будет испытывать трудности в общении со сверстниками. Запрос: как сделать ребенка более общительным?

Определите программу психологического обследования и основные направления и методы коррекционной работы.

Самостоятельная работа (10 часов)

Жалобы и трудности родителей детей раннего возраста. Проблема социальной (материнской) депривации. Типы семейного воспитания и их влияние на психическое развитие ребенка. Проблемы эмоционального развития детей дошкольного возраста: нарушение сна, плач, страхи, энурез, экопрез, тики, заикание. Возрастные страхи дошкольников. Психологическая помощь семье трехлетних детей в период возрастного кризиса. Проблемы формирования личности дошкольника: тревожность, упрямство, негативизм.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний — закономерностей и возрастных норм психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах; современных теорий, методов и техник консультирования; этических норм организации и проведения консультативной работы; целей, задач, видов, принципов, структуры и компонентов, этапов и фаз процесса психологического консультирования; особенностей организации психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса; методов психолого-педагогического сопровождения;

умений — соблюдать принципы профессиональной этики при реализации консультативной деятельности; организовывать и проводить консультирование с субъектами образовательного процесса; проводить индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития; вести профессиональную документацию;

владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья; выстраивать (совместно с педагогом и другими специалистами) индивидуальную траекторию развития личности обучающегося в соответствии с учетом их особенностей и образовательных потребностей; осуществлять психологическое сопровождение процесса обучения детей с ОВЗ в образовательной организации; проектировать программы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач; навыков/опыта деятельности – владения базовыми консультативными техниками; основами консультирования педагогов, родителей (законных представителей) по проблемам обучения, воспитания, развития; использования конструктивных воспитательных усилий родителей (законных представителей) обучающихся, помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка; владения технологией психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса.

Тема 5. Консультирование по проблемам младшего школьного возраста

Лекция №1 (2 часа)

Консультирование по проблемам адаптации ребенка к школе. Проблемы школьников с личностными и поведенческими проблемами. Консультирование по проблеме школьной тревожности у учащихся младших классов. Консультирование по проблемам младших школьников группы «риска»: синдром дефицита внимания, леворукость.

Семинарское занятие в форме заслушивания докладов-презентаций №1 (2 часа)

1. Особенности учебной деятельности в младшем школьном возрасте.
2. Основные трудности младших школьников, родителей и учителей при построении учебной деятельности.
3. Проблемы младших школьников, испытывающих трудности в обучении и общении.
4. Проблема отношения младшего школьника к учению.
5. Проблема готовности младших школьников к переходу в среднее звено школы.

Семинарское занятие в форме анализа конкретных ситуаций №2 (2 часа)

1. Родители первоклассника жалуются на необъективное отношение учительницы к их сыну: мальчику часто делают замечания на уроках, ругают на родительских собраниях и, как считают родители, оценивают успехи сына более строго и пристрастно, а часто и несправедливо, по сравнению с другими. Это привело к тому, что сын, который охотно пошел в школу 1 сентября, уже после Нового года стал использовать любой повод, чтобы не ходить в школу, — то у него кашель, то голова болит и пр. В классе у мальчика друзей нет, хотя с одноклассниками он в ровных спокойных отношениях. Родители стоят перед выбором — с одной стороны, им кажется, что сын не заслуживает такого отношения, и они склоняются к тому, чтобы перевести его в другой класс, с другой стороны, учительница считается в школе очень сильной и все родители стремятся, чтобы дети учились именно в ее классе.

Определите план психологического обследования. Ваши рекомендации родителям?

2. В консультацию обратились родители мальчика 7 лет с жалобой на «повышенную нервность», плаксивость, «немужское поведение»; мальчик предпочитает общество девочек, любит играть в куклы. Ребенок в этом году пошел в первый класс,

робкий, застенчивый. Предпочитает уроки переменам, учится неплохо, но очень много времени проводит за приготовлением домашних заданий. Запрос: порекомендовать, как сделать его более мужественным и умеющим постоять за себя?

Определите программу психологического обследования и основные направления коррекционно-профилактической работы.

3. В консультацию обратилась мать мальчика 8 лет с жалобой на непослушание, своеволие, конфликтность, невыполнение требований родителей и режимных моментов. Мальчик учится во втором классе, успеваемость средняя, предпочитает прогулки во дворе с друзьями урокам. Может уйти на весь вечер, не предупредив родителей. Часто забывает сделать домашние задания, а если родители спрашивают об этом, может солгать. Маму беспокоит, что у сына нет заинтересованности в учебе, он не любит читать, ленится. Запрос: как сделать сына более ответственным, приучить соблюдать порядок, добиться самостоятельного выполнения уроков.

Определите программу психологического обследования и рекомендации родителям.

4. В консультацию обратилась мать 10-летней девочки с жалобой на страхи и тревожность ребенка. 10 месяцев назад во время поездки на автомобиле мама с дочерью попали в аварию (машина перевернулась), но никто не пострадал. В течение 3 месяцев у девочки наблюдались ночные кошмары и тик, но потом все прошло. В настоящее время девочка испытывает страх, что с мамой что-то случится, беспокоится, когда ее нет рядом, испытывает чувство тревоги. Родители в разводе. Мать много работает, занимается предпринимательством. Девочка хорошо учится в школе, отметки — 4 и 5.

Ваши гипотезы о причинах страхов? Составьте программу диагностического обследования, предложите программу коррекционной работы.

5. К психологу обратилась мать младшего школьника — мальчику 9 лет - с жалобой на плохую успеваемость, нежелание ходить в школу. В семье есть еще старшая сестра (12 лет), учится в той же школе хорошо (на 4 и 5). Мальчик в первом классе посещал группу продленного дня, так как мать работала. Учителя жаловались на его несобранность, неаккуратность, расхлябанность. В настоящее время мать не работает, много времени уделяет сыну: пытается делать с ним уроки, но это обычно заканчивается конфликтами и скандалом. Запрос — порекомендовать упражнения для развития памяти и мышления.

Определите программу психологического обследования и психологические рекомендации.

6. В консультацию обратились родители мальчика 9 лет с жалобой на отказ посещать школу. В первом классе ребенок посещал частную школу с небольшими классами и специальной «развивающей программой». Во втором классе родители развелись, и мама с сыном переехали, что и стало причиной перевода ребенка в обычную общеобразовательную школу. Мама не хотела этого, но ребенок очень уставал от дороги. Ребенок раньше учился хорошо, но в последнее время в школу ходит 1—2 раза в неделю, отказывается делать уроки. Возникла реальная угроза, что мальчик будет не аттестован за учебный год. Когда ребенок отказывается идти в школу - говорит, что он устал, хочет спать, ему не хочется, не интересно, - мать, хотя и уговаривает его, но идти в школу силовыми методами не принуждает. Запрос: что делать, как уговорить ребенка ходить в школу — либо, может быть, выбрать форму «экстерна»?

Ваши предположения о причинах отказа мальчика ходить в школу? План психологического обследования и рекомендации по коррекции поведения ребенка?

Самостоятельная работа (5 часов)

Подготовка докладов-презентаций по вопросам: Особенности учебной деятельности в младшем школьном возрасте. Основные трудности младших школьников, родителей и учителей при построении учебной деятельности. Проблемы младших школьников, испытывающих трудности в обучении и общении. Проблема отношения младшего школьника к учению. Проблема готовности младших школьников к переходу в среднее звено школы.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – закономерностей и возрастных норм психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах; современных теорий, методов и техник консультирования; этических норм организации и проведения консультативной работы; целей, задач, видов, принципов, структуры и компонентов, этапов и фаз процесса психологического консультирования; особенностей организации психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса; методов психолого-педагогического сопровождения;

умений – соблюдать принципы профессиональной этики при реализации консультативной деятельности; организовывать и проводить консультирование с субъектами образовательного процесса; проводить индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития; вести профессиональную документацию; *владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья;* выстраивать (совместно с педагогом и другими специалистами) индивидуальную траекторию развития личности обучающегося в соответствии с учетом их особенностей и образовательных потребностей; осуществлять психологическое сопровождение процесса обучения детей с ОВЗ в образовательной организации; проектировать программы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; *сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач;*

навыков/опыта деятельности – владения базовыми консультативными техниками; основами консультирования педагогов, родителей (законных представителей) по проблемам обучения, воспитания, развития; *использования конструктивных воспитательных усилий родителей (законных представителей) обучающихся, помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка;* владения технологией психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса.

Тема 6. Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста

Лекция №1 (2 часа)

Консультирование по вопросам трудностей в учении в подростковом возрасте. Консультирование по проблемам поведения в стрессогенных ситуациях. Консультирование по проблемам подростков группы «риска»: акцентуации характера и психопатии, дебюты психических заболеваний, склонность к алкоголю, употреблению наркотических и токсических средств и т.д. Консультирование по проблемам личностной самореализации в юношеском возрасте.

Семинарское занятие в форме заслушивания докладов-презентаций №1 (2 часа)

1. Консультирование враждебно настроенных и агрессивных подростков, проблема скрытой враждебности.

2. Значение «психологической» силы консультанта при работе с агрессивными клиентами.
3. Консультирование тревожных подростков, переживающих чувство вины.
4. Консультирование подростков с асоциальными формами поведения.
5. Консультирование подростков с депрессией, при переживании острого горя.
6. Особенности работы с подростками с суицидальными намерениями, совместная работа с врачом-психиатром.
7. Консультирование подростков с психосоматическими расстройствами.

Семинарское занятие в форме анализа конкретных ситуаций №2 (2 часа)

1. К школьному психологу обратился директор школы с запросом оценить возможности подростка 13 лет обучаться в общеобразовательной школе. Мальчик плохо учится, не успевает по ряду предметов, грубит учителям, на уроке постоянно нарушает дисциплину. Состоит на учете у психоневролога с 6 лет в связи с жалобой родителей на постоянное беспокойство, повышенную двигательную активность, неспособность концентрации и сосредоточения. Мать умерла в родах. До 6 лет воспитывался у бабушки в другом городе. В настоящее время проживает совместно с отцом и мачехой (школьная учительница). Отцу предлагают забрать ребенка из школы на домашнее обучение.

Предложите программу диагностического обследования. Определите стратегию и тактику коррекционно-профилактической работы в отношении подростка, его семьи, администрации и педагогов школы.

2. В консультацию обратилась мать подростка 15 лет с жалобой на то, что он отказывается общаться с ней: прекратил разговаривать, повесил на дверь комнаты замок, питается отдельно (устроился работать на почту). Семья полная. Отношения сына с родителями всегда были дистантными, но в рамках принятых приличий. Сын, по словам матери, уже давно ничем не делится и ничего не рассказывает о себе. Подросток хорошо учится в школе, самостоятелен, сам записался на подготовительные курсы в институт и посещает их. Запрос: помочь восстановить с сыном нормальные отношения.

Ваши предположения о возможных причинах поведения подростка? Составьте программу психологического обследования. Что можно рекомендовать родителям?

3. В консультацию обратилась мать девочки 12 лет, которая испытывает отвержение со стороны сверстников — ее преследуют, подбрасывают письма с требованием «уйти из класса». Девочка - новенькая, пришла в этот класс три месяца назад. Сначала отношения складывались хорошо, у нее появились друзья, в том числе лидер класса. Однако через некоторое время девочка стала дружить с другой одноклассницей. Отношение в классе к ней резко изменилось: ее стали дразнить, открыто игнорировать. Запрос матери: что делать, может быть, девочке лучше уйти из этого класса?

Предложите программу психологического обследования и задачи коррекционно-профилактической работы с девочкой, родителями, классом, педагогами школы.

4. В консультацию обратилась мама мальчика 11 лет с жалобой на то, что сын воруя дома деньги: вытаскивает из кошелька и тратит на жвачку, пепси-колу, игрушки. Мать в разводе с отцом ребенка, много работает, обеспечить семью ей очень не просто. Сын нередко берет деньги на экскурсии, на праздники в школе и не отдает их учителю. Свои поступки скрывает от матери. Когда мать устраивает «расследование», говорит, что просто потерял и побоялся признаться, плачет. Мать пыталась наказывать, убеждать,

брала с сына «честное слово» — ничего не помогает и через некоторое время сын снова берет у нее без спроса деньги. Это продолжается уже более года.

Ваши гипотезы о возможных причинах девиантного поведения ребенка? Составьте программу диагностического обследования, предложите программу коррекционной работы.

5. К психологу обратились родители девочки 11 лет — ученицы престижной музыкальной школы — с жалобами на ее эмоциональную неуравновешенность и тревожность. Девочка была на хорошем счету у преподавателей школы, высоко оценивающих ее музыкальные способности. В последние 6 месяцев дочь стала жаловаться на усталость и трудности в учебе в общеобразовательной школе. После неудачного выступления на концерте в музыкальной школе долго плакала и стала просить родителей разрешить ей прекратить свои занятия в музыкальной школе. Родители уделяют дочери много внимания, приложили немало усилий для того, чтобы она поступила в эту школу, и очень хотят, чтобы дочь продолжила занятия. С другой стороны, они боятся повредить здоровью девочки. Запрос к психологу: нужно ли настаивать на том, чтобы дочь продолжила занятия в музыкальной школе или лучше уступить ее просьбе?

Определите программу психологического обследования и сформулируйте рекомендации родителям. Какие формы психологической помощи могут быть эффективны в этом случае?

6. Проанализируйте ситуацию, определите основные причины нарушения эффективной коммуникации. Предложите конструктивные способы построения диалога между матерью и сыном.

Ситуация:

«Заметив беспорядок в комнате, мать указывает сыну-подростку на это. Между ними происходит следующий диалог:

- Когда же ты наконец начнешь убирать за собой вещи?!
- Уберу когда-нибудь, отстань!
- Ты как со мной разговариваешь?
- А что я такого сказал?
- Ты еще и препираться со мной будешь. Сейчас же приберись!
- Когда захочу, тогда и приберусь, а сейчас мне некогда!»

Контрольная работа №2 по темам: «Консультирование по проблемам дошкольного возраста», «Консультирование по проблемам младшего школьного возраста», «Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста».

Самостоятельная работа (12 часов)

Подростки с личностными проблемами. Подростки с нарушениями общения. Проблема межличностных взаимоотношений в подростковой среде, отношения «подросток – родитель» и «подросток – педагог». Личностные и поведенческие расстройства у подростков (девиантность, бродяжничество, агрессия и т.д.). Консультирование по вопросам выбора профессии в старшем школьном возрасте. Этика консультанта при работе с детьми. Права ребенка на конфиденциальность.

Подготовка докладов-презентаций по вопросам: Консультирование враждебно настроенных и агрессивных подростков, проблема скрытой враждебности. Консультирование тревожных подростков, переживающих чувство вины. Консультирование подростков с асоциальными формами поведения. Значение «психологической» силы консультанта при работе с агрессивными клиентами.

Консультирование подростков с депрессией, при переживании острого горя. Особенности работы с подростками с суицидальными намерениями, совместная работа с врачом-психиатром. Консультирование подростков с психосоматическими расстройствами.

Подготовка к контрольной работе №2 по темам: «Консультирование по проблемам дошкольного возраста», «Консультирование по проблемам младшего школьного возраста», «Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста».

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – закономерностей и возрастных норм психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах; современных теорий, методов и техник консультирования; этических норм организации и проведения консультативной работы; целей, задач, видов, принципов, структуры и компонентов, этапов и фаз процесса психологического консультирования; особенностей организации психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса; методов психолого-педагогического сопровождения;

умений – соблюдать принципы профессиональной этики при реализации консультативной деятельности; организовывать и проводить консультирование с субъектами образовательного процесса; проводить индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития; вести профессиональную документацию; *владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья;* выстраивать (совместно с педагогом и другими специалистами) индивидуальную траекторию развития личности обучающегося в соответствии с учетом их особенностей и образовательных потребностей; осуществлять психологическое сопровождение процесса обучения детей с ОВЗ в образовательной организации; проектировать программы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; *сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач;*

навыков/опыта деятельности – владения базовыми консультативными техниками; основами консультирования педагогов, родителей (законных представителей) по проблемам обучения, воспитания, развития; *использования конструктивных воспитательных усилий родителей (законных представителей) обучающихся, помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка;* владения технологией психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса.

Тема 7. Работа с родителями в процессе возрастно-психологического консультирования

Лекция №1 (2 часа)

Основные концепции и модели консультирования родителей. Техника семейного консультирования. Планирование содержания беседы с родителями. Выдвижение гипотез о возможных причинах трудностей ребенка. Планирование диагностического обследования. Составление схемы психологического заключения. Формулировка системы психолого-педагогических рекомендаций. Основы коррекционной работы с семьей.

Семинарское занятие в форме анализа конкретных ситуаций №1 (2 часа)

1. К психологу обратились родители девочки 4 лет с жалобами на упрямство, вспышки ярости, стремление делать все по-своему. Родители молодые, еще учатся, часто во время сессии отправляют девочку к бабушке на три-четыре недели. Внучка очень любит бабушку, возвращаясь домой, часто говорит родителям, что хочет остаться и жить у нее. В семье уже возникли и супружеские конфликты: муж упрекает жену в том, что ее мать «балует» и «распускает» девочку, «настраивает» ее против отца.

Ваши предположения о причинах поведения девочки? Определите программу психологического обследования и задачи коррекционно-профилактической работы.

2. В психологическую консультацию обратился отец девочки 10 лет, ученицы 5 класса. После начальной школы классы расформировали и сделали один гимназический и два обычных класса. По настоянию родителей девочка пошла в гимназический класс, но вскоре выяснилось, что ей трудно учиться. В первой четверти девочка была аттестована только на «3». Завуч предложила родителям перевести дочь в обычный класс или забрать ее из школы совсем. Родители категорически отказались это делать. Запрос отца к психологу: получить заключение о том, что девочка может обучаться в гимназическом классе.

Ваша программа поведения в данном случае? Есть ли необходимость переформулирования запроса родителей? Определите программу психологического обследования и рекомендации родителям.

3. К психологу обратилась мать мальчика 10 лет с жалобой на его неуверенность, безынициативность, лень, безволие, неспособность прилагать какие-либо усилия для достижения цели. Учится в школе плохо, хотя обладает, по словам учителей, хорошими способностями. Свободное время предпочитает проводить, ничего не делая, увлекается только компьютерными играми. Друзей нет. На все предложения матери — заниматься в какой-либо секции, читать книги, посещать театры, выставки — отвечает отказом — «не хочется». В ответ на любое новое предложение сначала загорается, а потом при первой неудаче отказывается продолжать что-либо делать.

Составьте программу психологического обследования, определите задачи и направления коррекционно-профилактической работы.

4. Мать ребенка — мальчика 12 лет — выражает обеспокоенность тем, что у сына трудно складываются отношения с друзьями. Он прекрасно учится, много читает, многое знает, однако излишне самоуверен, часто относится к сверстникам свысока, стремится всех поучать — как сверстников, так и взрослых. Если считает, что прав, непременно будет добиваться признания его правоты. В отношениях с одноклассниками претендует на роль лидера, считает, что они к нему часто несправедливы, завидуют его успехам. Мать воспитывает ребенка одна (с самого раннего детства сына родители в разводе), всегда уделяла ему много времени и сил. Мальчик рано научился читать, писать, считать. В школе всегда был отличником.

Определите задачи и основные направления коррекционной работы.

5. В консультацию обратились родители подростка 15 лет с подозрениями, что сын ведет себя «странно», в последнее время стал очень нервным, возбудимым, скрытным, часто куда-то уходит, не говоря, с кем и куда, у него нередко «странно блещат глаза». Жалуются на трудности взаимопонимания, ухудшение успеваемости, невыдержанность и грубость сына. Выражают тревогу, что сын связался с дурной компанией. Запрос: как вернуть хорошие отношения и взаимопонимание с сыном?

Ваши гипотезы о причинах «странного» поведения подростка? Составьте план психологического обследования, определите задачи и направления психологической помощи.

6. Мать ученицы 6-го класса обратилась в консультацию с жалобой на излишнюю невнимательность дочери при выполнении контрольных и письменных работ в классе. При хорошем усвоении и знании материала девочка делает много ошибок в контрольных работах и всегда получает низкие оценки, не соответствующие ее реальным знаниям.

Маму беспокоит, что дочь уже приняла роль «неудачницы» и не делает попыток как-то изменить существующее положение.

Определите программу диагностического обследования, возможные направления, задачи и методы коррекционной работы.

Самостоятельная работа (9 часов)

Особенности восприятия родителями проблем развития ребенка. Связь проблем развития ребенка и семейных взаимоотношений. Этапы консультирования родителей. Организация, содержание и проведение первой и заключительной беседы. Алгоритм индивидуального возрастного-психологического консультирования. Условия эффективного консультирования родителей. Оценка эффективности возрастного-психологического консультирования. Психологическое консультирование родителей, имеющих детей с ОВЗ.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – закономерностей и возрастных норм психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах; современных теорий, методов и техник консультирования; этических норм организации и проведения консультативной работы; целей, задач, видов, принципов, структуры и компонентов, этапов и фаз процесса психологического консультирования; особенностей организации психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса; методов психолого-педагогического сопровождения;

умений – соблюдать принципы профессиональной этики при реализации консультативной деятельности; организовывать и проводить консультирование с субъектами образовательного процесса; проводить индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития; вести профессиональную документацию; *владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья;* выстраивать (совместно с педагогом и другими специалистами) индивидуальную траекторию развития личности обучающегося в соответствии с учетом их особенностей и образовательных потребностей; осуществлять психологическое сопровождение процесса обучения детей с ОВЗ в образовательной организации; проектировать программы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; *сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач;*

навыков/опыта деятельности – владения базовыми консультативными техниками; основами консультирования педагогов, родителей (законных представителей) по проблемам обучения, воспитания, развития; *использования конструктивных воспитательных усилий родителей (законных представителей) обучающихся, помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка;* владения технологией психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса.

Тема 8. Возрастно-психологическое консультирование в образовательных учреждениях

Лекция №1 (2 часа)

Участники образовательного процесса, являющиеся клиентами в возрастном-психологическом консультировании. Формы организации возрастного-психологического консультирования в образовательном учреждении – индивидуальная и групповая, их специфика. Цель психоконсультативной беседы, требования к ней, психоконсультативных бесед: по итогам психологической диагностики, тематическая.

Изучение темы направлено на приобретение:

знаний – закономерностей и возрастных норм психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах; современных теорий, методов и

техник консультирования; этических норм организации и проведения консультативной работы; целей, задач, видов, принципов, структуры и компонентов, этапов и фаз процесса психологического консультирования; особенностей организации психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса; методов психолого-педагогического сопровождения;

умений – соблюдать принципы профессиональной этики при реализации консультативной деятельности; организовывать и проводить консультирование с субъектами образовательного процесса; проводить индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития; вести профессиональную документацию; *владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья*; выстраивать (совместно с педагогом и другими специалистами) индивидуальную траекторию развития личности обучающегося в соответствии с учетом их особенностей и образовательных потребностей; осуществлять психологическое сопровождение процесса обучения детей с ОВЗ в образовательной организации; проектировать программы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; *сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач*;

навыков/опыта деятельности – владения базовыми консультативными техниками; основами консультирования педагогов, родителей (законных представителей) по проблемам обучения, воспитания, развития; *использования конструктивных воспитательных усилий родителей (законных представителей) обучающихся, помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка*; владения технологией психолого-педагогического сопровождения субъектов образовательного процесса.

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося

5.1.1. Очная форма обучения

№ п/п	Тема/раздел	Виды и содержание самостоятельной работы	Трудоемкость, часов
1	Основы психологического консультирования	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Подготовка докладов-презентаций:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Актуальные проблемы и задачи консультирования в детском возрасте. 2. Проблемы теоретического и методического обеспечения консультативной практики. 3. Возрастная психология как теоретическая основа консультирования по проблемам детского развития. Положения возрастной психологии как основа практики психологического консультирования и психокоррекции. 4. Системный анализ явлений детского развития. Концепция психологического возраста (Г.В. Бурменская). 5. Проблемы психического развития как противоречия между сформированными качествами и 	6

		<p>условиями жизнедеятельности. Проблемы, существующие в пределах нормы (Л.А. Регуш).</p> <p>6. Понятие о психологическом здоровье. Психологическое здоровье как система, включающую аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты.</p> <p>7. Критерии психологического здоровья (И.В.Дубровина, О.В.Хухлаева).</p> <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <p>1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>2. Абаева, И.В. Теоретические и методические основы психологического консультирования: учебно-методическое пособие / И.В. Абаева. – Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2014. – 100 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/64552.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
2	Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i></p> <p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мотивы и мотивировка обращения в консультацию. 2. Установление контакта с подопечными. 3. Метод беседы в консультировании. 4. Структура консультирования. <p><i>Подготовка к дискуссии по вопросам:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Охарактеризуйте задачи работы психолога в ходе первичного приема. 2. Из каких этапов состоит подготовка к встрече с клиентом? Охарактеризуйте их. 3. Какие этапы консультативного процесса выделяет Р. Мэй, В.Ю. Кеновицков, Р.С. Немов, Ф. Бурнард? 4. Как консультант может продемонстрировать заинтересованность в клиенте? 5. Каковы принципы организации диалога с клиентом по Ю.Е. Алешиной? 6. Что должен делать консультант при установлении раппорта? 	7

		<p>7. В чем необходимость заключения консультативного договора?</p> <p>8. Какие основные средства и методы определения индивидуально-психологических особенностей применяются в рамках ВПК?</p> <p>9. Какие существуют этические принципы и нормы в психологическом консультировании?</p> <p>10. В чем специфика этических правил психолога в рамках возрастно-психологического консультирования?</p> <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <p>1. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>2. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/52329.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
3	Процедуры и техники психологического консультирования	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i></p> <p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Процедура эмпатического слушания клиента. 2. Процедура подкрепления клиента. 3. Процедура убеждения клиента. 4. Процедура вселения в клиента уверенности в том, что его проблема будет решена. <p><i>Подготовка к контрольной работе №1 по темам: «Основы психологического консультирования», «Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования», «Процедуры и техники психологического консультирования» (приложение 1)</i></p> <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <p>1. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для</p>	5

		<p>авториз. пользователей.</p> <p>2. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/52329.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
4	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i></p> <p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жалобы и трудности родителей детей раннего возраста. 2. Проблема социальной (материнской) депривации. 3. Типы семейного воспитания и их влияние на психическое развитие ребенка. 4. Проблемы эмоционального развития детей дошкольного возраста: нарушение сна, плач, страхи, энурез, экопрез, тики, заикание. 5. Возрастные страхи дошкольников. 6. Психологическая помощь семье трехлетних детей в период возрастного кризиса. 7. Проблемы формирования личности дошкольника: тревожность, упрямство, негативизм. <p><i>Подготовка докладов-презентаций:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проблема социальной (материнской) депривации. 2. Типы семейного воспитания и их влияние на психическое развитие ребенка. 3. Проблемы эмоционального развития детей дошкольного возраста: нарушение сна, плач, страхи, энурез, экопрез, тики, заикание. 4. Возрастные страхи дошкольников. 5. Психологическая помощь семье трехлетних детей в период возрастного кризиса. 6. Проблемы формирования личности дошкольника: тревожность, упрямство, негативизм. <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Абаева, И.В. Теоретические и методические 	10

		основы психологического консультирования: учебно-методическое пособие / И.В. Абаева. – Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2014. – 100 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/64552.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.	
5	Консультирование по проблемам младшего школьного возраста	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Подготовка докладов-презентаций:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности учебной деятельности в младшем школьном возрасте. 2. Основные трудности младших школьников, родителей и учителей при построении учебной деятельности. 3. Проблемы младших школьников, испытывающих трудности в обучении и общении. 4. Проблема отношения младшего школьника к учению. 5. Проблема готовности младших школьников к переходу в среднее звено школы. <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 3. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/52329.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 	5
6	Консультирование по проблемам	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p>	12

<p>подросткового возраста и юношеского возраста</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подростки с личностными проблемами. 2. Подростки с нарушениями общения. 3. Проблема межличностных взаимоотношений в подростковой среде, отношения «подросток – родитель» и «подросток - педагог». 4. Личностные и поведенческие расстройства у подростков (девиантность, бродяжничество, агрессия и т.д.). 5. Консультирование по вопросам выбора профессии в старшем школьном возрасте. 6. Этика консультанта при работе с детьми. Права ребенка на конфиденциальность. <p><i>Подготовка докладов-презентаций:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Консультирование враждебно настроенных и агрессивных подростков, проблема скрытой враждебности. 2. Значение «психологической» силы консультанта при работе с агрессивными клиентами. 3. Консультирование тревожных подростков, переживающих чувство вины. 4. Консультирование подростков с асоциальными формами поведения. 5. Консультирование подростков с депрессией, при переживании острого горя. 6. Особенности работы с подростками с суицидальными намерениями, совместная работа с врачом-психиатром. 7. Консультирование подростков с психосоматическими расстройствами. <p><i>Подготовка к контрольной работе №2 по темам:</i> «Консультирование по проблемам дошкольного возраста», «Консультирование по проблемам младшего школьного возраста», «Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста» (приложение 1)</p> <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пахальян, В.Э. Психологическое консультирование: учебное пособие / В.Э. Пахальян. – Саратов: Вузовское образование, 2015. – 311 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/29299.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Николаенко, Я.Н. Коррекция агрессивного поведения у детей и подростков: учебное пособие для педагогов, психологов, дефектологов / Я.Н. Николаенко, Т.А. Колосова. – Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2013. – 88 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/29975.html (дата 	
---	---	--

		обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.	
7	Работа с родителями в процессе возрастнопсихологического консультирования	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i></p> <p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности восприятия родителями проблем развития ребенка. 2. Связь проблем развития ребенка и семейных взаимоотношений. 3. Этапы консультирования родителей. 4. Организация, содержание и проведение первой и заключительной беседы. 5. Алгоритм индивидуального возрастнопсихологического консультирования. 6. Условия эффективного консультирования родителей. 7. Оценка эффективности возрастнопсихологического консультирования. 8. Психологическое консультирование родителей, имеющих детей с ОВЗ. <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 3. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/52329.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 	9

5.1.2. Заочная форма обучения

№ п/п	Тема/раздел	Виды и содержание самостоятельной работы	Трудоемк ость, часов
1	Основы психологического консультирования	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Возникновение, развитие и специфика психологического консультирования. 2. Предмет, цели, задачи психологического консультирования. 3. Принципы психологического консультирования. Методологические основы психологического консультирования. 4. Теория личности как методологическая основа психологического консультирования. Теория личности в различных школах и направлениях. 5. Виды психологического консультирования. <p><i>Подготовка докладов-презентаций:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Актуальные проблемы и задачи консультирования в детском возрасте. 2. Проблемы теоретического и методического обеспечения консультативной практики. 3. Возрастная психология как теоретическая основа консультирования по проблемам детского развития. Положения возрастной психологии как основа практики психологического консультирования и психокоррекции. 4. Системный анализ явлений детского развития. Концепция психологического возраста (Г.В. Бурменская). 5. Проблемы психического развития как противоречия между сформированными качествами и условиями жизнедеятельности. Проблемы, существующие в пределах нормы (Л.А. Регуш). 6. Понятие о психологическом здоровье. Психологическое здоровье как система, включающую аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты. 7. Критерии психологического здоровья (И.В.Дубровина, О.В.Хухлаева). <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 	17

		<p>2. Абаева, И.В. Теоретические и методические основы психологического консультирования: учебно-методическое пособие / И.В. Абаева. – Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2014. – 100 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/64552.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
2	Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мотивы и мотивировка обращения в консультацию. 2. Установление контакта с подопечными. 3. Метод беседы в консультировании. 4. Структура консультирования. <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/52329.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 	5
3	Процедуры и техники психологического консультирования	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Процедура эмпатического слушания клиента. 2. Процедура подкрепления клиента. 3. Процедура убеждения клиента. 4. Процедура вселения в клиента уверенности в том, что его проблема будет решена. <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата 	5

		<p>обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>2. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/52329.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
4	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	<p><i>Работа с лекционным материалом.</i></p> <p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жалобы и трудности родителей детей раннего возраста. 2. Проблема социальной (материнской) депривации. 3. Типы семейного воспитания и их влияние на психическое развитие ребенка. 4. Проблемы эмоционального развития детей дошкольного возраста: нарушение сна, плач, страхи, энурез, экопрез, тики, заикание. 5. Возрастные страхи дошкольников. 6. Психологическая помощь семье трехлетних детей в период возрастного кризиса. 7. Проблемы формирования личности дошкольника: тревожность, упрямство, негативизм. 8. Проблема социальной (материнской) депривации. 9. Типы семейного воспитания и их влияние на психическое развитие ребенка. 10. Проблемы эмоционального развития детей дошкольного возраста: нарушение сна, плач, страхи, энурез, экопрез, тики, заикание. 11. Возрастные страхи дошкольников. 12. Психологическая помощь семье трехлетних детей в период возрастного кризиса. 13. Проблемы формирования личности дошкольника: тревожность, упрямство, негативизм. <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <p>1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для</p>	16

		<p>авториз. пользователей.</p> <p>2. Абаева, И.В. Теоретические и методические основы психологического консультирования: учебно-методическое пособие / И.В. Абаева. – Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2014. – 100 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/64552.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
5	Консультирование по проблемам младшего школьного возраста	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности учебной деятельности в младшем школьном возрасте. 2. Основные трудности младших школьников, родителей и учителей при построении учебной деятельности. 3. Проблемы младших школьников, испытывающих трудности в обучении и общении. 4. Проблема отношения младшего школьника к учению. 5. Проблема готовности младших школьников к переходу в среднее звено школы. 6. Консультирование по проблемам адаптации ребенка к школе. 7. Проблемы школьников с личностными и поведенческими проблемами. 8. Консультирование по проблеме школьной тревожности у учащихся младших классов. 9. Консультирование по проблемам младших школьников группы «риска»: синдром дефицита внимания, леворукость. <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей. 	13

		<p>3. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/52329.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
6	<p>Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста</p>	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подростки с личностными проблемами. 2. Подростки с нарушениями общения. 3. Проблема межличностных взаимоотношений в подростковой среде, отношения «подросток – родитель» и «подросток - педагог». 4. Личностные и поведенческие расстройства у подростков (девиантность, бродяжничество, агрессия и т.д.). 5. Консультирование по вопросам выбора профессии в старшем школьном возрасте. 6. Этика консультанта при работе с детьми. Права ребенка на конфиденциальность. 7. Консультирование по вопросам трудностей в учении в подростковом возрасте. 8. Консультирование по проблемам поведения в стрессогенных ситуациях. 9. Консультирование по проблемам подростков группы «риска»: акцентуации характера и психопатии, дебюты психических заболеваний, склонность к алкоголю, употреблению наркотических и токсических средств и т.д. 10. Консультирование по проблемам личностной самореализации в юношеском возрасте. 11. Консультирование враждебно настроенных и агрессивных подростков, проблема скрытой враждебности. 12. Значение «психологической» силы консультанта при работе с агрессивными клиентами. 13. Консультирование тревожных подростков, переживающих чувство вины. 14. Консультирование подростков с асоциальными формами поведения. 15. Консультирование подростков с депрессией, при переживании острого горя. 16. Особенности работы с подростками с суицидальными намерениями, совместная работа с врачом-психиатром. 	17

		<p>17. Консультирование подростков с психосоматическими расстройствами.</p> <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <p>1. Пахальян, В.Э. Психологическое консультирование: учебное пособие / В.Э. Пахальян. – Саратов: Вузовское образование, 2015. – 311 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/29299.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>2. Николаенко, Я.Н. Коррекция агрессивного поведения у детей и подростков: учебное пособие для педагогов, психологов, дефектологов / Я.Н. Николаенко, Т.А. Колосова. – Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2013. – 88 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/29975.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
7	Работа с родителями в процессе возрастнопсихологического консультирования	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные концепции и модели консультирования родителей. 2. Техника семейного консультирования. 3. Планирование содержания беседы с родителями. 4. Выдвижение гипотез о возможных причинах трудностей ребенка. 5. Планирование диагностического обследования. Составление схемы психологического заключения. Формулировка системы психолого-педагогических рекомендаций. 6. Основы коррекционной работы с семьей. 7. Особенности восприятия родителями проблем развития ребенка. 8. Связь проблем развития ребенка и семейных взаимоотношений. 9. Этапы консультирования родителей. 10. Организация, содержание и проведение первой и заключительной беседы. 11. Алгоритм индивидуального возрастнопсихологического консультирования. 12. Условия эффективного консультирования родителей. 13. Оценка эффективности возрастнопсихологического консультирования. 14. Психологическое консультирование родителей, имеющих детей с ОВЗ. 	16

		<p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <p>1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>2. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>3. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/52329.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
8	Возрастно-психологическое консультирование в образовательных учреждениях	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <p>1. Участники образовательного процесса, являющиеся клиентами в возрастно-психологическом консультировании.</p> <p>2. Формы организации возрастно-психологического консультирования в образовательном учреждении – индивидуальная и групповая, их специфика.</p> <p>3. Цель психоконсультативной беседы, требования к ней, психоконсультативных бесед: по итогам психологической диагностики, тематическая.</p> <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <p>1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36513.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>2. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL:</p>	5

		http://www.iprbookshop.ru/57000.html (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.	
--	--	--	--

5.2. Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы

Методические рекомендации для самостоятельного изучения вопросов по теме

В связи с тем, что значительное время при освоении учебной дисциплины отводится на самостоятельную работу, обучающемуся в процессе подготовки к семинарским занятиям, а также при самостоятельном изучении первоисточников и специальной аналитической литературы предлагается подумать над контрольными вопросами. Эти вопросы не повторяют вопросы лекций, но обращают внимание на проблемный характер изучаемых тем и предлагают подумать и определить собственное отношение к тем или иным аспектам и предложить решение проблемы.

Методические рекомендации для подготовки к контрольной работе

Примерные варианты контрольных работ представлены в приложении 1. Ознакомление с темами контрольных работ, их количеством, условиями ответов на вопросы контрольных работ, самими вопросами и вариантами ответов на них позволяет создать относительно полное впечатление об особенностях их проведения. При подготовке к контрольной работе по определённой теме рекомендуется повторно проанализировать лекционный материал по теме, повторить особенности методики изучения вопроса, освоенной на практическом занятии, и ознакомиться с содержанием рекомендованных разделов учебных пособий.

Методические рекомендации для подготовки участия обучающегося в дискуссии по вопросам на семинаре

Поскольку часть изучаемых тем носит дискуссионный проблемный характер, обучающимся предлагается принять участие в обсуждении ряда вопросов и высказать свое мнение по обсуждаемым темам. Обучающийся должен быть готов сделать развернутое выступление на семинаре по заданным вопросам и ответить на дополнительные вопросы.

Методические рекомендации к подготовке материала доклада-презентации

Создание материалов-презентаций – это вид самостоятельной работы обучающегося по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint

Материалы-презентации готовятся обучающимся в виде слайдов с использованием программы Microsoft PowerPoint. В качестве материалов-презентаций могут быть представлены результаты любого вида внеаудиторной самостоятельной работы, по формату соответствующие режиму презентаций.

Затраты времени на создание презентаций зависят от степени трудности материала по теме, его объема, уровня сложности создания презентации, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Деятельность обучающегося:

- изучает материалы темы, выделяя главное и второстепенное;
- устанавливает логическую связь между элементами темы;
- представляет характеристику элементов в краткой форме;

- выбирает опорные сигналы для акцентирования главной информации и отображает в структуре работы;
- оформляет работу и предоставляет к установленному сроку.

5.3. Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося

Критерии оценки самостоятельного изучения материала

Результаты самостоятельного изучения материала обсуждаются на семинарских занятиях, оценивание производится по следующим критериям:

оценка «отлично»	По самостоятельно изученным темам/вопросам отвечает полно и правильно; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимся данного материала
оценка «хорошо»	Дает правильные ответы, допускает неточности или недочеты, может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимся данного материала
оценка «удовлетворительно»	Отвечает, но допускает ошибки, излагает материал недостаточно логично и последовательно; затрудняется при ответах на вопросы преподавателя; с трудом приводит отдельные примеры из практики
оценка «неудовлетворительно»	Не отвечает или отвечает неправильно, только иногда дает правильные ответы; не приводит примеров из практики

Критерии оценки подготовки к контрольной работе по теме

При оценке результатов достижения компетенций посредством контрольной работы в виде тестовых заданий применяется следующая шкала

оценка «отлично»	выставляется при условии выбора обучающимся 90-100% правильных ответов при тестировании
оценка «хорошо»	выставляется при условии выбора обучающимся 76-89 % правильных ответов при тестировании
оценка «удовлетворительно»	выставляется при условии выбора обучающимся 61-75 % правильных ответов при тестировании
оценка «неудовлетворительно»	выставляется при условии выбора обучающимся менее 60 % правильных ответов при тестировании

Критерии оценки участия обучающегося в дискуссии по вопросам на семинаре

Результаты участия обучающегося в дискуссии на семинарских занятиях оцениваются по следующим критериям:

оценка «отлично»	Обучающийся четко и ясно формулирует точку зрения в процессе дискуссии, выдвигает обоснованные аргументы в поддержку своей точки зрения, хорошо владеет научной терминологией, имеет знания о сути обсуждаемой проблемы, речь последовательна, непротиворечива, убедительна
------------------	---

оценка «хорошо»	Обучающийся нечетко формулирует точку зрения в процессе дискуссии, выдвигает не всегда обоснованные аргументы в поддержку своей точки зрения, по большей части владеет научной терминологией, понимает суть обсуждаемой проблемы, но затрудняется в детализации; речь не всегда последовательна и убедительна
оценка «удовлетворительно»	Активность обучающегося недостаточна, а степень подготовленности к дискуссии на недостаточно убедительном уровне, но свидетельствует о понимании сути обсуждаемого явления; речь ограничена
оценка «неудовлетворительно»	Обучающийся имеет слабое представление о содержании обсуждаемой темы дискуссии, аргументы носят бездоказательный характер, плохо владеет правилами научной аргументации, допускает серьезные ошибки в использовании информации, аргументы носят несоответствующий обсуждаемой теме характер, нечетко и неясно формулирует точку зрения; речь скупа, неубедительна

Критерии оценки материала сообщения-презентации:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- эстетичность оформления, его соответствие требованиям;
- работа представлена в срок.

оценка «отлично»	Представляемая презентация полностью соответствует теме; имеет место правильное структурирование информации; изложенная информация логически связана; присутствует высокое качество оформления, содержание слайдов соответствует и дополняет выступление; работа представлена в срок
оценка «хорошо»	Представляемая презентация соответствует теме; имеет место правильное структурирование информации, но с некоторыми замечаниями; прослеживается логическая связь изложенной на слайдах информации; присутствует хорошее качество оформления, содержание слайдов в целом соответствует выступлению; работа представлена в срок
оценка «удовлетворительно»	Представляемая презентация в основном соответствует теме; имеются ошибки в структурировании информации; не всегда прослеживается логическая связь изложенной на слайдах информации; присутствует удовлетворительное качество оформления, содержание слайдов иногда отклоняется и не соответствует выступлению; работа представлена в срок
оценка «неудовлетворительно»	Представляемая презентация слабо соответствует заявленной теме; имеются явные ошибки в структурировании информации; нарушена логическая связь изложенной на слайдах информации; качество оформления низкое, содержание слайдов слабо связано с выступлением; работа представлена с опозданием

5.4. Примерная тематика докладов-презентаций

1. Актуальные проблемы и задачи консультирования в детском возрасте.
2. Проблемы теоретического и методического обеспечения консультативной практики.
3. Возрастная психология как теоретическая основа консультирования по проблемам детского развития. Положения возрастной психологии как основа практики психологического консультирования и психокоррекции.
4. Системный анализ явлений детского развития. Концепция психологического возраста (Г.В. Бурменская).
5. Проблемы психического развития как противоречия между сформированными качествами и условиями жизнедеятельности. Проблемы, существующие в пределах нормы (Л.А. Регуш).
6. Понятие о психологическом здоровье. Психологическое здоровье как система, включающую аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты.
7. Критерии психологического здоровья (И.В.Дубровина, О.В.Хухлаева).
8. Проблема социальной (материнской) депривации.
 - а. Типы семейного воспитания и их влияние на психическое развитие ребенка.
9. Проблемы эмоционального развития детей дошкольного возраста: нарушение сна, плач, страхи, энурез, экопрез, тики, заикание.
10. Возрастные страхи дошкольников.
11. Психологическая помощь семье трехлетних детей в период возрастного кризиса.
12. Проблемы формирования личности дошкольника: тревожность, упрямство, негативизм.
13. Особенности учебной деятельности в младшем школьном возрасте.
14. Основные трудности младших школьников, родителей и учителей при построении учебной деятельности.
15. Проблемы младших школьников, испытывающих трудности в обучении и общении.
16. Проблема отношения младшего школьника к учению.
17. Проблема готовности младших школьников к переходу в среднее звено школы.
18. Подростки с личностными проблемами.
19. Подростки с нарушениями общения.
20. Проблема межличностных взаимоотношений в подростковой среде, отношения «подросток – родитель» и «подросток - педагог».
21. Поведенческие расстройства у подростков (девиантность, бродяжничество, агрессия и т.д.).
22. Консультирование по вопросам выбора профессии в старшем школьном возрасте.
23. Этика консультанта при работе с детьми. Права ребенка на конфиденциальность.
24. Проблема профессионального самоопределения в юношеском возрасте.

25. Юноши и девушки группы «риска»: юношеская сексуальность, асоциальное поведение.
26. Консультирование враждебно настроенных и агрессивных подростков, проблема скрытой враждебности.
27. Значение «психологической» силы консультанта при работе с агрессивными клиентами.
28. Консультирование тревожных подростков, переживающих чувство вины.
29. Консультирование подростков с асоциальными формами поведения.
30. Консультирование подростков с депрессией, при переживании острого горя.
31. Особенности работы с подростками с суицидальными намерениями, совместная работа с врачом-психиатром.
32. Консультирование подростков с психосоматическими расстройствами.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Таблица раздела 1 «РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ» демонстрирует взаимосвязь педагогического контроля с соотнесенными с основной профессиональной образовательной программой профессиональными стандартами - в ней определены трудовые функции профессиональных стандартов, выполнение которых обеспечивает формирование соответствующих компетенций в рамках учебной дисциплины.

6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Знает	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не знает	неудовлетворительно	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Умеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не умеет	неудовлетворительно	недостаточный
Имеет опыт/владеет	Имеет опыт/владеет	отлично	высокий

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
(соответствует таблице раздела 1)		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не владеет	неудовлетворительно	недостаточный

6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Показывает полные и глубокие знания, логично и аргументировано отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, показывает высокий уровень теоретических знаний	высокий
	Показывает глубокие знания, грамотно излагает ответ, достаточно полно отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, в то же время при ответе допускает несущественные ошибки	повышенный
	Показывает достаточные, но не глубокие знания, при ответе не допускает грубых ошибок или противоречий, однако в формулировании ответа отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. Для получения правильного ответа требуются уточняющие вопросы	пороговый
	Показывает недостаточные знания, не способен аргументированно и последовательно излагать материал, допускает грубые ошибки, неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен предложить альтернативные решения анализируемых проблем, формулировать выводы	высокий
	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен формулировать выводы, но не может предложить альтернативные решения анализируемых проблем	повышенный
	При решении конкретных практических задач возникают затруднения	пороговый
	Не может решить практические задачи	недостаточный

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
Имеет опыт/владеет (соответствует таблице раздела 1)	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, способен оценить результат своей деятельности	высокий
	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, затрудняется оценить результат своей деятельности	повышенный
	Демонстрирует слабые навыки, необходимые для профессиональной деятельности	пороговый
	Отсутствие навыков или неспособность их продемонстрировать	недостаточный

6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы

6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания

1. Возникновение, развитие и специфика психологического консультирования. Предмет, цели, задачи психологического консультирования.
2. Теория личности как методологическая основа психологического консультирования. Теория личности в различных школах и направлениях.
3. Принципы психологического консультирования. Виды психологического консультирования.
4. Требования к помещению и интерьеру консультационного центра. Этические принципы психологического консультирования.
5. Обязанности консультанта и взаимодействие специалистов внутри психологической консультации. Специфика подготовки консультанта к проведению сессии.
6. Этапы психологического консультирования. Раппорт в психологическом консультировании.
7. Технология ведения консультативной беседы. Работа с модальностями в психологическом консультировании.
8. Процедуры и техники первого и второго этапов психологического консультирования.
9. Процедуры и техники третьего этапа психологического консультирования. Метафоры в психологическом консультировании: функции и виды метафор.
10. Эмоциональные техники в психологическом консультировании: одобрение и успокоение; отражение чувств клиента, самораскрытие консультанта.
11. Техники молчания: плоскости и правила применения.
12. Техника интерпретации: особенности, виды, факторы эффективной интерпретации, реакции клиента на интерпретацию.

13. Техника конфронтации: ситуации и правила применения.
14. Техника рефреминга в психологическом консультировании: виды, способы построения рефремингов.
15. Консультирование по проблемам раннего детского аутизма (особенности общения, развития речи, ведущих видов деятельности и т.д.).
16. Проблемы умственной отсталости в контексте психологического консультирования (личностное, речевое, умственное развитие детей с олигофренией).
17. Психологические проблемы родителей и детей с ограниченными возможностями (детский церебральный паралич, физические недостатки, нарушения слуха, зрения и т.д.).
18. Консультирование по проблемам готовности ребенка к школьному обучению.
19. Консультирование по проблемам адаптации ребенка к школе.
20. Консультирование по проблемам школьной тревожности у учащихся младших классов.
21. Консультирование по проблемам младших школьников группы «риска»: синдром дефицита внимания, леворукость.
22. Консультирование по проблемам поведения подростков в стрессогенных ситуациях.
23. Консультирование по проблемам подростков группы «риска»: акцентуации характера и психопатии, дебюты психических заболеваний, склонность к алкоголю, употреблению наркотических и токсических средств и т.д.
24. Консультирование по проблемам личностной самореализации в юношеском возрасте.
25. Основные концепции и модели консультирования родителей. Техника семейного консультирования.
26. Планирование содержания беседы с родителями. Выдвижение гипотез о возможных причинах трудностей ребенка. Планирование диагностического обследования.
27. Основы коррекционной работы с семьей. Формулировка системы психолого-педагогических рекомендаций.
28. Участники образовательного процесса, являющиеся клиентами в возрастнопсихологическом консультировании.
29. Формы организации возрастнопсихологического консультирования в образовательном учреждении – индивидуальная и групповая, их специфика.
30. Цель психоконсультативной беседы с учителями, требования к ней: по итогам психологической диагностики, тематическая.

6.4.2. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (экзамен), оценивающих знания и умения

1. Раскройте смысл и обоснуйте необходимость принципов возрастнопсихологического консультирования.
2. Раскройте специфику возрастнопсихологического консультирования по сравнению с другими видами помощи.
3. Перечислите и обоснуйте главные цели и конкретные задачи возрастнопсихологического консультирования.

4. Заполните таблицу теоретических подходов к практике психологического консультирования.

Подходы	Особенности консультативного контакта
психоанализ Фрейда З.	
аналитическая психология Юнга К.	
бихевиористское направление	
гуманистическое направление	
телесноориентированное направление	
гештальтпсихология	
нейролингвистическое программирование	
транзактный анализ Берна Э.	
экзистенциальное направление	

5. Из представленных характеристик выделите и прокомментируйте те, которые, с вашей точки зрения, могут свидетельствовать об отсутствии у клиента мотивации к получению психологической помощи и консультативной работе.

- 1) Требование более частых и продолжительных встреч.
- 2) Насмешливое отношение к собственному визиту в психологическую консультацию.
- 3) Пропуски назначенных встреч.
- 4) Искключительная чувствительность к высказываниям консультанта.
- 5) Опоздания.
- 6) Склонность к рисовке и позерству.
- 7) Утверждение, что обсуждаемая проблема не решаема в принципе.
- 8) Преувеличение тяжести своих проблем.
- 9) Невнимание к действиям консультанта.
- 10) Показное безразличие к словам консультанта.

6. Отношение клиента к тому, что он слышит или говорит, а также к психологу-консультанту может быть как положительное, так и отрицательное. *Определите поведенческие признаки положительного и отрицательного отношения клиента?*

- Полностью или частично раскрывает ладони перед собеседником.
- Положение ладони вверх
- Открытые большие пальцы.
- Человек снимает очки, вновь надевает их
- Курящий человек постоянно выпускает дым вверх.
- Люди, которые часто во время разговора трут себе лоб
- Невольное отзеркаливание во время разговора
- Спрятанные ладони
- Ладонь повернута вниз
- Движение от партнера

- Человек, сидя, подпирает ладонью голову
- Человек, если он курит, почти всегда будет направлять струю дыма вниз.
- Выдувание струи дыма вниз, из уголка рта
- Поиграв с очками, человек откладывает их в сторону
- Жест фиксации, обвивания ступни одной ноги вокруг другой ноги
- Собираение с одежды не существующих ворсинок
- Скрестивший руки на груди, сжимает пальцы в кулак
- Указательный палец направлен вверх, вертикально к виску, а большой палец поддерживает подбородок
- Скрещение рук на груди, закидывание ноги на ногу, отклонение назад на спинку стула

- Голова клиента начинает склоняться к руке для опоры.
- Клиент потирает затылочную часть шеи

7. *Определите по приведенным ниже признакам психологическое состояние, особенности личности клиента?*

- Наклон, сидя корпуса вперед, в положении сидя с руками на коленях или на стуле
- Расширение зрачков и сужение зрачков
- Постоянное сбрасывание пепла с конца сигареты на пепельницу
- Прижатые друг к другу лодыжки сидящего человека
- Прямая постановка головы
- Голова наклонена в сторону
- Голова человека наклонена вперед
- Закладывание рук за голову
- Скрещенные руки у себя на груди
- Сжатие пальцами предплечья противоположной руки.
- Перекрещивание ног
- Человек подпирает щеку кулаком, а указательный палец упирается в висок. При этом рука не служит опорой для головы.
- Жест поглаживания подбородка
- Человек потирает затылок ладонью и отводит глаза
- Закладывание рук за спину с захватом запястья
- Прикосновение рук к частям лица и головы, в частности ко рту, носу, глазам, ушам и шее.
- Пальцы во рту человека
- Постукивание пальцами по столу и ногами по полу
- Сцепленные пальцы рук во время разговора
- Сцепленные руки подняты вверх

8. *Определите технику психологического консультирования? Приведите собственные выражения данной техники?*

Основной смысл данной техники — услышать за словами клиента его позицию и с помощью своих слов предложить ему другую позицию. При этом согласие клиента с предложенными словами желательно, хотя и не обязательно, так как цель данной техники состоит не в том, чтобы найти правильную позицию, а в том, чтобы расширить арсенал уже существующих. Психолог, использующий эту технику, не столько ищет истину, сколько дает возможность клиенту выразить себя вербально. Даже не совсем точная информация психолога-консультанта именно своей неточностью будет стимулировать

этот процесс, поскольку клиент, не согласившись с ней, попытается больше прояснить свою ситуацию. Технику можно начать так: "Если я Вас правильно понял, то...", "Вы поправьте меня, если я ошибусь, но...", "Другими словами, Вы считаете..." и т.п.

9. *Определите технику психологического консультирования? Приведите собственные примеры фрагмента разговора с использованием этой техники.*

Данная техника психологического консультирования - это "возвращение" в беседе того, что вам поведал клиент, это стремление показать собеседнику, что мы понимаем его. Особенно необходимо использование ее в конфликтных ситуациях. Если мы сможем показать человеку, что понимаем его, наверняка "обвинительный накал" его речи спадет. В ситуациях, когда собеседника мучает личная проблема, и он хочет поделиться с нами и найти понимание, данная техника крайне необходима. Сравним два фрагмента разговора:

1 - Как меня измотали отношения с шефом. Наверное, уйду я оттуда!

- И правильно! Зачем тебе эта нервотрепка? Переходи ты в другое место!

2 - Как меня измотали отношения с шефом. Наверное, уйду я оттуда!

- Да... Мне кажется, ты просто устал постоянно бороться за свои предложения, и, видимо, хочешь отдохнуть от всего этого - хотя бы на время.

10. *Определите технику психологического консультирования? Приведите собственные ключевые слова?*

Данная техника - это обращение к говорящему за некоторыми уточнениями. Суть этого приема в том, что слушатель при возникновении непонимания, неясности фразы, двусмысленности какого-то слова задает вопросы. Этот прием позволяет ликвидировать непонимание, что называется, "на корню". Использование техники необходимо в следующих случаях:

- Когда мы решаем проблему в семье или с коллегами на работе, и нам необходимо точно понять позицию собеседника, когда малейшая неточность может привести к печальным последствиям. В этом случае разумнее полностью выслушать человека.

- Часто бывают ситуации, в которых человек говорит путано, перепрыгивает с одного на другое, не делает необходимых пояснений, так как ему кажется, что об этом все знают. И клиенты бывают обычно очень благодарны тем, кто помогает им объяснить, что же они, собственно, хотят сказать.

- Техника помогает и говорящему. Вопросы показывают, что его слушают (что, естественно, придает уверенности), и после необходимых вопросов он может быть уверен, что его понимают.

Правила применения:

А. Можно использовать следующие ключевые слова: "Не повторите ли Вы еще раз?", "Что Вы имеете в виду?", "Не объясните ли Вы это?", "Извините, я не совсем понял Вас..." и т.д. Такие мягкие, нейтральные фразы приглашают собеседника, не обижая его, высказывать свою мысль более конкретно, подыскивать другие слова.

Б. Реплики должны касаться только того, что человек говорит, но не оценивать его поведение или умение изложить свои мысли. Выражение типа: "Что ты как бестолковый! Не можешь говорить понятнее?" - никакого отношения к этому приему не имеют. Они отталкивают собеседника, заставляют его защищаться.

11. *Определите технику психологического консультирования? Приведите собственные фрагменты беседы с использованием данной техники?*

Благодаря этой технике психологи-консультанты в беседе с клиентом не воспринимают многообразие мира клиента, а вычленяют только необходимые, значимые для них фрагменты. Вот некоторые распространенные слова, которые встречаются в речи клиента: постоянно, всегда, обычно, никогда; везде, повсюду, полностью, нигде; все, ничего, нисколько. Существуют также вспомогательные слова, усиливающие обобщающий эффект: абсолютно, совершенно, вообще. Встретив в речи своего клиента фразы с такими словами, психолог может предложить клиенту новые формулировки, более определенные и адекватные представленной ситуации. Делая это, психолог помогает разобрать на первоэлементы туманные фразы, мешающие решить проблему. К примеру, клиент произнес фразу: «Меня все обижают». Вместо классического вопроса: «Кто именно вас обижает, психолог может воспользоваться менее конфронтационным вариантом и сформулировать следующую парафразу: «В вашем окружении есть люди, которые вас обижают». Это поможет более плавно перейти к обсуждению конкретных ситуаций. Либо: «Он ничего не понимает → В некоторых вещах он плохо разбирается». «Я хочу быть абсолютно свободной → Вам бы хотелось чувствовать себя уверенно в некоторых ситуациях».

12. Перечислите и охарактеризуйте наиболее распространенные жалобы и трудности родителей детей младшего школьного возраста.

13. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблемам раннего детского аутизма.

14. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблеме умственной отсталости.

15. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблемам готовности ребенка к школьному обучению.

16. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблеме отношения ребенка к учению.

17. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблеме адаптации ребенка к школе.

18. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблеме школьной тревожности у учащихся младших классов.

19. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблемам младших школьников, испытывающих трудности в общении.

20. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов и проблем относительно особенностей развития детей в подростковом возрасте.

21. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблемам поведения подростков в стрессогенных ситуациях.

22. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблемам поведенческие расстройства у подростков.

23. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблеме профессионального самоопределения в юношеском возрасте.

24. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов по проблемам личностной самореализации в юношеском возрасте.

25. Составьте развернутый перечень консультативных вопросов и проблем относительно особенностей развития детей в юношеском возрасте.

26. Раскройте на конкретных примерах роль индивидуально-психологические особенностей родителей в процессе взаимодействия с психологом на разных этапах возрастно-психологического консультирования.

27. Приведите примеры взаимосвязи проблем развития ребенка и семейных взаимоотношений.

28. Составьте развернутый перечень вопросов при консультировании родителей, имеющих детей с ОВЗ.

29. Составить рекомендации психолога-консультанта по подготовке, организации и проведению психологического консультирования учителей.

30. Ожидания администрации образовательного учреждения к психологу по поводу результатов его работы, направления работы, обнародования результатов могут расходиться с требованиями профессиональной этики или с тем, что хочет получить от работы с психологом консультируемый. Приведите примеры таких расхождений и опишите каким образом данные расхождения могут быть урегулированы.

6.4.3. Перечень практических заданий на экзамене, необходимых для оценки умений и опыта деятельности

1. Комната двухлетнего мальчика. Восемь часов вечера. Мальчик стоит около кровати в окружении своих родственников: отца, матери, бабушки, дяди Гены и тети Раи. Все они — психологи.

Мальчик (плаксиво): Не буду пать один. Буду пать башиами, в ба-ашо-ой каватке. Мне тийно и тья-ашно.

Мать: Бедный мой Коля, он ведь даже не подозревает, почему ему страшно. Наверное, он еще в роддоме испугался чего-то темного, и теперь ему всегда будет страшно оставаться одному в темноте. Когда-нибудь мне придется поработать с ним над его страхами и извлечь эту проблему из его бессознательного.

Дядя Гена: Да не трать ты времени попусту! Просто положи рядом с кроватью пару печенюшек. Раз-другой поест в темноте печенья, глядишь, на третий — сам запросит, чтобы поскорее выключили свет.

Тетя Рая: О Гена, вечно ты придаешь значение частностям. Скорее всего Николаша пока еще очень слабо осознает, что такое темнота в отличие от нетемноты. А может быть, его глаза еще не вполне адаптировались к условиям неосвещенного помещения.

Бабушка: Дайте мне поговорить с мальчиком, я хочу выяснить, что он сам думает по этому поводу.

Отец: Я согласен, печенье — это не выход... Вот что, малыш, а скажи-ка мне, пожалуйста, какие это такие страшные вещи творятся в темноте?

Мальчик: В тимате ис шкафа выизают стья-ашные тюдовисси.

Отец: Хочешь, я закрою дверь на ключ, и они не смогут оттуда вылезти?

Мальчик: Да, качу, качу, тойко иссе папьяси дядю Ену пьинести мне гагенья, тетю Аю - посмотьеть мои газки, маму — сказать, как Коя был маленьким, а деду — пагавайть пьясто я думаю.

Определите, какой точки зрения придерживается каждое действующее лицо: бихевиористской, гештальтистской, психоаналитической, гуманистической, когнитивистской или эклектической.

2. Группа встречалась каждую неделю на 2 часа на протяжении 5-ти недель. Вы наблюдали, что один из 10 членов не принимал активного участия в работе группы. Его можно было бы назвать «молчаливым участником». Общий уровень доверия между членами группы казался высоким, и казалось, что участники работают хорошо.

Какую бы вы в данном случае избрали бы функцию, если бы были ведущим?

3. Паше 8 лет. На день рождения папа/ подарил ему щенка. Паша гулял с ним каждый день, кормил, поил и играл с ним после школы. Паша очень привязался к своему новому другу и заботился о нем. Однажды Паша пришел из школы и обнаружил, что щенок прорыл дыру под забором и убежал. Мальчик был очень расстроен. Он искал его повсюду. Его мама помогла ему дозвониться в службу по отлову беспризорных животных, чтобы проверить, не попал ли он туда. Паша расклеил объявления о пропаже щенка, но никто не откликнулся. Когда Паша рассказывал вам об этом, он был очень-очень опечален.

Выразите сочувствие Паше?

4. Мать обратилась в консультацию по требованию воспитателя. Ребенок 5 лет ведет себя агрессивно с товарищами: в песочнице может насыпать песок в глаза сверстнику, стукнуть его палкой, толкнуть. На замечания воспитателя либо обижается, отворачивается, либо продолжает свои действия, не обращая внимания. Вместе с тем может подойти к сверстнику, пожалеть его, если тот заплачет, поделиться игрушками.

Ваши предположения о возможных причинах агрессивности ребенка. Составьте план коррекционно-профилактической работы.

5. Родители девочки 6 лет обратились к психологу с жалобой на страх темноты, нежелание одной оставаться в комнате, плохой сон. Девочка засыпает только при свете и долго не хочет отпустить маму, требуя, чтобы с ней посидели. Ночью нередко просыпается и прибегает к родителям в кровать. Девочка посещает детский сад с 4 лет, жалоб у воспитателей нет. Запрос родителей: как научить девочку самостоятельно засыпать в темноте?

Определите основные задачи и направления коррекционной работы.

6. Родители девочки 5 лет обратились к психологу с запросом порекомендовать, как подготовить девочку к появлению нового ребенка в семье — рождению братика или сестрички. Родители жалуются на то, что девочка — «диктатор», постоянно требует к себе внимания, капризна, неуступчива. Родители считают, что появление маленького брата или сестры сделает ее менее эгоистичной и внимательной к другим.

Ваши рекомендации родителям?

7. К психологу обратились родители мальчика 5 лет с просьбой протестировать его и выяснить его способности: мальчик уже хорошо читает, считает, увлекается чтением детской энциклопедии, любит компьютерные игры. Родители считают, что у него есть математические способности и хотят, чтобы он пошел в школу, а «не терял время в детском саду».

Ваша программа диагностического обследования и рекомендации родителям?

9. Родители мальчика 3 лет жалуются на «неуправляемость», капризы, непослушание сына. Мальчик плохо ест, постоянно капризничает, требует, чтобы ему купили любую игрушку, которую "он видит, или шоколадку. Требует внимания, не терпит, когда родители беседуют или смотрят телевизор, бросается к ним, лезет на колени, пытается выключить телевизор. В транспорте или в магазине может броситься на пол, кричать и требовать, пока не добьется своего. Запрос: что делать в конфликтных ситуациях, как добиться от ребенка выполнения своих требований?

Ваши рекомендации родителям? Определите задачи и тактику беседы с родителями.

10. К психологу в детском саду обратилась мать девочки 6 лет с жалобой на необщительность дочери: избегает сверстников, предпочитает играть одна. Мать опасается, что в школе дочь будет испытывать трудности в общении со сверстниками. Запрос: как сделать ребенка более общительным?

Определите программу психологического обследования и основные направления и методы коррекционной работы.

11. Родители первоклассника жалуются на необъективное отношение учительницы к их сыну: мальчику часто делают замечания на уроках, ругают на родительских собраниях и, как считают родители, оценивают успехи сына более строго и пристрастно, а часто и несправедливо, по сравнению с другими. Это привело к тому, что сын, который охотно пошел в школу 1 сентября, уже после Нового года стал использовать любой повод, чтобы не ходить в школу, — то у него кашель, то голова болит и пр. В классе у мальчика друзей нет, хотя с одноклассниками он в ровных спокойных отношениях. Родители стоят перед выбором — с одной стороны, им кажется, что сын не заслуживает такого отношения, и они склоняются к тому, чтобы перевести его в другой класс, с другой стороны, учительница считается в школе очень сильной и все родители стремятся, чтобы дети учились именно в ее классе.

Определите план психологического обследования. Ваши рекомендации родителям?

12. В консультацию обратились родители мальчика 7 лет с жалобой на «повышенную нервность», плаксивость, «немужское поведение»; мальчик предпочитает общество девочек, любит играть в куклы. Ребенок в этом году пошел в первый класс, робкий, застенчивый. Предпочитает уроки переменам, учится неплохо, но очень много времени проводит за приготовлением домашних заданий. Запрос: порекомендовать, как сделать его более мужественным и умеющим постоять за себя?

Определите программу психологического обследования и основные направления коррекционно-профилактической работы.

13. В консультацию обратилась мать мальчика 8 лет с жалобой на непослушание, своеволие, конфликтность, невыполнение требований родителей и режимных моментов. Мальчик учится во втором классе, успеваемость средняя, предпочитает прогулки во дворе с приятелями урокам. Может уйти на весь вечер, не предупредив родителей. Часто забывает сделать домашние задания, а если родители спрашивают об этом, может солгать. Маму беспокоит, что у сына нет заинтересованности в учебе, он не любит читать, ленится. Запрос: как сделать сына более ответственным, приучить соблюдать порядок, добиться самостоятельного выполнения уроков.

Определите программу психологического обследования и рекомендации родителям.

14. В консультацию обратилась мать 10-летней девочки с жалобой на страхи и тревожность ребенка. 10 месяцев назад во время поездки на автомобиле мама с дочерью попали в аварию (машина перевернулась), но никто не пострадал. В течение 3 месяцев у девочки наблюдались ночные кошмары и тик, но потом все прошло. В настоящее время девочка испытывает страх, что с мамой что-то случится, беспокоится, когда ее нет рядом, испытывает чувство тревоги. Родители в разводе. Мать много работает, занимается предпринимательством. Девочка хорошо учится в школе, отметки — 4 и 5.

Ваши гипотезы о причинах страхов? Составьте программу диагностического обследования, предложите программу коррекционной работы.

15. К психологу обратилась мать младшего школьника — мальчику 9 лет - с жалобой на плохую успеваемость, нежелание ходить в школу. В семье есть еще старшая сестра (12 лет), учится в той же школе хорошо (на 4 и 5). Мальчик в первом классе посещал группу продленного дня, так как мать работала. Учителя жаловались на его несобранность, неаккуратность, расхлябанность. В настоящее время мать не работает, много времени уделяет сыну: пытается делать с ним уроки, но это обычно заканчивается конфликтами и скандалом. Запрос — порекомендовать упражнения для развития памяти и мышления.

Определите программу психологического обследования и психологические рекомендации.

16. В консультацию обратились родители мальчика 9 лет с жалобой на отказ посещать школу. В первом классе ребенок посещал частную школу с небольшими классами и специальной «развивающей программой». Во втором классе родители развелись, и мама с сыном переехали, что и стало причиной перевода ребенка в обычную общеобразовательную школу. Мама не хотела этого, но ребенок очень устал от дороги. Ребенок раньше учился хорошо, но в последнее время в школу ходит 1—2 раза в неделю, отказывается делать уроки. Возникла реальная угроза, что мальчик будет не аттестован за учебный год. Когда ребенок отказывается идти в школу - говорит, что он устал, хочет спать, ему не хочется, не интересно, - мать, хотя и уговаривает его, но идти в школу силовыми методами не принуждает. Запрос: что делать, как уговорить ребенка ходить в школу — либо, может быть, выбрать форму «экстерната»?

Ваши предположения о причинах отказа мальчика ходить в школу? План психологического обследования и рекомендации по коррекции поведения ребенка?

17. К школьному психологу обратился директор школы с запросом оценить возможности подростка 13 лет обучаться в общеобразовательной школе. Мальчик плохо учится, не успевает по ряду предметов, грубит учителям, на уроке постоянно нарушает дисциплину. Состоит на учете у психоневролога с 6 лет в связи с жалобой родителей на постоянное беспокойство, повышенную двигательную активность, неспособность концентрации и сосредоточения. Мать умерла в родах. До 6 лет воспитывался у бабушки в другом городе. В настоящее время проживает совместно с отцом и мачехой (школьная учительница). Отцу предлагают забрать ребенка из школы на домашнее обучение.

Предложите программу диагностического обследования. Определите стратегию и тактику коррекционно-профилактической работы в отношении подростка, его семьи, администрации и педагогов школы.

18. В консультацию обратилась мать подростка 15 лет с жалобой на то, что он отказывается общаться с ней: прекратил разговаривать, повесил на дверь комнаты замок, питается отдельно (устроился работать на почту). Семья полная. Отношения сына с родителями всегда были дистантными, но в рамках принятых приличий. Сын, по словам матери, уже давно ничем не делится и ничего не рассказывает о себе. Подросток хорошо учится в школе, самостоятелен, сам записался на подготовительные курсы в институт и посещает их. Запрос: помочь восстановить с сыном нормальные отношения.

Ваши предположения о возможных причинах поведения подростка? Составьте программу психологического обследования. Что можно рекомендовать родителям?

19. В консультацию обратилась мать девочки 12 лет, которая испытывает отвержение со стороны сверстников — ее преследуют, подбрасывают письма с требованием «уйти из класса». Девочка - новенькая, пришла в этот класс три месяца

назад. Сначала отношения складывались хорошо, у нее появились друзья, в том числе лидер класса. Однако через некоторое время девочка стала дружить с другой одноклассницей. Отношение в классе к ней резко изменилось: ее стали дразнить, открыто игнорировать. Запрос матери: что делать, может быть, девочке лучше уйти из этого класса?

Предложите программу психологического обследования и задачи коррекционно-профилактической работы с девочкой, родителями, классом, педагогами школы.

20. В консультацию обратилась мама мальчика 11 лет с жалобой на то, что сын ворует дома деньги: вытаскивает из кошелька и тратит на жвачку, пепси-колу, игрушки. Мать в разводе с отцом ребенка, много работает, обеспечить семью ей очень не просто. Сын нередко берет деньги на экскурсии, на праздники в школе и не отдает их учителю. Свои поступки скрывает от матери. Когда мать устраивает «расследование», говорит, что просто потерял и побоялся признаться, плачет. Мать пыталась наказывать, убеждать, брала с сына «честное слово» — ничего не помогает и через некоторое время сын снова берет у нее без спроса деньги. Это продолжается уже более года.

Ваши гипотезы о возможных причинах девиантного поведения ребенка? Составьте программу диагностического обследования, предложите программу коррекционной работы.

21. К психологу обратились родители девочки 11 лет — ученицы престижной музыкальной школы — с жалобами на ее эмоциональную неуравновешенность и тревожность. Девочка была на хорошем счету у преподавателей школы, высоко оценивающих ее музыкальные способности. В последние 6 месяцев дочь стала жаловаться на усталость и трудности в учебе в общеобразовательной школе. После неудачного выступления на концерте в музыкальной школе долго плакала и стала просить родителей разрешить ей прекратить свои занятия в музыкальной школе. Родители уделяют дочери много внимания, приложили немало усилий для того, чтобы она поступила в эту школу, и очень хотят, чтобы дочь продолжила занятия. С другой стороны, они боятся повредить здоровью девочки. Запрос к психологу: нужно ли настаивать на том, чтобы дочь продолжила занятия в музыкальной школе или лучше уступить ее просьбе?

Определите программу психологического обследования и сформулируйте рекомендации родителям. Какие формы психологической помощи могут быть эффективны в этом случае?

22. К психологу обратились родители девочки 4 лет с жалобами на упрямство, вспышки ярости, стремление делать все по-своему. Родители молодые, еще учатся, часто во время сессии отправляют девочку к бабушке на три-четыре недели. Внучка очень любит бабушку, возвращаясь домой, часто говорит родителям, что хочет остаться и жить у нее. В семье уже возникли и супружеские конфликты: муж упрекает жену в том, что ее мать «балует» и «распускает» девочку, «настраивает» ее против отца.

Ваши предположения о причинах поведения девочки? Определите программу психологического обследования и задачи коррекционно-профилактической работы.

23. В психологическую консультацию обратился отец девочки 10 лет, ученицы 5 класса. После начальной школы классы расформировали и сделали один гимназический и два обычных класса. По настоянию родителей девочка пошла в гимназический класс, но вскоре выяснилось, что ей трудно учиться. В первой четверти девочка была аттестована только на «3». Завуч предложила родителям перевести дочь в обычный класс или забрать ее из школы совсем. Родители категорически отказались это делать. Запрос отца к

психологу: получить заключение о том, что девочка может обучаться в гимназическом классе.

Ваша программа поведения в данном случае? Есть ли необходимость переформулирования запроса родителей? Определите программу психологического обследования и рекомендации родителям.

24. К психологу обратилась мать мальчика 10 лет с жалобой на его неуверенность, безынициативность, лень, безволие, неспособность прилагать какие-либо усилия для достижения цели. Учится в школе плохо, хотя обладает, по словам учителей, хорошими способностями. Свободное время предпочитает проводить, ничего не делая, увлекается только компьютерными играми. Друзей нет. На все предложения матери — заниматься в какой-либо секции, читать книги, посещать театры, выставки — отвечает отказом — «не хочется». В ответ на любое новое предложение сначала загорается, а потом при первой неудаче отказывается продолжать что-либо делать.

Составьте программу психологического обследования, определите задачи и направления коррекционно-профилактической работы.

25. Мать ребенка — мальчика 12 лет — выражает обеспокоенность тем, что у сына трудно складываются отношения с друзьями. Он прекрасно учится, много читает, многое знает, однако излишне самоуверен, часто относится к сверстникам свысока, стремится всех поучать — как сверстников, так и взрослых. Если считает, что прав, непременно будет добиваться признания его правоты. В отношениях с одноклассниками претендует на роль лидера, считает, что они к нему часто несправедливы, завидуют его успехам. Мать воспитывает ребенка одна (с самого раннего детства сына родители в разводе), всегда уделяла ему много времени и сил. Мальчик рано научился читать, писать, считать. В школе всегда был отличником.

Определите задачи и основные направления коррекционной работы.

26. В консультацию обратились родители подростка 15 лет с подозрениями, что сын ведет себя «странно», в последнее время стал очень нервным, возбудимым, скрытным, часто куда-то уходит, не говоря, с кем и куда, у него нередко «странно блещат глаза». Жалуются на трудности взаимопонимания, ухудшение успеваемости, невыдержанность и грубость сына. Выражают тревогу, что сын связался с дурной компанией. Запрос: как вернуть хорошие отношения и взаимопонимание с сыном?

Ваши гипотезы о причинах «странного» поведения подростка? Составьте план психологического обследования, определите задачи и направления психологической помощи.

27. Мать ученицы 6-го класса обратилась в консультацию с жалобой на излишнюю невнимательность дочери при выполнении контрольных и письменных работ в классе. При хорошем усвоении и знании материала девочка делает много ошибок в контрольных работах и всегда получает низкие оценки, не соответствующие ее реальным знаниям. Маму беспокоит, что дочь уже приняла роль «неудачницы» и не делает попыток как-то изменить существующее положение.

Определите программу диагностического обследования, возможные направления, задачи и методы коррекционной работы.

28. За помощью к психологу обратилась классная руководительница. Слава С, 13 лет, 7 класс учится хорошо, преимущественно на пятерки, к его поведению в школе никаких претензий нет. С одноклассниками хорошие, ровные отношения, правда, настоящего друга в классе у него нет. Слава не проявляет инициативы в установлении

дружеских отношений со сверстниками, внеклассные мероприятия обычно игнорирует, редко ездит на экскурсии, объясняя это тем, что не хочет волновать маму. Ребята уважают его за знания. Слава пишет прекрасные сочинения, очень хорошо занимается по иностранному языку. Тем не менее учителей беспокоит будущее мальчика, его неподготовленность к жизни, незащищенность перед невзгодами. Устные ответы у доски представляют для Славы тяжелое испытание: он краснеет, запинаясь, на глаза наворачиваются слезы, в связи с этим учитель вынужден давать ему письменное задание, с-которым он, тут же успокоившись, прекрасно справляется. Поводом обращения учителей к психологу послужил случай на городской межпредметной олимпиаде. По условиям конкурса задания по всем предметам выполняются участниками письменно, поэтому Славу как сильного ученика включили в состав команды без колебаний. Но произошло досадное недоразумение. Ему дали карточку с заданием не по французскому языку, который он изучает, а по английскому. Мальчик взял карточку, не сказав ни слова. Сидевшая рядом с ним одноклассница уговаривала его подойти к организаторам, объяснить ситуацию и попросить заменить задание, она даже хотела сделать это сама, но Слава категорически отказался и сдал в комиссию чистый лист. По физике и математике он выполнил задания лучше остальных ребят из своей гимназии, но суммарный балл из-за иностранного языка оказался низким. Свое поведение при получении не того задания мальчик объяснил боязнью показаться невоспитанным, нахальным и тем самым подвести гимназию. Учителя связывают Славины «странности» с трагической гибелью его отца. Мать до сих пор переживает случившееся, и это сказывается на сыне.

Определите программу диагностического обследования и коррекционных мероприятий.

29. В классе ребенок с тяжелой психической травмой (трагическая смерть родителей, насилие в семье и пр.). Отсюда – неуспеваемость, неадекватное поведение.

Определите программу диагностического обследования и коррекционных мероприятий.

30. К школьному психологу обратилась администрация школы с просьбой «разобраться и сделать что-нибудь» с седьмым классом. Жалоба — класс неуправляем, на уроках постоянно срывают дисциплину, массовые прогулы, учителя отказываются работать с этим классом.

Определите программу диагностического обследования и коррекционных мероприятий.

6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации

№ п/п	Тема или раздел	Код контролируемых компетенций	Номер экзаменационного вопроса для контроля знаний	Номер вопроса для контроля знаний и умений	Номер практического задания для контроля сформированности умений и опыта практической деятельности
1	Основы психологического консультирования	ПК-1	1-3	1-4	1
2	Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования	ПК-1	4-7	5-7	2
3	Процедуры и техники психологического консультирования	ПК-1	8-14	8-11	3
4	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	ПК-4, ПК-7	15-18	12-15	4-10
5	Консультирование по проблемам младшего школьного возраста	ПК-4, ПК-7	19-21	16-19	11-16
6	Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста	ПК-4, ПК-7	22-24	20-25	17-21
7	Работа с родителями в процессе возрастнопсихологического консультирования	ПК-4, ПК-7	25-27	26-28	22-27
8	Возрастно-психологическое консультирование в образовательных учреждениях	ПК-4, ПК-7	28-30	29-30	28-30

6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, подробно описаны в Положении о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (принято решением учёного совета ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» 29 октября 2019 года, протокол № 03, введено в действие приказом ректора ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» № 219 от 29 октября 2019 года).

Критерии оценивания ответа обучающегося на экзамене

оценка «отлично»	Обучающийся обнаруживает всесторонние осознанные систематические знания учебного материала и умение ими самостоятельно пользоваться; материал излагает профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов; проявляет творческие способности в понимании, изложении и практическом использовании знаний; понимает взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии; владеет на высоком уровне навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций - высокий
оценка «хорошо»	Обучающийся обнаруживает полные знания учебного материала; освоил основные термины, понятия, закономерности, но при этом допускает отдельные неточности в формулировке понятий и/или интерпретации примеров из образовательной практики, которые он исправляет самостоятельно при указании преподавателя на неточности; владеет на хорошем уровне навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций – не ниже повышенного
оценка «удовлетворительно»	Обучающийся обнаруживает знание большей части основного учебного материала в объёме, необходимом для дальнейшего обучения и предстоящей работы по профессии, но допускает неточности при ответе и/или интерпретации примеров из образовательной практики,

	которые исправляет после пояснений, данных преподавателем. При изложении материала встречаются терминологические некорректности. Владеет на пороговом уровне навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций – не ниже порогового
оценка «неудовлетворительно»	Обучающийся имеет существенные пробелы в теоретических знаниях, допускает принципиальные ошибки при выполнении заданий, не способен решать профессиональные задачи. Уровень сформированности компетенций – недостаточный

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

7.1.1. Рекомендуемая литература (основная)

1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва: Академический Проект, Трикса, 2015. – 224 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/36513.html> (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. – 2-е изд. – Москва: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/57000.html> (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Пахальян, В.Э. Психологическое консультирование: учебное пособие / В.Э. Пахальян. – Саратов: Вузовское образование, 2015. – 311 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/29299.html> (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Абаева, И.В. Теоретические и методические основы психологического консультирования: учебно-методическое пособие / И.В. Абаева. – Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2014. – 100 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/64552.html> (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Николаенко, Я.Н. Коррекция агрессивного поведения у детей и подростков: учебное пособие для педагогов, психологов, дефектологов / Я.Н. Николаенко, Т.А. Колосова. – Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2013. – 88 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/29975.html> (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Якиманская, И.С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И.С. Якиманская, Н.Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. – 230 с. // ЭБС IPRbooks [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/52329.html> (дата обращения: 26.02.2020). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»

1. Copyright учительский портал: сайт. – Москва, 2009- 2019. — URL: <http://www.uchportal.ru/load/117> -
2. psyedu.ru Электронный журнал «Психолого-педагогические исследования» сайт. – Москва, 2006 - 2019. — URL: — <http://psyedu.ru/>
3. PsyJournals.ru Портал психологических изданий: сайт. – Москва, 2007 - 2019. — URL: <http://psyjournals.ru/>
4. Вестник практической психологии образования: сайт. – Москва, 2007 - 2019. — URL: http://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/about/
5. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: федеральный портал: сайт. – Москва, 2005- 2019. — URL: <http://window.edu.ru/>
6. Журнал «Вопросы психологии»: сайт. – Москва, 2001 – 2019. — URL: <http://www.voppsy.ru>
7. Мир Психологии: сайт. – Москва, 1999 - 2019. — URL: <http://psychology.net.ru/>
8. Психпортал: сайт. – Москва, 2001- 2019. — URL: <http://psy.piter.com/>
9. Сибирский психологический журнал: сайт. – Томск, 1995- 2019. — URL: <http://journals.tsu.ru/psychology/>
10. Социальная сеть работников образования nsportal.ru: сайт. – Москва, 2010- 2019. — URL: <https://nsportal.ru/>
11. Факультет психологии МГУ им. М.В. Ломоносова: сайт. – Москва, 1997 - 2019. — URL: <http://www.psy.msu.ru/>

7.3. Программное обеспечение

1. Microsoft Office 2007
2. Microsoft Windows XP
3. Microsoft Windows 7
4. «Личный кабинет обучающегося» на взб-ресурсе собственной разработки

7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети

1. Электронная библиотека Национального государственного университета им. Лесгафта (Санкт-Петербург). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Текст: электронный.
2. Электронная библиотека Московской государственной академии физической культуры (Малаховка). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Текст: электронный.
3. Электронная библиотека Сибирского университета физической культуры (Омск). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Текст: электронный.

7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)

1. РУКОНТ: национальный цифровой ресурс: межотраслевая электронная библиотека : сайт / Консорциум «КОНТЕКСТУМ». – Сколково, 2010 -. – URL: <http://lib.rucont.ru/search> (дата обращения: 11.10.2019). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.
2. IPRbooks: электронно-библиотечная система (Базовая версия «Премиум»): сайт. – Саратов, 2005 -. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 11.10.2019). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.
3. Springer Nature: издательство: сайт. – Москва, 2019. – URL: <http://link.springer.com> (дата обращения: 11.10.2019). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.
4. Web of science : наукометрическая реферативная база данных журналов и конференций : сайт. – Москва, 2019 -. – URL: <http://www.webofscience.com> (дата обращения: 11.10.2019). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа

1. Электронная библиотека: библиотека диссертаций : сайт / Российская государственная библиотека. – Москва : РГБ, 2003 -. – URL: <http://diss.rsl.ru/> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.
2. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 -. – URL: <http://www.elibrary.ru> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.
3. Научная педагогическая электронная библиотека: сайт / Научная педагогическая библиотека им К.Д. Ушинского. – Москва, 2019. – URL: <http://elib.gnpbu.ru> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.
4. Большая бесплатная библиотека : сайт. – URL: <http://tululu.org/> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.
5. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: сайт. – Москва. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.
6. Электронная библиотека ГПИБ: сайт / Государственная публичная историческая библиотека России (ГПИБ). – Москва, 1863-. – URL: <http://elib.shpl.ru/ru/nodes/9347-elektronnaya-biblioteka-gpib/> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.
7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: сайт. – Москва, 2005-. – URL: <http://window.edu.ru/> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.
8. Спортивное чтение: спортивная электронная библиотека: сайт. – 2019. – URL: <http://sportfiction.ru/> (дата обращения: 11.10.2019). – Текст: электронный.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Аудитория № 124 учебного корпуса № 1, пл. Юбилейная д. 4	45 посадочных мест, ученические столы – 15, ученические стулья – 45, 1 трибуна, 2 вешалки. Телевизор Samsung 40 дюймов, ноутбук Samsung R540, мышь компьютерная.
Аудитория № 131* учебного корпуса № 1, пл. Юбилейная д.4	10 посадочных мест, стульев – 13 штук, столов ученических – 10 штук, стол

	преподавателя, доска. Персональные компьютеры Формоза – 11 штук, мониторы Samsung 710 N – 11 штук; принтер P2015d-8067-00, кондиционер, вешалка – 1 шт.
Электронный читальный зал* библиотеки здания общежития с пристроенным учебным корпусом, пл. Юбилейная д. 4, к. 1	11 посадочных мест, ученические столы – 11, ученические стулья – 11, персональные компьютеры ТОНК 1507 – 11 штук, мониторы Samsung 710N – 11 штук

**Помещения для самостоятельной работы*

9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий по дисциплине

9.1. Очная форма обучения

№ п/п	Темы лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий в хронологическом порядке	Перечень необходимого оборудования, наглядные пособия	Количество часов и вид занятия
1	Основы психологического консультирования	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
2	Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
3	Процедуры и техники психологического консультирования	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
4	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
5	Консультирование по проблемам младшего школьного возраста	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
6	Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
7	Работа с родителями в процессе возрастнопсихологического консультирования	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
8	Возрастно-психологическое консультирование в образовательных учреждениях	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
9	Основы психологического консультирования	Ноутбук, проектор, конкретные ситуации, игровые	6 часов, семинар

		упражнения	
10	Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования	Ноутбук, проектор, игровые упражнения	6 часов, семинар
11	Процедуры и техники психологического консультирования <i>Контрольная работа №1 по темам: «Основы психологического консультирования», «Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования», «Процедуры и техники психологического консультирования»</i>	игровые упражнения	10 часов, семинар
12	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	Ноутбук, проектор, конкретные ситуации	6 часов, семинар
13	Консультирование по проблемам младшего школьного возраста	Ноутбук, проектор, конкретные ситуации	4 часа, семинар
14	Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста <i>Контрольная работа №2 по темам: «Консультирование по проблемам дошкольного возраста», «Консультирование по проблемам младшего школьного возраста», «Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста»</i>	Ноутбук, проектор, конкретные ситуации	4 часа, семинар
15	Работа с родителями в процессе возрастнопсихологического консультирования	конкретные ситуации	2 часа, семинар

9.2. Заочная форма обучения

№ п/п	Темы лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий в хронологическом порядке	Перечень необходимого оборудования, наглядные пособия	Количество часов и вид занятия
1	Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
2	Процедуры и техники психологического	Ноутбук,	2 часа, лекция

	консультирования	проектор	
3	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	Ноутбук, проектор	2 часа, лекция
4	Основы психологического консультирования	конкретные ситуации, игровые упражнения	2 часа, семинар
5	Консультирование по проблемам дошкольного возраста	конкретные ситуации	2 часа, семинар
6	Консультирование по проблемам младшего школьного возраста	конкретные ситуации	2 часа, семинар
7	Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста	конкретные ситуации	2 часа, семинар

Контрольные работы для обучающихся**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №1 по дисциплине «Возрастно-психологическое консультирование»**

по темам: «Основы психологического консультирования», «Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования», «Процедуры и техники психологического консультирования»

Вариант 1

1. Помочь клиенту осознать свою свободу и собственные возможности, побудить к принятию ответственности за то, что происходит с ним – цель консультирования в
А) Психоаналитическом подходе
Б) Экзистенциальном подходе
В) Поведенческом подходе
Г) Адлерианском подходе
2. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков разработан
А) И.В. Дубровиной
Б) Г.В. Бурменской
В) Л.А. Регуш
3. Проблема психического развития возникает при
А) Возникновении новообразований психики ребенка и сохранении прежних способов отношений с ним взрослых
Б) Несоответствии актуального уровня развития психики требованиям окружающей среды
В) Несоответствии форм, методов, содержания обучения и воспитания сензитивным периодам развития
4. Система психических качеств, способствующих позитивному психическому развитию, несмотря на препятствия –
А) Ресурс человека
Б) Жизнестойкость
В) Уязвимость
5. Центральная характеристика психологически здорового человека по И.В.Дубровиной
А) Спонтанность
Б) Признание уникальности
В) Гибкость себя и других
Г) Саморегулируемость
Д) Ответственность
Е) Саморазвитие
6. Саморегулируемость – возможность адекватного приспособления к
А) Благоприятным условиям
Б) Неблагоприятным условиям
В) Благоприятным и неблагоприятным условиям
7. Какие задачи консультирования можно выделить с позиции концепции психологического здоровья?
А) обучение положительному самоотношению и самопринятию
Б) обучение рефлексивным умениям
В) формирование потребности в саморазвитии
8. Соедините уровень психологического здоровья и его характеристику
1) Креативный 2) Адаптивный 3) Дезадаптивный
А) Адаптированы к социуму, имеют повышенную тревожность, не имеют запаса прочности психологического здоровья
Б) Устойчиво адаптированы, есть резерв сил для преодоления стрессовых ситуаций, творческое

Отношение действительности

В) Нарушен баланс процессов ассимиляции и аккомодации, используют для разрешения внутреннего конфликта ассимилятивные либо аккомодативные средства

9. Педагогическая модель нарушенного развития связывает причины нарушения развития с

А) снижением темпа созревания структур

В) нарушением взаимодействия между мозга личностью и средой

Б) логикой заболевания

Г) явлениями социальной и педагогической запущенности

10. Какие цели коррекционной работы можно поставить с позиции возрастнопсихологического подхода в консультировании и коррекции?

А) Оптимизация социальной ситуации развития

Б) Развитие различных видов деятельности ребенка

В) Формирование возрастнопсихологических новообразований

11. Материалом для психоанализа, по Фрейду, может служить все перечисленное, за исключением:

А) свободных ассоциаций

Б) реакций переноса

В) состояния сомнамбулы

Г) сопротивления

Д) сновидения

12. Основателем транзактного анализа является:

А) А.Адлер

Б) Э.Берн

В) К.Роджерс

Г) Ф.Перлз

Д) К.Юнг

13. Техника прямого описания переживаний, которые психолог-консультант заметил в

А) поведении клиента, называется:

Б) переформулирование

В) уточнение

Г) отражение чувств

Д) перифраза

14. К ситуациям, в которых уместно использование метафор, можно отнести следующие:

А) поиск новых ресурсов

Б) предложение решения проблемы

В) напоминание клиенту об имеющихся у него ресурсов

Г) снятие барьеров в общении

Д) разрушение ограничивающих убеждений

Е) все ответы верны

Соответствие:

15. Определите позиции психолога по отношению к клиенту в процессе психологического консультирования:

1 советчик 2 помощник 3 эксперт

А) позиция психолога, актуализирующего внутренние резервы клиента

Б) позиция психолога, совместно с клиентом оценивающего возможные варианты решения проблемы

В) позиция психолога, дающего клиенту информацию и прямые рекомендации

Вариант 2

1. Исправить неадекватное поведение и обучить эффективному поведению – цель консультирования в
 - А) Психоаналитическом подходе
 - В) Экзистенциальном подходе
 - Б) Поведенческом подходе
 - Г) Адлерианском подходе
2. Концепция психологического здоровья разработана
 - А) И.В. Дубровиной
 - Б) Г.В. Бурменской
 - В) Л.А. Регуш
 - Г) О.В. Хухлаевой
3. Какие характеристики не являются характеристиками психологического возраста
 - А) Социальная ситуация развития
 - В) Новообразования возраста
 - Б) Ведущий вид деятельности
 - Г) Новообразования кризиса
4. Решение проблемы психического развития состоит в
 - А) Развитии качеств психики, которые дают возможность успешно адаптироваться к новым условиям
 - Б) Изменении взрослыми способа общения с ребенком,
 - Г) Отборе форм, методов, содержания обучения и воспитания, способствующих формированию интенсивно развивающихся психических функций
5. Искажение, деформация развития под действием неблагоприятных факторов –
 - А) Уязвимость
 - В) Аномальное развитие
 - Г) Проблема развития
6. Динамическая совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, являющихся предпосылкой ориентации личности на выполнении своей жизненной задачи –
 - А) Жизнестойкость
 - Б) Психологическое здоровье
 - В) Саморегуляция
7. Соедините компонент психологического здоровья и его определение
 - 1) Аксиологический компонент 2) Инструментальный компонент 3) Потребностно-мотивационный
 - А) Владение рефлексией как средством самопознания
 - Б) Ценность собственного «Я» человека и других людей
 - В) Наличие потребности в саморазвитии компонент
8. Психологическая коррекция –
 - А) совокупность воздействий, направленных на компенсацию, исправление недостатков в психическом и физическом развитии ребенка
 - Б) совокупность воздействий, направленных на оптимизацию развития психических процессов и функций и гармонизацию развития личностных свойств
9. Связывает причины отклонений в развитии детей и подростков с нарушением взаимодействий между личностью и средой
 - А) Биологическая модель нарушенного
 - В) Педагогическая модель нарушенного развития
 - Б) Интеракционная модель нарушенного развития
 - Г) Деятельностная модель нарушенного развития
10. Какие блоки психологической коррекции выделяют в практике психологической помощи детям и подросткам?
 - А) Коррекция эмоционального развития
 - В) Коррекция поведения
 - Б) Коррекция интеллектуального развития

Г) Коррекция личности

11. Выделите вид косвенного влияния на клиента в процессе психологического

А) консультирования:

Б) убеждение

В) внушение

Г) метафора

Д) персуазия

12. Одним из первых, сознательно применившим метафоры в практике был:

А) Милтон Эриксон

Б) Зигмунд Фрейд

В) Алан Пиз

Г) Эрик Берн

13. К невербальному аспекту «техники слушания» относятся:

А) «язык тела» (позы, жесты, мимика)

Б) психофизиологические реакции (изменение цвета кожного покрова, частота и глубина дыхания, степень потоотделения)

В) голосовые характеристики (тон, тембр, темп, интонации)

Г) все ответы верны

14. К какой технике можно отнести следующую фразу психолога: «Что именно заставляет Вас так думать?»

А) переформулирование

Б) уточнение

В) отражение чувств

Г) перифраза

15. Исповедью в психологическом консультировании называется:

А) процедура успокоения клиента

Б) нейтрализация действия имеющихся у клиента комплексов

В) снятие психологических барьеров

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №2 по дисциплине «Возрастно-психологическое консультирование»

по темам: «Консультирование по проблемам дошкольного возраста», «Консультирование по проблемам младшего школьного возраста», «Консультирование по проблемам подросткового возраста и юношеского возраста»

Вариант 1

Первыми в детской консультативной службе стали применяться методы....

а) бихевиорального направления

б) психоаналитического направления

в) когнитивного направления

г) гуманистического направления

2. Акцент на взаимодействии ребенка в окружающей среде, а не его внутреннем мире, ставился психологами:

а) бихевиорального направления

б) психоаналитического направления

в) когнитивного направления

г) гуманистического направления

3. Помощь ребенку в понимании и принятии себя, ответственности за свои поступки и действия, является целью:

а) психоаналитической терапии

б) социально-когнитивной терапии

в) гуманистической терапии

г) развивающего консультирования

4. Первоначально сфера деятельности детских консультаций включала...
 - а) помощь в разрешении трудностей в воспитании
 - б) помощь в разрешении проблем межличностных отношений
 - в) помощь в социальной адаптации детей с патологией
 - г) помощь в разрешении трудностей в обучении
5. Игра как способ установления контакта с ребенком, был предложен:
 - а) А. Бине
 - б) М. Клейн
 - в) А. Фрейд
 - г) В. Эксайн
6. Структурированная игровая терапия для работы с детьми, пережившими какое-либо травмирующее событие, получила название:
 - а) терапия, центрированная на клиенте
 - б) лечебная педагогика
 - в) недирективная игровая терапия
 - г) терапия отреагирования
7. Основные показания для психологической помощи детям на современном этапе:
 - а) устойчивое расстройство поведения;
 - б) возникновение кризисной жизненной ситуации;
 - в) социальная дезадаптация;
 - г) нарушения психического развития
8. К причинам психогенной школьной дезадаптации относят следующие, кроме:
 - а) проблемы в общении со сверстниками;
 - б) процесс обучения как психотравмирующий фактор;
 - в) отношения в семье;
 - г) индивидуальная уязвимость организма ребенка.
9. Какие из перечисленных ниже задач не относятся к задачам консультирования субъектов образовательного процесса:
 - а) отбор и дифференциация детей по степени умственного развития;
 - б) коррекционная работа с детьми и подростками;
 - в) составление рекомендаций по воспитанию детей в семье;
 - г) ориентация родителей и педагогов в возрастных и индивидуальных особенностях психического развития ребенка.
10. Укажите правильную последовательность этапов психологического обследования ребенка в практике консультирования:
 - а) сбор информации из других учреждений;
 - б) составление психологического анамнеза;
 - в) экспериментально-психологическое обследование;
 - г) наблюдение за ребенком в домашней и школьной обстановке;
 - д) анализ информации, полученной в первичной беседе с родителями
 - е) сведения о состоянии ребенка к моменту обследования.
11. Диагностический метод оценки результатов детских продуктивных видов деятельности — это:
 - а) анализ продуктов деятельности
 - б) наблюдение
 - в) экспертная оценка
 - г) эксперимент
12. Стиль воспитания, при котором родители уделяют ребенку крайне много времени, сил, внимания, когда его воспитание становится центральным делом в жизни родителей, - это:
 - а) потворствование
 - б) гиперопека
 - в) гипопротекция
 - г) попустительство

13. Комплексное психологическое обследование клиента может послужить полноценной базой для построения программы индивидуальной психологической помощи, что соответствует принципу:
- а) коррекционной направленности
 - б) нормативности
 - в) системности
 - г) стереоскопичности
14. Предположение о возможных линиях развития ребенка, вероятном ходе развития с учетом благоприятных или неблагоприятных факторов и условий — это:
- а) консультативная гипотеза
 - б) проблема
 - в) факторы риска
 - г) условно-вариативный прогноз.
15. Первоначально сфера деятельности детских консультаций включала...
- а) помощь в разрешении трудностей в воспитании
 - б) помощь в разрешении проблем межличностных отношений
 - в) помощь в социальной адаптации детей с патологией
 - г) помощь в разрешении трудностей в обучении

Вариант 2

1. К содержанию жалобы не относится:
- а) неявное
 - б) явное
 - в) скрытое
 - г) вытесненное.
2. В отечественной практике консультирования анализ процесса психического развития ребенка ведется в системе категорий:
- а) источника, движущих сил и условий развития
 - б) общения и деятельности
 - в) общения, игры, учения
 - г) нейроанатомических структур и физиологических механизмов мозговой деятельности.
3. Начало разработки ключевых вопросов консультативной практики и психологической диагностики детей в отечественной психологии было положено:
- а) Блонским П.Я.
 - б) Выготским С.Л.
 - в) Леоньевым А.Н.
 - г) Элькониным Д.Б.
4. Важными качествами психологического прогноза выступают:
- а) развернутость
 - б) дифференцированность
 - в) полнота
 - г) все ответы верны
6. Консультант может работать:
- а) со всей семьей
 - б) отдельно с ребенком
 - в) только с родителями
 - г) все ответы верны.
7. Найдите пропущенное слово: «Целью возрастного консультирования является контроль за ходом психического развития ребенка на основе представлений о (...) содержании и периодизации этого процесса».
- а) психологическом
 - б) нормативном
 - в) индивидуальном

- г) нервно-психическом
8. Обобщающим элементом консультирования и важной практической составляющей, согласно Л.С. Выготскому является:
- а) психологический анамнез
 - б) психологический диагноз
 - в) психологический прогноз
 - г) психолого-педагогические назначения.
9. Родители дошкольников обычно жалуются на ...
- а) плохую успеваемость ребенка
 - б) недостаточную произвольность поведения ребенка
 - в) низкую самооценку ребенка
 - г) отсутствие выраженных способностей.
10. Что из нижеперечисленного не относится к методам консультирования детей и подростков:
- а) ролевая игра
 - б) установление межличностного контакта
 - в) обсуждение положительных случаев успешного решения проблем
 - г) ни один ответ не верен
11. Цель общения консультанта и ребенка:
- а) улучшить отношения
 - б) изменить поведение
 - в) создать условия, которые помогут ребенку осознать проблему и найти собственные ресурсы для ее решения
 - г) все ответы верны
12. Фактором риска для детей дошкольного и младшего школьного возраста в первую очередь выступают:
- а) неблагоприятные отношения со сверстниками
 - б) неблагоприятные особенности семейной ситуации
 - в) несформированность возрастных новообразований
 - г) низкий уровень произвольной регуляции поведения
13. Ребенок (подросток) может получить консультацию напрямую с психологом, в следующем случае:
- а) обсуждение способов эффективного взаимодействия
 - б) поиск выхода из конфликтной ситуации со сверстниками или взрослыми
 - в) невроз у одного из родителей
 - г) информирование о возрастных особенностях
14. Принятие ребенка, отсутствие осуждений его позиции, теплое, понимающее отношение отражают принципы:
- а) директивной психотерапии
 - б) недирективной психотерапии
 - в) социально-когнитивной терапии
 - г) все ответы верны.
15. Какая из перечисленных ниже проблем не относится к проблемам подросткового возраста:
- а) стремление к независимости;
 - б) взаимоотношения со сверстниками;
 - в) трудности профессионального самоопределения и профессиональной адаптации.

Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптируется при необходимости для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) или инвалидностью и дополняется нижеследующими особенностями при ее освоении такими обучающимися. Используются следующие образовательные технологии с учетом их адаптации для лиц с ОВЗ или инвалидностью:

Образовательные технологии	Цель	Адаптированные методы
Проблемное обучение	Развитие познавательной способности, активности, творческой самостоятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Поисковые методы, постановка познавательных задач с учетом индивидуального социального опыта и особенностей лиц с ОВЗ или инвалидностью
Концентрированное обучение	Создание блочной структуры учебного процесса, наиболее отвечающей особенностям здоровья лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы, учитывающие динамику и уровень работоспособности лиц с ОВЗ или инвалидностью
Модульное обучение	Гибкость обучения, его приспособление к индивидуальным потребностям лиц с ОВЗ или инвалидностью	Индивидуальные методы обучения: индивидуальный темп и график обучения с учетом уровня базовой подготовки лиц с ОВЗ или инвалидностью
Дифференцированное обучение	Создание оптимальных условий для выявления индивидуальных интересов и способностей лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы индивидуального личностно-ориентированного обучения с учетом ОВЗ и личностных психолого-физиологических особенностей
Развивающее обучение	Ориентация учебного процесса на потенциальные возможности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Вовлечение обучающихся с ОВЗ и инвалидов в различные виды деятельности, развитие сохранных возможностей
Социально-активное, интерактивное обучение	Моделирование предметного и социального содержания учебной деятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы социально-активного обучения, игровые методы с учетом социального опыта лиц с ОВЗ или инвалидностью
Рефлексивное обучение, развитие критического мышления	Интерактивное вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в групповой образовательный процесс	Интерактивные методы обучения, вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в различные виды деятельности,

		создание рефлексивных ситуаций по развитию адекватного восприятия собственных особенностей
--	--	--

Имеется возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, в учебные помещения и другие помещения ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» (на первые этажи) (имеются пандусы, поручни, расширенные дверные проёмы) по адресам:

182105, Псковская область, г Великие Луки, пл Юбилейная, д 4;

182105, Псковская область, г Великие Луки, пл Юбилейная, д 4, корп 1.

Имеется возможность их пребывания в указанных помещениях. Лифтов нет. Аудитории для проведения учебных занятий с такими обучающимися располагаются на первых этажах.

Образовательные технологии применяются как с использованием универсальных, так и специальных информационных и коммуникационных средств, в зависимости от вида и характера ограниченных возможностей здоровья или инвалидностью обучающихся.

На уровне специальных приемов, используемых при обучении лиц с ОВЗ и инвалидностью используются следующие: 1) приемы, обеспечивающие доступность учебной информации (рельефное письмо и осязательное чтение для обучающихся с нарушениями зрения, жестовая речь для обучающихся с нарушениями слуха, дозированность учебной нагрузки и др.); 2) специальные приемы организации обучения (алгоритмизация учебной деятельности с учетом особенностей нарушения, специфика структурного построения занятий, и др.). 3) логические приемы переработки учебной информации (конкретизация, установление аналогий по образцам, обобщение по доступным признакам изучаемых объектов и явлений и др.); 4) приемы использования технических средств, специальных приборов и оборудования (технические средства по перекодированию зрительной и слуховой информации в доступные для сохраненных анализаторов сигналы, использование приборов, усиливающих зрительную, тактильную, слуховую и др. информацию).

Проводится дополнительная индивидуальная работа с преподавателем (индивидуальные консультации), работа с лекционным и дополнительным материалом, беседа, морально-эмоциональная поддержка и стимулирование, индивидуальная учебная работа, то есть дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, или им требуется проведение индивидуальной учебно-воспитательной работы.

Обучающимся осуществляется самостоятельная работа: работа с книгой и другими источниками информации, план-конспекты, реферативные (воспроизводящие), реконструктивно-вариативные, эвристические, творческие самостоятельные работы, проектные работы, он-лайн технологии сети «Интернет».

Конкретные формы и виды контактной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью устанавливаются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося или, при возможности, для нескольких обучающихся. Выбор форм и видов контактной и самостоятельной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью осуществляется с учетом их способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Формы работы устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, на компьютере или с использованием иной техники, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для консультаций и выполнения заданий.

К реализации дисциплины (модуля), в том числе при процедуре оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с запросами обучающихся)

привлекаются услуги ассистентов, сурдопереводчиков¹, специалистов² по специальным техническим и программным средствам обучения.

Обучение лиц с нарушениями слуха предполагает использование мультимедийных средств и других технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для слабовидящих обучающихся предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране).

Обучение лиц с нарушениями зрения предполагает использование технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата в учебных аудиториях выбирается место с возможностью беспрепятственного к нему доступа на инвалидной коляске.

Дополнительное учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля):

- библиотечный фонд помимо учебной литературы включает справочно-библиографические и периодические издания в соответствии с перечнем указанным в рабочей программе дисциплины (модуля);

- обеспечивается доступ к ним обучающихся с ОВЗ и инвалидов с использованием специальных технических средств.

Дополнительное материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)³:

- Аппаратно-программный комплекс «Читающая машина» для лиц с нарушениями зрения;

- Увеличивающее телевизионное устройство для слабовидящих ElecGeste EM-302 для лиц с нарушениями зрения;

- использование звукоусиливающей аппаратуры для лиц с нарушениями слуха.

Использование оценочных средств для определения уровня сформированности компетенций обучающихся с ОВЗ и инвалидов проводится с учетом индивидуальных особенностей восприятия, переработки материала, выполнения заданий. Материалы оценочных средств при необходимости представляются обучающимся в печатном и (или) электронном, и (или) аудиоформате, т.е. в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,

¹ ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» заключён договор № б/н от 01.12.2017 года на оказание, в случае необходимости, услуг сурдопереводчика

² Приказом ректора № 201 от 25.10.2016 назначены ответственные за оказание технической помощи по каждому конкретному адресу (по каждому зданию)

³ 3 октября 2018 года заключено соглашение о сотрудничестве между ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», утвержденным в качестве образовательной организации высшего образования, подведомственной Министерству спорта Российской Федерации, на базе которой создан Ресурсный учебно-методический центр (РУМЦ) по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, и ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта». На основании пункта 3.1.4. этого соглашения о сотрудничестве РУМЦ предоставляет во временное пользование образовательной организации высшего образования технические средства обучения и оборудование Центра коллективного пользования для обучения студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья

- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Текущий контроль результатов обучения осуществляется преподавателем в процессе проведения занятий семинарского типа, а также выполнения индивидуальных работ и домашних заданий, или в режиме тренировочного тестирования в целях получения информации о выполнении обучаемым требуемых действий в процессе учебной деятельности; правильности выполнения требуемых действий; соответствия формы действия данному этапу усвоения учебного материала, что позволяет своевременно выявить затруднения и отставание обучающихся с ОВЗ и инвалидов и внести коррективы в учебный процесс. При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку или выполнение заданий.

Формы проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ОВЗ и инвалидов устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов, при необходимости предоставляется техническая помощь.

Тексты/конспекты лекций**Основы психологического консультирования**

1. Возникновение, развитие и специфика психологического консультирования
2. Предмет, цели, задачи психологического консультирования
3. Принципы психологического консультирования
4. Методологические основы психологического консультирования
5. Теория личности как методологическая основа психологического консультирования
6. Теория личности в различных школах и направлениях
7. Виды психологического консультирования

1. Возникновение, развитие и специфика психологического консультирования

Психологическое консультирование – прикладная отрасль современной психологии. В системе психологической науки ее задачей является разработка теоретических основ и прикладных программ оказания психологической помощи психически и соматически здоровым людям в ситуациях, когда они сталкиваются со своими проблемами. Разрабатываются эти теоретические основы и программы, с одной стороны, на основе анализа современного состояния психологического знания, достижений в областях эмпирических и теоретических исследований. С другой стороны, источником этих теоретических основ и программ является анализ практических наработок специалистов, систематически оказывающих психологическое воздействие в рамках самых различных форм оказания психологической помощи.

Спецификой психологического консультирования является акцент на диалогичности, на циркуляции информации, на информационном обмене между психологом-консультантом и теми людьми, относительно которых используется психологическое консультирование. Социально-психологический тренинг также предполагает разработку прикладных программ оказания психологической помощи психически и соматически здоровым людям. Но в рамках социально-психологического тренинга основным фактором воздействия становится не информация, которая исходит от психолога, а группа, процессы групповой динамики, особенности циркуляции обратной связи. Психолог-тренингист лишь помогает этим процессам в группе развернуться. Специфическими методами оказания воздействия в рамках социально-психологического тренинга являются не диалог и доведение до клиента имеющей отношение к его проблемам психологической информации, а групповая дискуссия и ролевая игра. В рамках психологического консультирования также выделяют форму групповой работы с клиентами – групповое психологическое консультирование, но специфика работы с клиентом здесь иная, чем в социально-психологическом тренинге. Работа с группой здесь обусловлена, во-первых, тем, что она является более экономичной, так как позволяет одновременно оказывать помощь большому количеству людей, испытывающих одинаковые сложности. Во-вторых, группа здесь рассматривается как проводник влияния психолога-консультанта, речь не идет о самостоятельном значении процессов групповой динамики, они могут даже рассматриваться как помеха деятельности консультанта. Подробнее о специфических особенностях группового психологического консультирования рекомендуем ознакомиться по пособию Шабалиной В.В.(1998). О специфических особенностях социально-психологического тренинга предлагаем ознакомиться по монографиям Петровской Ларисы Андреевны. (1982, 1989). Начальные представления о процессах групповой динамики можно получить по статье Бенниса Уоррена и Шепарда Герберта. (1984).

То, что является основой современного психологического консультирования, зародилось и развилось, прежде всего, в русле психотерапии, основных психотерапевтических направлений, развивавшихся на Западе. Меновщиков Ю.В. (1998, с. 4) склонен к тому, чтобы указать конкретную дату возникновения психологического консультирования – 1951 год, время, когда на одной из конференций в США был введен термин «Консультативная психология», чтобы ограничить консультирование от клинической психологии, отрасли психологии, занимающейся проблемами оказания помощи людям, тяжело психически или соматически больным. Естественно, что это разделение подготавливалось всем ходом развития психотерапии до этого, да и в последующем психотерапия вносила и вносит свой существенный вклад в развитие психологического консультирования.

Именно с тяжелых расстройств, с последствий долговременных психологических травм началось в психологии реальное изучение параметров оптимального общения и рациональной организации учебной и трудовой деятельности, что позволило впоследствии, на основе приобретенного знания, перейти к оказанию помощи психически и соматически здоровым людям. Задачей психологического консультирования стало, таким образом, не лечение расстройств, а их профилактика, работа с деструктивными формами общения, нерациональными способами организации деятельности – тем, что приводит к травмам, а в последствии и к болезням.

Слово «Психотерапия» происходит от греческих основ психо – душа и терапия – забота, уход, лечение. Традиционно принято под психотерапией подразумевать форму лечения психических нарушений. Однако, на что справедливо обращает наше внимание Спиркина Е.А. (1994, с.122-123), психотерапия на Западе в своем спонтанном развитии давно перешагнула эти узкие рамки. Знания и методы, накопленные в ней первоначально в процессе лечения психических и психосоматических нарушений, позволили психотерапии в наше время стать средством личностного роста и достижения зрелости, средством помощи человеку разобраться с философскими и экзистенциальными проблемами, средством повышения образования, средством достижения поведенческих изменений. Ну а методом исследования внутриспсихической динамики и динамики межличностных отношений психотерапия на Западе была, по крайней мере, еще со времен З. Фрейда. Поэтому материал, накопленный в рамках различных психотерапевтических направлений на Западе, после конструктивного анализа и оценки может использоваться в практике психологического консультирования, конечно только не с лечебной целью. Заметим, однако, что необходимым условием использования в психологическом консультировании методов западной психотерапии является грамотное овладение ими.

Психотерапия – не единственный источник психологического консультирования. Другим таким источником является психологическое знание в строго научном смысле этого слова – основанное на результатах эмпирических исследований, организованных по экспериментальному плану, значимость выявленных закономерностей в котором подтверждена методами математической статистики. В свое время З. Фрейд отказался от этого пути накопления знания, так как, по его мнению, если идти таким путем, то до помощи реальным людям пройдет, по крайней мере, лет триста. Это было оправдано сложностью той реальности, с которой работал З. Фрейд. Как, например, эмпирически зафиксировать и измерить категории бессознательного? Но психологическое консультирование работает более с внешними причинами внутренних расстройств – образцами общения, поведения. Они легче поддаются объективации, фиксации, измерению. Отсюда открываются широкие возможности, с одной стороны, эмпирических исследований применительно к задачам и проблемам психологического консультирования, с другой стороны, использования уже имеющихся данных, накопленных в рамках научной психологии применительно к запросам, выдвигаемым клиентами при консультировании. Поэтому психологическое консультирование более

ориентировано на использование в процессе работы с клиентом достижений современной научной психологии, чем психотерапия в западном смысле этого слова, которая продолжает оставаться более искусством, привязанным к рамкам той или иной, как правило, эмпирически почти не подтвержденной концепции. Ориентация в процессе психологического консультирования на использование достижений именно научной психологии особенно характерна для отечественной традиции психологического консультирования. Так, например, Обозов Н.Н. (1993, с.8-10) видит цель психолога в консультировании в прояснении клиенту причин и следствий жизненных ситуаций. Психологическое консультирование здесь, по сути, выступает как доведение до клиента имеющей отношение к его проблемам психологической информации. Конечно, психолог на основе этой имеющейся у него информации может давать клиенту и рекомендации по возможной организации его образа жизни: стиля деятельности, режима труда и отдыха, форм и способов общения в семье, на работе, на транспорте, в магазине и так далее.

Следует отметить, что в зависимости от сферы своих научных интересов разные отечественные психологи по-разному выбирают исходную точку отсчета в психологическом консультировании. Так Ю.Е. Алешина (1994, 1993), социальный психолог, делает акцент на анализе и преобразовании межличностных отношений клиента, его установок на межличностные отношения. А Н.Н. Обозов (1993) за исходную точку работы с клиентом берет личностное тестирование. Начинать работу с трудностями в общении у клиента ему легче с анализа особенностей его характера, темперамента. С нашей точки зрения и тот, и другой путь оправданы и интересны. Психологическое консультирование может быть сферой практического применения достижений как социальной, так и общей или, скажем, возрастной психологии.

До сих пор мы говорили о психотерапии в том смысле этого слова, как оно понимается на Западе. Методологической основой работы с клиентом в рамках этой психотерапии являются различные направления психоанализа, бихевиоральные и когнитивистские направления, различные течения в рамках гуманистического подхода. В последнее время стали популярными эриксоновский гипноз и НЛП. В нашей стране под психотерапией долгое время было принято понимать нечто иное - раздел медицины, методологической основой работы с клиентом в котором являлись труды И.М. Сеченова, В.М. Бехтерева, Ганнушкина П.Б., Павлова И.П. и так далее, а основными методами работы с клиентом являлись гипноз и аутогенная тренировка. Напомним, что аутогенная тренировка подразумевает управление расслаблением собственных мышц, самовнушение и самовоспитание. Когда практические приложения западных психотерапевтических направлений стали проникать в нашу страну и использоваться практическими психологами, возникла задача отделить это новое направление оказания психологической помощи от психотерапии в традиционном для нашей страны смысле этого слова. Для этого стали использовать термин «Психокоррекция», подразумевая под ним приложения западной психотерапии. Однако термин «Психокоррекция» оказался для этого не очень удачным. Во-первых, оно несет в себе оттенок субъект-объектности, что не свойственно для некоторых известных направлений западной психотерапии. Во-вторых, этот термин может также использоваться применительно к работе с нарушениями развития высших психических функций, например, у детей. В настоящее время найдено компромиссное решение вопроса об определении понятия «психокоррекция» – это система мероприятий, направленных на исправление недостатков психологии или поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия (Осипова, 2000, с.7). При этом подчеркивается, что исправляемые недостатки не являются столь тяжкими, чтобы признать их носителя психически больным человеком, и они не имеют также органической основы, относятся к тем качествам или свойствам, которые способны меняться. Данное определение подходит и для западных психотерапевтических направлений и для работы с задержками, нарушениями развития высших психических функций. Как видим, развести два термина – «Психокоррекция» и «Психологическое

консультирование» довольно трудно. Даже психологи-консультанты, которые высказываются в пользу разведения этих двух понятий, порой используют их как синонимы. Например, Ю.Е. Алешина (1993, с.31-35) в своем руководстве по психологическому консультированию третий этап консультативной беседы обозначает как «Оказание психокоррекционного воздействия». Мы полагаем, что термин «Психологическое консультирование» более применим к ситуациям диалога, откровенного обсуждения, субъект-субъектного общения. Термин же «Психокоррекция» более применим к ситуациям спланированного воздействия, когда специалист, оказывающий воздействие, не полностью открыт клиенту, их общение не носит характер откровенного диалога, отношения имеют оттенок субъект-объектности. Полагаем также, что психологическое консультирование более может быть ориентированно на урегулирование отношений клиента с другими людьми, а психокоррекция – на решение внутренних проблем клиента. Однако когда мы обсуждаем реальный процесс работы с клиентом, трудно определить, где заканчивается психокоррекция и начинается психологическое консультирование. Поэтому в ситуации реального анализа работы по оказанию воздействия не будет серьезным нарушением рассматривать эти термины как синонимы. Заметим, что слово «Психокоррекция» чисто русское. В западной психологии этот термин не используется. В отечественной литературе в последнее время появилось новое словосочетание для обозначения психотерапии в том смысле, в котором это слово понимается на Западе – немедицинская психотерапия.

Основные отличия психологического консультирования от психокоррекции и психотерапии, отражающие сущность указанного метода оказания психологической помощи состоят в следующем:

1. Более широкая сфера применения по сравнению с клинической практикой, обращенность к проблемам **психически здоровых людей**. Психологическое консультирование стало использоваться в образовании, менеджменте и промышленности, для решения индивидуальных и семейных проблем.
2. Ориентация на более широкое использование данных, полученных в эмпирических исследованиях, организованных по экспериментальному плану, с использованием для анализа результатов методов математической статистики.
3. Работа преимущественно с ситуационными проблемами, решаемыми на уровне сознания, в отличие от ориентации на глубинный анализ проблем и работу с бессознательным в психотерапии.
4. Большая субъект-субъектность, диалогичность общения психолога-консультанта и клиента. Подразумевается, что клиент – здоровый человек, которому можно делегировать больше ответственности за свою жизнь.
5. Ориентация на здоровые стороны личности клиента, отказ от концепции болезни в процессе работы с ним, признание прав клиента на большую вариативность поведенческих реакций и психических состояний как здоровых, а не болезненных явлений.
6. Ориентация на большую активность и самостоятельность клиента в процессе работы с ним, пробуждение внутренних ресурсов человека.
7. Допустимость в психологическом консультировании более широкого спектра разнообразных профессиональных моделей деятельности психолога-консультанта, чем в психотерапии.

Теперь, вслед за Ю.Е. Алешиной (1994), рассмотрим **конкретные, процедурные отличия психологического консультирования от психотерапии:**

1. *Отличия, связанные с характером жалобы клиента.* В случае психологического консультирования клиент жалуется на трудности в межличностных отношениях или осуществлении какой-либо деятельности. В случае, ориентированном на психотерапию, клиент жалуется на невозможность контролировать себя.

2. *Отличия, связанные с процессом диагностики.* В психологическом консультировании диагностика преимущественно направлена на события настоящего и недалекого прошлого. При этом значительное внимание уделяется конкретному поведению, межличностным отношениям. В значительной части психотерапевтических подходов диагностика преимущественно направлена на события далекого детства и юности (вероятное время получения психологической травмы). Значительное внимание также уделяется анализу бессознательного – исследуются сны, ассоциации.

3. *Отличия, связанные с процессом оказания воздействия.* Основой психологического консультирования является, прежде всего, изменение установок клиента на других людей и на различные формы взаимоотношений с ними. Следующим этапом работы является изменение поведения клиента. В значительной части психотерапевтических подходов гораздо большее внимание уделяется взаимоотношениям между клиентом и психотерапевтом, анализ которых в терминах переноса и контрпереноса является одним из важнейших средств углубления и расширения возможностей воздействия, тогда как для консультирования это может даже выступать как нежелательное побочное явление, затрудняющее работу. Под переносом здесь понимается склонность клиента переносить (проецировать) на специалиста, оказывающего воздействие, и свои отношения с ним свои отношения со значимыми людьми, основные проблемы и конфликты. Под контрпереносом – склонность специалиста, оказывающего воздействие, проецировать свои отношения со значимыми людьми, основные внутренние проблемы и конфликты на отношения с клиентом.

4. *Отличия, связанные со сроками работы.* Психологическое консультирование чаще всего является краткосрочным и редко превышает 5 – 6 встреч с клиентом. Психотерапия зачастую ориентирована на десятки, а то и сотни встреч в течение ряда лет.

5. *Отличия, связанные с типом клиентов.* Клиентом в психологическом консультировании может быть практически любой человек. Большинство направлений психотерапии ориентировано на невротиков с высоким уровнем развития склонности к самонаблюдению и самоанализу, способных оплачивать часто дорогой и длительный курс лечения, обладающих для этого достаточным количеством времени и мотивацией.

6. *Отличия в требованиях к уровню подготовки специалиста, оказывающего воздействие.* Психологу-консультанту необходим психологический диплом (удостоверяет его знание достижений научной психологии) и некоторая дополнительная специальная подготовка в области теории и практики психологического консультирования, которая может быть не особенно длительной. Практическая подготовка будущего психолога-консультанта подразумевает наблюдение за работой опытного психолога-консультанта (лучше нескольких) и самостоятельный опыт работы под наблюдением опытного психолога-консультанта с последующим анализом деятельности. Психотерапевт не столь привязан к психологическому диплому (многие психотерапевты вырастали из медицинской среды или из сфер, гораздо более далеких от психологии). Ему необходимо получить документ, удостоверяющий его право работать в рамках того направления психотерапии, которое он избрал. В отличие от психолога-консультанта психотерапевту в большинстве направлений необходим длительный опыт собственной психотерапии (для того, чтобы понять, что ощущает клиент во время работы с ним, разбираться в особенностях своего контрпереноса) и длительный период самостоятельной работы под наблюдением опытного руководителя.

2 Предмет, цели, задачи психологического консультирования

Психологическое консультирование — это область практической психологии, в которой посредством различных процедур решаются проблемы *психически здорового человека*, связанные с такими сферами жизни, как его *профессиональная деятельность*,

семья, брак, межличностное общение, совершенствование личности, профессиональная помощь психолога клиенту в поиске решения проблемной ситуации.

Понятие психологического консультирования зародилось в 1940—1950-е гг. в гуманистическом направлении в психотерапии, основателем которого является **Карл Роджерс**. Главной предпосылкой возникновения психологического консультирования как отдельного направления в психологической работе была все более нарастающая социальная потребность в оказании психологической помощи психологически здоровым людям, не имеющим клинических нарушений, но испытывающих трудности в повседневной жизни.

Психологическое консультирование **осуществляется в форме** индивидуального или группового взаимодействия профессионального консультанта с клиентом в позиции "личность — личность".

Цель этого взаимодействия — помощь клиенту в понимании и осознании им себя, происходящих с ним изменений, умении делать выбор, ставить цели, а также в разрешении проблем эмоционального и межличностного характера.

Психологическое консультирование — это непосредственная работа с людьми **через особый образ построенную беседу**, и главная цель этой работы — оказание помощи в решении большого спектра психологических проблем, основными из которых являются трудности личностного и межличностного характера.

Понятие психологического консультирования содержит в себе следующие основные положения:

- помощь клиенту в выборе и действиях по собственному усмотрению;
- возможность обучения новому, более адаптивному и адекватному типу поведения;
- влияние на развитие личности клиента;
- развитие у клиента ответственности и способности принимать адекватные ситуациям решения, а также создание благоприятных условий для возникновения у клиента этих качеств личности;
- ориентация на положения клиент-центрированной терапии, создателем которой является американский психотерапевт Карл Роджерс. Главные из них:
 - 1) безусловная ценность каждой личности и безусловное ее уважение;
 - 2) способность личности быть ответственной за себя,
 - 3) право каждой личности на свои собственные ценности и принятие своих собственных решений.

В психологическом консультировании на сегодняшний день существует множество направлений, каждое из которых определяет свои собственные цели и задачи в работе с клиентом, основывая их на своих теоретических постулатах. Выделяются следующие теоретические направления в изучении личности:

I психоаналитическое, цели которого:

- перевод в сознание того материала, который посредством различных защитных механизмов был вытеснен в область бессознательного;
- воспроизведение раннего детского опыта и анализ вытесненных конфликтов и переживаний;
- реконструкция базисной личности;

II адлеровское, выдвигающее следующие цели:

- определение и трансформация жизненных целей клиента;
- формирование социально значимых целей;
- коррекция мотивационной сферы, устранение болезненного чувства неполноценности и чувства превосходства через формирование у клиента чувства равенства с окружающими людьми;

III бихевиоральное (терапия поведения), ставящее такие цели, как:

- исправление неадекватного поведения;
- формирование эффективных паттернов через научение;

IV рационально-эмоциональная терапия А. Эллиса, выдвигающая следующие цели:

- нивелирование неадекватного жизненного подхода клиента, направленного на саморазрушение, и *формирование рационального и более толерантного подхода;*
- *обучение клиента* применению научного метода в решении повседневных жизненных проблем поведенческого и эмоционального характера;

V клиент-центрированная терапия К. Роджерса, имеющая следующие цели:

- создание в пространстве консультирования такого *благоприятного климата*, в котором клиент будет способен на исследование себя, своей личности, а также тех проблем и внутренних конфликтов, которые препятствуют его личностному росту;
- развитие у клиента умения *быть открытым* для нового опыта;
- *развитие* таких позитивных качеств личности клиента, способствующих его личностному росту, как *чувство уверенности в себе и спонтанность;*

VI экзистенциальная терапия ставит следующие цели консультирования:

- *помощь в осознании* клиентом своих возможностей и своей свободы;
- *изучение и устранение тех личностных факторов*, которые могут стать помехой для клиента на пути к осознанию и использованию им своей свободы;
- *выработка у клиента чувства собственной ответственности* за происходящие в его жизни события и за его жизнь в целом.

Задачи в психологическом консультировании:

- *эмоциональная поддержка* со стороны терапевта и искреннее внимание к переживаниям клиента;
- *расширение сознания* и повышение психологической компетентности;
- *изменение отношения* клиента к своей проблеме от ощущения ее тупиковости к нахождению адекватного решения и его осуществления;
- *повышение стрессовой и кризисной толерантности* клиента, развитие навыков преодоления трудностей при столкновении с новыми жизненными обстоятельствами и требованиями;
- *развитие гибкости* в поведении и установках клиента, обеспечивающих его надежную социальную адаптацию в обществе и возможность испытывать удовлетворенность собой и своей жизнью независимо от накладываемых социальных ограничений;
- *развитие реалистичности* и лабильности мировоззрения;
- *повышение чувства ответственности* клиента за свою жизнь;
- развитие у клиента умения *самостоятельно и адекватно принимать жизненно важные решения*, совершать самостоятельные поступки, *уметь анализировать* свои внутриличностные конфликты, установки, стереотипы и паттерны поведения, *оценивать черты* и качества своей личности;
- развитие умения творчески осваивать действительность;
- *развитие межличностных и коммуникативных способностей* клиента, обучение более гибкому и адаптивному построению межличностных отношений.

3. Принципы психологического консультирования

Слово **принцип** происходит от латинского слова *principium* – основа, начало. Под этим словом понимается основное, исходное положение какой-либо теории, учения; руководящая идея, основное правило деятельности. Принципы психологического консультирования суть правила этой работы, возникшие из опыта практической деятельности людей в этой области. В нашем описании принципов психологического консультирования мы будем придерживаться того порядка, который некогда задала Ю.Е. Алешина [1994]. Естественно, что там, где мы будем считать необходимым, мы будем

расширять и дополнять эту схему. Итак, приступим к изложению основных принципов психологического консультирования:

Основные принципы психологического консультирования:

- безоценочность и доброжелательность;
- ориентация на систему ценностей клиента;
- осторожность с советами;
- анонимность;
- разграничение личных и профессиональных сторон в работе;
- активная позиция клиента.

1. Доброжелательное и безоценочное отношение к клиенту. В истории отдельной культуры или всего человеческого сообщества могут наступать такие времена, когда типичной формой отношения одного человека к другому становится недоброжелательность. Недоброжелательность следует рассматривать как невротический защитный механизм, возникающий у человека в качестве реакции на попытку оскорбить его, унижить, лишить человеческого достоинства.

Человек защищается от травмирующих переживаний, связанных с такого рода систематическими воздействиями, через идентификацию, отождествление себя, с обидчиком, агрессором, недоброжелателем. В результате он сам становится недоброжелателем, обидчиком, агрессором. Позиция недоброжелателя, обидчика, агрессора как бы узаконивается, признается единственно правильной. Подробно о механизмах образования подобного рода психологических защит и их влиянии на характер жизни в сообществе рекомендуем ознакомиться по книге Бассиони Кристиане «Воспитание народоубийц» [1999]. Подобного рода защитные механизмы могут возникать в массовом масштабе в сообществах, которые переживают серьезные потрясения, когда требуется максимальная концентрация усилий многих людей на одном. Уникальность, личностность человека как бы игнорируется, не замечается. На первый план выходит то, насколько человек способен осуществлять некую узкую функцию – роль солдата, исполнителя приказов. Отсюда недоброжелательность ко всему «не имеющему отношения к делу», ко всему личностному, уникальному, субъективно важному как внутри себя, так и в других людях. В условиях войны, стихийного бедствия такая позиция может быть и оправдана. Но плохо, когда такой подход к человеку закрепляется надолго. Плохо, если и после прекращения экстремальных ситуаций, человек по-прежнему продолжает рассматриваться как средство, то есть в узко функциональном плане – как рабочий, солдат, исполнитель. Ко всему человеческому в человеке принято относиться недоброжелательно. Смысл жизни человека в таком случае как бы выхолащивается из жизни. Люди – хорошие защитники, солдаты, рабочие, инженеры, но они не живут в том смысле, в котором можно говорить о жизни людей. Их жизнь подобна жизни механизмов, пчел, муравьев. Они как бы отложили настоящую жизнь до лучших времен и, похоже, что эти времена вообще никогда для них не наступят. Хорошие солдаты, но плохие люди. К сожалению, эта болезнь чрезвычайно актуальна и для нашей страны. Еще А.С. Пушкин отмечал недоброжелательство как черту современного ему общества [1986, с.334]. «В народе выражается она насмешливостью, в высшем кругу невниманием и холодностью», - писал он. Именно в этом он видел причину, почему иностранному дипломату так трудно чувствовать себя в русском обществе. Доброжелательность – та атмосфера, в которую должен быть погружен клиент на приеме у психолога. Здесь важно личностное, то, что в иных отношениях высмеивается, игнорируется. Здесь серьезно относятся к тому, к чему в других местах серьезно не относятся. Здесь важно не внешнее – карьера, деньги, обязанности, а внутреннее – то самое, что в других случаях называют ерундой, от чего отмахиваются, чего боятся, чего предпочитают не замечать. На самом деле это - не ерунда, это и есть самое важное, то, что составляет ткань жизни человека – его субъективное. Наоборот, карьера, деньги, престиж, рутинные повседневные обязанности,

ограничивающие поле реальной душевной жизни человека, - это и есть ерунда, они мешают человеку решать его субъективные проблемы личностного роста.

С доброжелательностью тесно сплетается безоценочное отношение к человеку. Это значит, что, общаясь с человеком, мы не выдвигаем по отношению к нему условий ценности. Например, я бы тебя уважал, если бы ты принадлежал к той же политической, религиозной ориентации, что и я, происходил бы из благополучной семьи (или наоборот), имел бы другой цвет волос, глаз, форму носа, знал бы иностранные языки и так далее. Мы пытаемся понять, принять и полюбить другого человека таким, каков он есть, мы не берем на себя роль воспитателя, инженера человеческих душ, не стремимся подогнать его под некий симпатичный нам стандарт человека. Мы благоговеем перед чудом непохожести, уникальности. Это не значит, что мы не имеем права в процессе консультирования стремиться к изменениям. Речь идет об ограничении себя относительно того личностного качества, которое так свойственно гражданам тоталитарных режимов – социальная роль идеолога, педагога на общественных началах. Суть этой личностной позиции можно было бы выразить следующим образом: «Меня уже переделали, теперь давай я тебя переделаю: через двадцать минут ты будешь абсолютно все понимать, избавишься от своих ничтожных проблем и будешь абсолютно счастливым, таким же, как я. Если же ты со мной не согласен, то ты мой враг, и я не хочу иметь с тобой ничего общего». По сути, здесь происходит игнорирование другого человека, упрощение его сущности, отрицание его уникальности, самостоятельного пути развития. Так готовят человека к роли солдата, послушного раба опытного манипулятора людьми, к роли механизма, но не к роли человека. Психолог не должен идти по такому пути. Призвание психолога-консультанта - скорее делать из солдат и механизмов людей, чем из людей делать солдат или наделенных сознанием механизмов. Практика показывает, что люди, как правило, разочаровываются, когда в психологической консультации вместо психолога они сталкиваются с идеологом-педагогом на общественных началах, объясняющим людям как им надо жить. Такого рода помощи вокруг и так много. Интуитивно они ищут чего-то принципиально нового, того, что поможет им самим решить **свои** проблемы.

2.Ориентация на нормы и ценности клиента. Этот принцип означает, что психолог во время работы ориентируется не на социально принятые нормы и правила и не на те нормы и ценности, которые симпатичны ему лично, а на те жизненные принципы и идеалы, носителем которых является клиент. Он центрирован на клиенте, а не на своих правилах. Люди ценят свою автономию, уникальность и склонны противостоять попыткам, расправиться с этими свойствами своей природы. Если мы начнем «читать мораль» клиенту, то человек замкнется, не сможет быть искренним и открытым. Похоже, он так делал уже не раз, почему и защитил свою личность, почему и не удовлетворили его советы окружающих, почему, собственно, он и пришел к нам, надеясь услышать нечто иное. Выстраивая работу с клиентом, мы должны исходить из **его** ценностей, из **его** принципов и идеалов. В предлагаемых вариантах улучшения жизни он должен видеть реализацию своих ценностей, своих желаний, своих представлений о правильном поведении в этом мире. На более поздних этапах работы с клиентом, когда будет установлено доверие, психолог-консультант может сделать ценности и идеалы клиента объектом своего воздействия в том случае, если они являются препятствием на пути нормального функционирования человека. Естественно, что это предполагает уже высокую степень осознания клиентом того, что его нынешние ценности и идеалы на данном этапе его развития являются препятствием на пути его личностного роста и эффективного функционирования в окружающем мире.

3.Осторожное отношение к советам. Алешина Ю.Е.[1994] формулирует этот принцип более строго – как запрет давать советы вообще. В пользу этого она приводит следующие аргументы:

а) гарантированный совет другому дать невозможно – жизнь каждого уникальна и непредсказуема;

б) советуя, консультант берет на себя ответственность за происходящее, что не способствует развитию личности консультируемого и его адекватному отношению к действительности – у клиента формируется пассивное и поверхностное отношение к происходящему;

в) любые неудачи в реализации совета обычно приписываются консультанту, как давшему совет авторитету, что, естественно, мешает пониманию клиентом своей роли в происходящих событиях.

В дополнение к этому Столин В.В. [1981] выдвигал в пользу отказа от конкретных рекомендаций в процессе психологического консультирования следующие аргументы:

а) до прихода в психологическую консультацию клиент имел гораздо более времени для рационального осмысления своей ситуации, чем имеет психолог – на этом фоне совет психолога чаще всего будет выглядеть как скороспелый;

б) хотя клиент и обращается в консультацию чаще всего за советом, он может неосознанно бояться именно прямых советов, ведь принять такой совет значит, в какой-то степени, признать себя некомпетентным в собственной жизни.

Однако другие авторы полагают, что в определенных случаях совет в психологическом консультировании приемлем и оправдан. Так Копьев А.Ф. [1991, с.16] считает, что, особенно на начальных этапах консультирования, допустимо советовать, так как это вполне органично жанровой природе разговора и избегание советов со стороны консультанта сделало бы общение искусственным. Совет может выступать здесь в роли:

а) формы поддержки, сочувствия клиенту;

б) формы наиболее удобной актуализации в сознании клиента нравственных норм;

в) индикатора для обнаружения клиентом игнорируемых форм поведения.

Самоукина Наталия Васильевна [1997] полагает, что советовать в психологическом консультировании можно в случаях, если:

а) клиент находится в кризисной, опасной для его жизни ситуации и в данный момент не способен принимать решения;

б) клиент закрыт для диалога, а его действия наносят психологический ущерб близким; совет психолога в этом случае может быть изложен в директивной форме, буквально как предписание, рецепт;

в) если клиент активен, действует и нуждается только в квалифицированной информации типа «как делать».

Ошибкой Самоукина Н.В. считает стремление психолога-консультанта **обязательно** дать полезный совет, поскольку совет сбивает внимание клиента с анализа самого себя, закрывается движение клиента по пути к самому себе. Она полагает, что если клиент открыт для диалога, то следует воздерживаться от совета.

Таким образом, мы видим, что психологи-консультанты пытаются в той или иной форме ограничивать себя от дачи советов и если все-таки приходится их давать, то они делают это сознательно, отслеживая психологический смысл данного консультативного действия и соизмеряя его результаты со своими консультативными целями. Они имеют четкое представление о желательных и нежелательных последствиях советов в психологическом консультировании и регулируют свою деятельность по даче советов в соответствии с этими представлениями и последствиями советов в каждом конкретном консультативном случае. Это мы и называем осторожным отношением к советам.

4.Разграничение личных и профессиональных отношений. Здесь имеется в виду то, что психологу-консультанту не рекомендуется переходить с клиентом на дружественные отношения и пытаться оказывать профессиональную помощь своим друзьям и близким. Это связано с явлениями переноса и контрпереноса. Под переносом здесь понимается склонность клиента переносить (проецировать) на специалиста, оказывающего воздействие, и свои отношения с ним свои отношения со значимыми людьми, основные проблемы и конфликты. Под контрпереносом – склонность специалиста, оказывающего воздействие, проецировать свои отношения со значимыми

людьми, основные внутренние проблемы и конфликты на отношения с клиентом. Человеческие отношения находятся под влиянием внутренних, личностных потребностей человека, которые он чаще всего не осознает, и которые проявляются в феномене переноса. Установление тесных личных отношений между консультантом и клиентом приводит к тому, что они, как близкие люди, начинают удовлетворять те или иные эмоциональные потребности и желания друг друга и консультант уже не может сохранять объективную и отстраненную позицию, необходимую для эффективного разрешения проблем клиента. Крайним вариантом такой ситуации являются сексуальные отношения, которые несовместимы с консультированием. В такой ситуации консультирование лучше переадресовать другому консультанту. Консультирование друзей и близких опасно тем, что может разрушить типичные формы межличностных отношений и отдалить людей друг от друга.

Кочюнас Р.-А. Б. [1999] обращает внимание на недопустимость сексуальных контактов с клиентами, так как консультирование дает специалисту преимущественное положение и возникает угроза, что при личных отношениях это преимущество может использоваться в целях эксплуатации. У клиентов развивается крайняя зависимость, а консультант теряет объективность. На этом заканчивается любое профессиональное консультирование и психотерапия.

5. Включенность клиента в процесс консультирования. Имеется в виду то, что клиент во время приема должен чувствовать себя максимально включенным в беседу, ярко и эмоционально переживать все, что обсуждается с консультантом. Для этого необходимо следить за тем, чтобы:

- а) развитие разговора выглядело для клиента логичным и понятным;
- б) чтобы клиенту было интересно.

6. Алешина Ю.Е. (1994) в свое время сформулировала еще один принцип – **Анонимность**. Имеется в виду, что любая информация, сообщенная клиентом психологу, не может быть передана без согласия клиента ни в какие общественные или государственные организации, частным лицам, в том числе родственникам и друзьям. Однако за последнее время выяснилось, что это правило может иметь исключения. Психолог в ряде случаев должен иметь право разглашать информацию, полученную от клиента, например, в случае угрозы жизни и здоровью кого-либо. Подробнее мы обсудим этот вопрос, когда будем рассматривать этические аспекты работы психолога-консультанта.

4. Методологические основы психологического консультирования

Методологические основы психологического консультирования представляют собой те *теоретические основания и программы, которые обеспечивают консультанту теоретическую и практическую опору* в процессе консультирования.

В понятие методологических основ психологического консультирования входят:

- механизмы, обеспечивающие достижение целей психологического консультирования;
- теоретические принципы в определении сущности и природы личности.

Механизмы психологического консультирования определяются как *продуктивные процессы, обеспечивающие достижение целей консультирования*. Выделяются **4 основных механизма**, каждый из которых является основополагающим в различных психологических подходах.

- осознание;
- спонтанность проявлений;
- переживание;
- коммуникация.

1. Осознание определяется как *достижение клиентом глубокого понимания самого себя и своей психической жизни*, а именно ее интрапсихического уровня:

- ранее неосознаваемых конфликтов и переживаний;
- особенностей мотивации и паттернов поведения;
- эмоционального реагирования;
- взаимоотношений с самим собой и окружающими.

Осознание как механизм обеспечивает **становление у клиента адекватного (конгруэнтного) понимания "образа Я"** за счет выведения в область сознания тех элементов, которые ранее клиентом не осознавались.

Заслуга выделения осознания в качестве продуктивного механизма терапии принадлежит **З. Фрейду** — основателю психодинамического направления в психотерапии, который впервые подчеркнул его терапевтическое значение и использовал осознание в качестве одного из сильнейших терапевтических механизмов. Процесс осознания клиентом своих подавленных и вытесненных чувств, событий, конфликтов и т. п. имеет ряд характерных особенностей, которые используют практически все психологические направления, но в каждом из них эти особенности могут описываться и толковаться по-своему. Выделяются следующие характерные черты процесса осознания:

- **инсайт**, который означает внезапное, до этого момента не существующее в сознании клиента понимание им.
 - причин проблемы;
 - особенностей ситуации;
 - своих внутренних конфликтов;
 - природы своего поведения;
 - скрытых мотивов;
 - ролей, которые он играет, и того, какую функцию эти роли выполняют в его жизни, мешая или помогая нормально функционировать;
- **катарсис**, определяемый как **эмоциональное потрясение**, переживаемое клиентом, **сопровожающееся аффективной разрядкой** и возникающее в результате полученного им инсайта;
- **сопротивление**, препятствующее осознанию и, следовательно, изменениям личности клиента, продуцируемое самим клиентом и не осознаваемое им. **Подведение консультантом клиента к осознанию своего сопротивления** является одним из факторов успешности психотерапевтической и консультативной работы.

2. Спонтанность означает умение быть свободным от стереотипов в поведении и мыслях и *действовать творчески*, каждый раз *опираясь на себя и ситуацию* и сбрасывая привычные роли, то есть спонтанность означает **внутреннюю свободу человека**. Термин был введен **Я. Морено** — основателем психодрамы — одного из подходов в групповой психотерапии, *цель которого — создание для пациента всех необходимых условий, обеспечивающих спонтанное выражение чувств, связанных с наиболее важными для него проблемами*.

Спонтанность как механизм психологического консультирования состоит в том, чтобы побудить человека:

- сбросить свои повседневные роли;
- избавиться от стереотипов;
- стать раскованным и творческим.

Обучение клиента спонтанности как способу существования и функционирования является также целью психотерапевтической работы.

3. Переживание рассматривается в психологическом консультировании как **принятие клиентом чего-либо** не только и не столько через интеллект, сколько **через**

эмоциональную сферу, в результате чего то, что переживает клиент (эмоция, проблема, осознание какой-либо своей части и т. п.), становится частью его самого, его внутренней феноменологии.

Внутренняя феноменология — это все то, что вмещает в себя

- весь опыт;
- все сферы его личности;
- паттерны (образцы) поведения;
- эмоции;
- чувства;
- телесная оболочка;
- внешнее окружение, которое присутствует в нем в виде образов. Переживание

непосредственно связано с механизмом осознания и не может происходить неосознанно. **Переживание** — это **высшая степень осознания и принятия**. Переживание является тотальным процессом, то есть захватывает ум, чувства, воображение, телесные реакции человека. Термин "переживание" был выделен в 60-е гг. психологами гуманистического направления в психотерапии — **К. Роджерсом, Ф. Перлзом, В. Франклом**.

4. Коммуникация определяется как способ построения терапевтических диалогов между клиентом и консультантом, то есть каким образом происходит общение — через метафору, образы, символы, обсуждение ситуации, представлений клиента и т. п.). Коммуникация может осуществляться как на вербальном, так и на невербальном уровнях общения:

- **вербальный способ коммуникации** включает в себя беседу, которая служит основным способом осуществления консультативного процесса;
- **невербальный способ коммуникации** представляет собой внесловесное общение, в процессе которого консультантом и клиентом используются внеречевые знаковые системы:

- мимика;
- жесты;
- голос;
- интонация;
- взгляд и т.п.

5. Теория личности как методологическая основа психологического консультирования

Теория личности в психологическом консультировании и психотерапии — теоретическая основа для работы консультанта (психотерапевта) с проблемой клиента.

Теория личности как методологическая основа консультирования выполняет следующие функции:

- **обобщение всей накопленной информации** в русле данного подхода в работе, что обеспечивает консультанта **максимальным количеством информации** по соответствующей проблематике и **помогает обобщить опыт** его индивидуальной работы с различными клиентами;
- **разъяснение сложных, глубинных явлений человеческой психики** на основе выработанных теоретических конструкторов, что **позволяет консультанту лучше понять проблему клиента** и выстроить адекватную гипотезу;
- **прогнозирование последствий поведения личности** на основе полученных наблюдений и данных исследований, что **позволяет консультанту** в большей или меньшей степени **предвидеть результаты** процесса консультирования;
- **поиск и сбор новой информации об особенностях человеческой личности** в рамках заданной теории, что позволяет консультанту **расширить область знаний** и применения

конкретной теории личности, а также разработанных в ее русле практических методов и техник.

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

- работа консультанта (психотерапевта) *не может быть успешной без опоры на то или иное теоретическое представление* о причинах возникшей у клиента проблемы, его глубинных конфликтов, проблем в межличностных отношениях и т. п.;
- консультант (психотерапевт) *не должен слепо придерживаться объяснительных принципов только одной теоретической концепции личности*, так как **ни одна, даже самая обширная, теория не в состоянии объяснить все феномены человеческой личности.**

Консультант должен вырабатывать *гибкость мышления и профессионального поведения*;

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

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

Современные тенденции в использовании теории личности в психотерапии и консультировании подразумевают **эkleктичность**. Это означает, что высокопрофессиональный консультант и психотерапевт умеет интегрировать в своей работе с каждым конкретным клиентом различные теоретические познания и обобщать их в свою собственную объяснительную систему.

Эклектическое консультирование и психотерапия означают интеграцию лучших сторон различных теоретических школ и не столько механическое использование методик различных направлений, сколько, прежде всего, выработку на основе практических наблюдений гибкой, работоспособной и последовательной позиции.

6. Теория личности в различных школах и направлениях

Исторически психологическое консультирование возникло из **психотерапии**, в русле которой и развивались основные теории личности. Большинство теорий личности, существующих в психотерапии на современном этапе, возникли из двух направлений:

психоаналитического, где главный упор делается:

- на эмоциональную сферу как предмет изучения; понимание эмоциональных, глубинных основ поведения человека;

бихевиорального, ориентированного:

- на поведение как предмет исследования, без затрагивания глубинных слоев психики человека;
- переобучение клиента более адаптивным техникам и способам взаимодействия с самим собой и окружающей средой;
- поощрение, наказание и информация как методы формирования правильного адаптивного поведения.

В дальнейшем большинство теорий личности развивались либо как поддерживающие принципы одного из этих направлений, либо как отвергающие. Выделяются следующие психотерапевтические направления, основанные на той или иной теории личности:

- терапия поведения (бихевиоризм);
- рационально-эмотивная терапия (РЭТ) А. Эллиса;
- психоаналитическое направление;
- юнгианское направление К.Г. Юнга;
- адлеровское направление А. Адлера;
- гуманистическое направление К. Роджерса;
- экзистенциальное направление;
- гештальт-терапия Ф. Перлза.

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

- предметом теоретического изучения и практической работы является поведение человека;
- поведение человека формируется в процессе обучения через *положительные и отрицательные подкрепления*;
- у личности есть *побуждения*, обусловленные психологически и складывающиеся в иерархию мотивов в результате социального научения;
- в результате *прошлого опыта* положительного подкрепления у человека формируются *ожидания*;
- *неподкрепление* или отрицательное подкрепление сформированных ожиданий может вызывать различного рода психологические проблемы;
- *неправильное поведение* есть результат плохого, неправильного обучения;
- человек формируется в среде, в которой находится, но способен ее изменить, изменяя свое поведение.

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

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

2. Рационально-эмотивная терапия (РЭТ) А. Эллиса стоит на стыке психоаналитического направления, используя принцип анализа, и бихевиорального направления, ориентируясь на поверхностные слои психики. Рационально-эмотивная терапия выдвигает следующие теоретические и практические принципы:

- предметом исследования и работы в РЭТ являются установки человека;
- человек от рождения склонен к *принципу рациональности мышления*;

- присутствие у человека также и *принципа паралогичности мышления*;
- проблема клиента есть результат его ошибочных иррациональных представлений, то есть не объективные события вызывают позитивные или негативные эмоции, а их внутреннее восприятие и оценка;
- *основа нормального адаптивного поведения — это ориентация на рациональное мышление и коррекция решений на основе принципа рациональности, то есть избавление от иррациональных установок.*

Метод работы консультанта в РЭТ — опознавание иррациональных установок, стремление к конфронтации с ними, их пересмотру и, наконец, к закреплению функционирования рациональных, уже гибких (а не первоначально абсолютистских) установок.

3. Психоаналитическое направление в психотерапии является одним из старейших, но ортодоксальный психоанализ, разработанный **З. Фрейдом**, используется редко. *Внутри психоаналитического направления развивается много течений, придерживающихся его главных принципов. В психоаналитическом направлении выделяются следующие теоретические принципы психотерапии.*

- предмет исследования — содержание бессознательного:
 - вытесненные конфликты;
 - эмоции;
 - переживания и т. п.;
- *бессознательное и его иррациональное содержание являются источником и причинами внешних особенностей поведения, проблем, различного рода патологий, возникающих у клиента;*
- *сущность человека определяется энергией либидо, составляющей мотивационную сферу, и ранними переживаниями детства;*
- *основное внимание сосредотачивается на изучении истории жизни клиента, а именно:*
 - на его психосексуальном развитии;
 - специфике разрешения соответствующих каждой стадии комплексов;
- *нормальное развитие обусловлено своевременным прохождением всех стадий психосексуального развития и правильным разрешением комплексов, возникающих на каждой стадии;*
- *анализ защитных механизмов личности, использование которых предохраняет индивида от осознания многих вытесненных в бессознательное конфликтов.*

В психоаналитическом консультировании для консультанта ставятся следующие задачи:

А) не сосредотачивать своего внимания на симптомах (защитных механизмах), а совместно с клиентом осуществлять *поиск причин такого защитного поведения;*

Б) *помочь клиенту найти такие способы выражения своих подсознательных стремлений, которые более приемлемы как с социальной точки зрения, так и с точки зрения удобства для самого клиента;*

В) *помощь в развитии психологической зрелости клиента через осознание им своих защитных механизмов и бессознательных импульсов и умение справляться с ними приемлемым образом;*

Г) *ориентация не на глубинную трансформацию личности, а на поиск решений проблем, которые связаны с внутренними конфликтами и переживаниями, становящимися более или менее осознаваемыми клиентом в ходе консультационной работы.*

В психоаналитической психотерапии выделяются следующие методы работы:

- **свободные ассоциации**, то есть анализ терапевтом тех представлений, мыслей, воспоминаний, которые свободно, спонтанно возникают у клиента в ответ на то или иное явление;

- **интерпретация**, когда терапевт, анализируя поведение, действия или мысли клиента, *разъясняет скрытые, не вполне осознаваемые им аспекты* переживаний и действий;

- **анализ переноса**, то есть *тех чувств*, испытывая которые к другим людям клиент неосознанно переносит на консультанта и думает, что испытывает их к консультанту;

- **анализ сновидений**, то есть *попытка понять скрытый смысл тех символов и образов*, которые фигурируют в сновидении клиента и источник которых - бессознательное самого клиента.

4. Юнгианское направление в психотерапии, основанное КГ. Юнгом, зародилось в недрах психоаналитического подхода к пониманию личности. Будучи некоторое время учеником З. Фрейда, Юнг впоследствии из-за ряда разногласий со своим учителем *отошел от психоаналитического направления*, создав свою теорию личности и основанный на ней психотерапевтический подход. Теория личности К. Г. Юнга и основанная на ней психотерапия используют следующие теоретические и практические принципы:

- введение понятия общего *коллективного бессознательного*, в котором содержатся унаследованные от предков "архетипы" определяемые как комплекс универсальных мотивов поведения личности, данных ей изначально в качестве обобщенных образов от предков;

- наличие у человека *индивидуального бессознательного*, представляющего собой вмещилище его индивидуальных вытесненных особенностей и характеристик;

- *источником и причиной неврозов*, внутриличностных конфликтов и проблем является раздробленность личности, когда нет согласованности между всеми архетипами, сознанием и бессознательным;

- **задача сохранения целостности личности** ставится перед главным архетипом личности — **самостью**, которая определяется как *центр личности, вмещающий в себя все ее составляющие*;

- **психологически здоровая личность** — *это личность с целостной структурой Я*, то есть с развитым архетипом самости;

- подчеркивание *уникальности* человеческих мотивов и стремление каждого человека к *индивидуальности*;

- **задача и главная цель психотерапевта** — помощь клиенту в выстраивании его "самости", в прохождении пути к своей "*индивидуации*", то есть пути к "самому себе", а также *самореализации* своего потенциала независимо от внешних источников, идей и обстоятельств.

Методы работы:

А) метод словесных ассоциаций — использование *теста словесных ассоциацией*, суть которого заключается в том, чтобы *пациент отвечал максимально быстро на слово-стимул* первым пришедшим в голову словом, а *цель этого теста* — выявление у пациента комплексов *бессознательного* — ассоциаций, имеющих аффективную, болезненную природу и мешающих ему двигаться в направлении к самоактуализации;

Б) анализ сновидений с точки зрения представленных в нем *архетипов и образов коллективного бессознательного* и *подход к сновидению* не как к явлению, наполненному вытесненными фактами бытия клиента, но как к *сигналу бессознательного* о том, что индивид отклонился от пути следования к своей "*индивидуации*";

В) анализ переноса, вмещающего в себя не только *сексуальные, но и другие эмоции и чувства*, которые испытывает клиент по отношению к терапевту.

5. Адлериа́нское направление так же, как и юнгианское, уходит своими корнями в психоаналитический подход. Оно было основано другим учеником З. Фрейда **А. Адлером**. Он разработал свою теорию личности, назвав ее *индивидуальной психологией*, и на основе этой теории разрабатывалась и концепция психотерапии, а впоследствии — и консультирования. Адлериа́нское направление в консультировании и психотерапии выдвигает следующие теоретические и практические принципы работы

- утверждение *позитивной природы* человека;
- *главенствующую роль в поведении человека играют мотивы достижения власти и стремление к превосходству*, выступающие в качестве компенсаторного механизма чувства, а в патологическом случае и *комплекса неполноценности*, присущего человеку изначально;
- *социальный интерес*, то есть стремление человека к себе подобным, также детерминирует поведение личности;
- человеку свойственно *формирование в раннем детстве* своего индивидуального, *уникального стиля жизни*, основанного *III двух главных личностных сил* — *социальном интересе и стремлении к превосходству*,
- в структуре индивидуального стиля жизни *центральное место занимает целевая система личности* — человек имеет определенные цели, к достижению которых стремится, и *эти цели обусловлены* уровнем развития социального интереса и стремлением к превосходству;
- *источником невроза и других патологий служат неадекватные цели* индивида, построенные на основе *неудачно сложившегося* индивидуального стиля жизни, *сниженный социальный интерес*.

В Адлериа́нском направлении перед психотерапевтом ставятся следующие практические задачи:

- А) *помочь клиенту максимально глубоко осознать уникальность своего стиля жизни и использовать собственные ресурсы;*
- Б) *стимулировать социальный интерес клиента, добиваясь развития этой стороны личности и максимально полной адаптации в социуме;*
- В) *уменьшить влияние на поведение и личность клиента его стремления к превосходству, подвести к осознанию равенства между всеми людьми;*
- Г) *уменьшить чувство неполноценности клиента;*
- Д) *анализ и интерпретация жизненных целей и их корректировка.*

Психотерапия адлериа́нского направления использует следующие методы работы:

- *анализ ранних детских воспоминаний;*
- *анализ сновидений и грез;*
- *изучение семейной истории — порядка рождения ребенка в семье и протекания детства.*

6. Гуманистическое направление в теории личности и основанная на нем *клиент-центрированная психотерапия и клиент-центрированное консультирование*, разработаны **Карлом Роджерсом**. Гуманистическая психология является *антагонистическим направлением по отношению к психоанализу и бихевиоризму* и вступает в жесткую полемику с принципами этих двух направлений в теории личности. Гуманистическая теория личности выдвигает следующие теоретические и практические принципы:

- человеку свойственно *врожденное стремление к самореализации*, то есть к развитию своего внутреннего творческого потенциала, силы и ресурсы для преодоления жизненных препятствий и роста *заложены в самом человеке*, так как его природа изначально позитивна, поэтому *индивид сам ответствен* за происходящие с ним изменения, а *ответственность терапевта* заключается в обеспечении атмосферы для изменений клиента;

- *реальность индивида — это в первую очередь то, что он воспринимает, и важность внешних событий реальности зависит от того, какую значимость они имеют в непосредственном переживании индивида;*

- *в структуре личности существует реальное Я, то есть устойчивое представление о самом себе, формирующееся с раннего детства посредством индивидуального опыта, и идеальное Я, то есть тот идеал, то идеальное представление о себе, к которому стремится личность;*

- *источником возникновения психических проблем является вытеснение некоторых фактов бытия, чувств и опыта в область бессознательного, отсутствие конгруэнтности — ощущения соответствия осознаваемого клиентом материала его личности и существующего опыта, а также сильный разрыв либо размытые границы между Я реальным и Я идеальным или разрыв между совершаемыми индивидом действиями и представлением о себе — реальном;*
- *здоровая личность определяется как имеющая минимум расхождений между Я реальным и Я идеальным, активно стремящаяся к самореализации, использующая весь свой творческий потенциал и обладающая качеством спонтанности и конгруэнтности, то есть осознания того, что выражаются именно те чувства, которые испытываются индивидом;*
- *человека, обратившегося за помощью к консультанту (психотерапевту), принято называть клиентом, а не пациентом, так как это демонстрирует равенство позиций и уважение к личности клиента, который сам сделал выбор и обратился за помощью;*

Клиент-центрированная психотерапия и консультирование выдвигают следующие практические задачи в работе с клиентом:

А) *создание в процессе консультирования (психотерапии) такой атмосферы или "взаимоотношений" между клиентом и консультантом, которые способствовали бы развитию творческой силы клиента и его движению по пути самоактуализации;*

Б) *проникновение в мир восприятия клиента и принятие его системы ценностей, его внутренних установок через использование эмпатии, то есть сопереживания, — один из важнейших терапевтических факторов в клиент-центрированной терапии;*

В) *помощь клиенту в осознании и переживании важности своего субъективного мира;*

Г) *помощь в формировании конгруэнтности клиента, то есть осознании своих чувств и того, насколько они соответствуют испытываемому опыту, и если это не так, то помощь в принятии этого несоответствия;*

Д) *помощь клиенту на основе эмпатии и принятия в расширении своей Я-концепции, то есть интегрировании всех частей своей личности и своего опыта, включая и те, что ранее не осознавались, отрицались, искажались и т. п.;*

Е) *повышение уровня ответственности клиента за себя и свое развитие.*

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

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

Согласно экзистенциальному направлению:

- *основой мотивации личности является экзистенциальная тревога, которая ставит*

перед индивидом задачу поиска уникального личностного смысла в бессмысленном мире и обретения *личностного смысла существования*;

- *существует базисная тревога*, основанная на переживании индивидом объективной угрозы существованию (смерть, болезнь, угроза своим ценностям и т. п.), и *невротическая тревога*, для которой свойственна неадекватная реакция подавления на объективную угрозу;
- человеку свойственно переживание изоляции, которая может быть:
 - *межличностной*, когда человек переживает свое внешнее одиночество;
 - *внутриличностной*, когда у индивида заблокированы некоторые части личности и они не осознаются;
 - *экзистенциальной*, когда человек *ощущает свою отделенность от мира независимо от наличия у него каких-либо социальных контактов*;
 - *основой психического здоровья* является уникальность каждого человека;
 - *причиной невроза* являются не проблемы прошлого опыта (фиксации либидо, незавершенные стадии развития и т. п.), а *те проблемы, которые индивид не может решить в настоящий момент*.

Экзистенциальная психотерапия ставит следующие практические задачи:

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

8. Гештальт-терапия как психотерапевтический подход и теория личности ведут свое начало от *гештальт-психологии* — немецкого направления в психологии, возникшего в период "открытого" кризиса, идеологами которого были **К. Коффка, В. Келер, М. Вертгеймер, К. Левин**, психоанализа, дзен-буддизма, принципы которых применялись **Ф. Перлзом** — основателем гештальт-терапии. Гештальт-терапия имеет тесную связь с *экзистенциальным направлением* в психотерапии. Гештальт-терапия выдвигает следующие теоретические положения:

- *цель организма* — приведение своего существования в *состояние покоя, гомеостаза, целостности* для избежания напряжения, возникающего из-за дезорганизации и нестабильности;
- **гештальт** (нем.) обозначает *целостность и структурность*, не сводимую к частям;
- организм определяется как *единое целое, единый гештальт*, то есть психическая и физическая жизнь индивида взаимозависимы друг от друга;
- *мотивационная система личности представлена как цикл возникновения и удовлетворения потребности*, которая рассматривается как гештальт. Если потребность не удовлетворена — *гештальт не завершен*, и это приводит к возникновению напряжения, так как неудовлетворенный гештальт *забирает энергию у организма*;
- **фигура и фон** — рассматриваются как соотношение *актуальной потребности, являющейся для индивида фигурой, и окружающих ее потребностей, составляющих фон*, именно эта потребность, выдвинувшись из фона, представляет для индивида наибольшую ценность и именно ее он стремится удовлетворить. Удовлетворение потребности ведет за собой *завершение гештальта и возвращение его в фон*;

- **причиной невроза** являются *незавершенные гештальты*, забирающие энергию у организма, а также *отход от собственной природы*, когда индивид живет не в контакте с самим собой и своими чувствами, а ориентируется на внешние указания *авторитетов*;

- **поле окружающей среды** - это *то пространство, на границе которого происходит контакт индивида со средой и удовлетворение им актуальной потребности*; без окружающей среды индивид не может удовлетворить потребность;

- **здоровая личность** обладает способностью к **аутентичности**, которая определяется как *обретение самого себя и способность быть самим собой*, умение жить полной жизнью и в настоящем, стремление к своему уникальному *неповторимому стилю жизни*, не подражающему и не признающему никаких авторитетов и фигур извне;

- условием жизни в настоящем и обретения себя является доверие к собственным чувствам и прорыв сквозь блокаду установок и стереотипов;

- **принцип ответственности личности за себя**, свою жизнь и свои выборы, **ориентация на установку "Я хочу"**, вместо **"Я должен"**, то, как последний снимает с индивида всякую ответственность за поступок;

- ощущение полноты жизни возможно только в том случае, если есть осознание, но не как понимание, а как переживание, чувствование;

- **контакт в терапевтическом пространстве** между клиентом и консультантом (психотерапевтом) рассматривается как взаимодействие двух *равных личностей*.

Гештальт-терапия выдвигает следующие цели и задачи:

А) *помощь клиенту в осознании, проживании и завершении незавершенных в прошлом гештальтов* (эмоций, чувств, поступков, потребностей и т. п.);

Б) *помощь клиенту в обретении им аутентичности, обретении самого себя и веры в себя, в свои чувства, в обретении собственных границ, в осознании своих потребностей*;

В) *помощь клиенту в расширении своего взгляда на мир и своей жизненной позиции, в открытости всему многообразию жизненных выборов и формированию ответственности за себя самого*;

Г) *личность терапевта, его поведение, реакции, спонтанность, способность к самораскрытию рассматриваются как ключевой терапевтический фактор*;

Д) *ответственность за изменения, происходящие с клиентом, всегда лежит на нем самом, а задача терапевта — обеспечить условия для развития и изменений и расширить зону осознания*;

Е) *задача гештальт-терапии не в том, чтобы выяснить, "почему" возникает проблема, а в том, чтобы понять, "как" она проживается человеком и как воздействует на него*.

7. Виды психологического консультирования

В Психотерапевтической энциклопедии под редакцией Б.Д. Карвасарского [1999] описаны следующие **виды психологического консультирования**:

1. **Проблемно-ориентированное консультирование (consulting)**. Акцент здесь делается на модификации поведения, анализе внешних причин проблемы. Цель работы с клиентом: формирование и укрепление способности клиента к адекватным ситуациям действиям, овладение техниками, позволяющими улучшить самоконтроль. Много приемов, используемых в рамках этого направления, взято из поведенческой терапии. Студенты МГОПУ подробно изучают их в курсе «Концепции и методы психологической помощи».

2. **Личностно-ориентированное консультирование (counseling)**. Центрировано на анализе индивидуальных, личностных причин проблемы, процессе складывания деструктивных личностных стереотипов, предотвращении подобных проблем в будущем. Консультант здесь принципиально воздерживается от

советов и организационной помощи, так как это уводит в сторону от внутренних, глубинных причин проблемы. Много приемов, используемых в рамках этого направления, взято из многочисленных психоаналитических и постпсихоаналитических течений западной психотерапии. Прежде всего, сюда следует отнести техники гештальттерапии, гуманистической психотерапии.

3. **Решение-ориентированное консультирование (*solution talk*)**. Упор здесь делается на активацию собственных ресурсов клиента для решения проблемы. Представители этого подхода обращают внимание на тот факт, что анализ причин проблемы неминуемо приводит к усилению чувства вины у клиента, что является препятствием к сотрудничеству психолога-консультанта и клиента. Много приемов, используемых в рамках этого подхода, взято из краткосрочной позитивной терапии.

Рассмотрим подробнее некоторые техники **решение-ориентированного психологического консультирования**. Активация ресурсов, поиск их у клиента осуществляются с помощью вопросов или цепочек вопросов. Поиск ресурсов может быть ориентирован на *прошлое* («Что раньше помогало Вам преодолевать подобные проблемы?», «Как такие проблемы решали Ваши родственники, знакомые?»), на *настоящее* («Что сейчас помогает Вам решать проблему хотя бы временно?») и на *будущее* («Кто или что могло бы Вам помочь в разрешении проблемы?»).

Наиболее применяемые приемы:

🔔 **«Опора на прогресс»:** Был ли в последнее время такой период, когда проблема исчезла или значительно уменьшилась? Как Вы думаете, почему? Что этому способствовало? Что мы все могли бы сделать, чтобы закрепить эти механизмы?

🔔 **«Фантазии о будущем»:** Когда проблема может разрешиться? Что может этому способствовать? Пофантазируйте: Если бы мы встретили Вас, когда у Вас уже было все в порядке, и спросили бы: «Что Вам помогло?», то что бы Вы ответили? Что еще могло бы Вам помочь?

🔔 **«Благодарности авансом»:** Продумайте, как Вы будете благодарить людей, включенных в Вашу программу за помощь. Далее клиенту предлагается начать авансом реализовывать программу благодарностей.

🔔 **«Проблема как решение»:** Чему научила Вас эта проблема? Чем она была полезна для Вас?

🔔 **«Новое позитивное название»:** Придумайте какое-нибудь хорошее имя для Вашей проблемы, чтобы мы могли использовать его в беседе. Поиск хорошего имени для своей проблемы побуждает начать анализировать ее позитивные аспекты.

Овчарова Раиса Викторовна [2000, с. 74 - 76] позволяет выделить шесть бинарных оппозиций, в соответствии с которыми можно составить целый калейдоскоп видов психологического консультирования:

☞ **Индивидуальное и групповое консультирование.** Групповое психологическое консультирование чаще всего организуется после предварительных индивидуальных консультаций для клиентов со сходными психологическими проблемами, или если все они являются членами одной системы межличностных отношений (например, семьи).

☞ **Однократные и многократные консультации.**

☞ **Консультации по личному обращению – консультации в результате вызова, направления.**

☞ **Без дополнительного тестирования и с дополнительным тестированием.**

☞ **Без привлечения методов психологической коррекции (доведение до клиента имеющей отношение к его проблемам психологической информации) и с привлечением этих методов.**

☞ *Консультации изолированные и комбинированные с другими методами психологической помощи (например, социально-психологический тренинг между консультациями).*

Кроме этого, выделять виды психологического консультирования можно по характеру решаемых задач: *возрастно-психологическое, профессиональное, психолого-педагогическое, семейное и другие виды психологического консультирования.*

В качестве основания для выделения видов психологического консультирования можно использовать и характер теоретического подхода, в котором работает психолог-консультант: *когнитивная психология, бихевиоризм, гуманистическая психология, психоанализ.*

Можно также использовать в качестве основания для выделения внутри психологического консультирования видов степень непосредственности или опосредованности контакта между психологом-консультантом и клиентом. В этом плане можно говорить об очном консультировании, консультировании на телефоне доверия, консультировании посредством дистантного письма, консультировании посредством написания популярных книг по психологии или открытых ответов психологов на письма читателей в популярных журналах. Все перечисленные выше формы психологического консультирования кроме очного психологического консультирования можно объединить под единым понятием – **дистантное психологическое консультирование.**

Рассмотрим специфику дистантного консультирования. Начнем с консультирования на телефоне доверия. **Можно выделить следующие преимущества консультирования по телефону доверия:**

1. Сведение до минимума конкурентных интерферирующих влияний (дорога, помещение, регистраторы, внешность консультанта и так далее).
2. Большая доступность, большая возможность повторных обращений, в том числе из других городов, стран.
3. Большая дешевизна.
4. Большая анонимность, конфиденциальность.
5. Большая защищенность психолога-консультанта.
6. Экстренность, своевременность оказания помощи.
7. Психолог и клиент меньше тревожатся, комплексуют.
8. Меньше возможностей для негативных атрибуций, тенденция к взаимной идеализации, что повышает значимость информации психолога для клиента, а консультанту помогает в принятии клиента и объективном отношении к нему, расширении его зоны ближайшего развития.
9. Значительно легче решается проблема разграничения личных и профессиональных отношений, что обеспечивает большую искренность и смысловую насыщенность общения.
10. Телефон доверия – это не только средство консультирования, но и форма социальной работы. Сюда обращаются за эмоциональной поддержкой те, кому некуда больше обратиться – психически больные люди, инвалиды, которые подчас годами не покидают своей постели, дети, если мама ушла из дома и им страшно.
11. Телефон доверия выполняет в сообществе и просветительские функции, здесь люди часто получают информацию о том, чего они не понимают.
12. Телефон доверия – адекватная форма работы с подростками и молодежью. Считается, что так они меньше комплексуют по поводу своей внешности.
13. Адекватная форма вывода людей из кризисных состояний. Например, если человек несколько недель или даже месяцев не покидал своей квартиры, то начинать возвращаться к нормальной жизни легче с обращения на телефон доверия.
14. Телефон доверия может эффективно выполнять функции отбора людей, которым действительно необходимо именно очное консультирование.

15. Круглосуточный телефон доверия в организации может выполнять также функцию охраны помещения, использоваться для оперативной координации различных вопросов внутри организации.

16. Телефон доверия может быть эффективной формой мониторинга эмоционального состояния сообщества.

Недостатки и проблемные области, связанные с работой телефона доверия:

1. Мешают работать «шутники» и люди с извращенной фантазией, которые хотят воспользоваться консультантом как средством удовлетворения своих извращенных потребностей.

2. От консультанта телефона доверия требуется гораздо более высокая эрудиция и развитость в морально-этическом плане, чем от очного психолога-консультанта, устойчивость его психической сферы, высокое чувство ответственности.

3. Намного труднее контролировать то, насколько клиент действительно вовлечен в диалог, ограничены возможности для эмпатического слушания – только через вербалику можно отразить свое участие в разговоре.

4. Анонимность и удаленность благодарности клиента от того места, где помощь была реально оказана. По результатам некоторых исследований, это может служить причиной «сгорания» консультанта телефона доверия.

5. Опасность нарушения социальных связей психолога-консультанта. Его клиенты – вся его жизнь. Подчас за пределами консультации и телефона доверия он лишь отдыхает от интенсивных нагрузок, связанных с напряженным и глубоким межличностным общением.

6. Некоторых людей, работающих на телефоне доверия, факт анонимности личности консультанта может приводить к деградации личности, например, алкоголизму, чувству превосходства над другими людьми.

7. Длительная интенсивная работа на телефоне доверия может приводить к заикленности на отрицательных сторонах бытия. Телефон доверия обеспечивает недостаток позитивных примеров.

8. Работа на телефоне доверия порой легко перерастает в сверхвовлеченность консультанта в работу, следствием чего является переутомление и срыв. Число обращений за помощью за одно дежурство может значительно превышать возможности консультанта.

Психологическое консультирование посредством дистантного письма имеет следующие преимущества:

1. Письмо всегда оставляет время для обдуманного и взвешенного ответа.

2. Письмо усиливает рефлексивный анализ своей проблемы у клиента, ибо многое надо выразить немногими словами, лаконично и понятно.

3. На одно письмо клиента ответ могут дать несколько консультантов, что побуждает клиента к самостоятельному выбору, делает его более свободным в принятии решения относительно своей жизни.

Недостатки и проблемные области, связанные с дистантным письмом:

1. Письмо, написанное клиентом, как правило, не содержит более или менее значительную часть информации, необходимую для формулирования и проверки консультативных гипотез. Возникает соблазн домыслить эту информацию и написать клиенту ответ. Рекомендуются все же поделиться с клиентом своими затруднениями и запросить большую информацию. Это будет способствовать и лучшему пониманию своей проблемы клиентом.

2. Между написанием письма клиентом и ответом психолога проходит значительный отрезок времени и ситуация может сильно измениться.

3. Письмо психологу может быть адресовано с очень далекого расстояния. Психолог может не знать всех реалий контекста, в котором живет его респондент, возможности же выяснить что-либо ограничены.

Подготовка и проведение психологической консультации. Этические принципы психологического консультирования.

1. Требования к помещению и интерьеру консультационного центра
2. Обязанности консультанта и взаимодействие специалистов внутри психологической консультации
3. Специфика подготовки консультанта к проведению сессии.
4. Этапы психологического консультирования
5. Раппорт в психологическом консультировании
6. Технология ведения консультативной беседы
7. Работа с модальностями в психологическом консультировании
8. Этические принципы психологического консультирования

1. Требования к помещению и интерьеру консультационного центра

Для того, чтобы консультационный психологический центр был создан и начал функционировать, необходимо дать ответы на три вопроса: 1) зачем (или для чего), 2) на что (или на чьи финансы), 3) критерии, которым должно отвечать здание, чтобы в нем был размещен центр.

Вопрос финансов подлежит подробному рассмотрению в других дисциплинах. В данном контексте возможно отметить основной момент: центр может быть частным и, следовательно, открыт на чьи-либо личные средства, корпоративным или государственным.

Что касается критериев, которым должно отвечать здание, то среди них можно выделить два основных ориентира: *месторасположение* и *интерьер*.

Выбирая месторасположение консультации, необходимо руководствоваться следующими тремя «НЕ»:

- 1) нельзя размещать консультацию рядом или внутри с торговыми организациями;
- 2) нельзя, чтобы рядом находилась проезжая часть или какие-либо шумопроизводящие объекты;
- 3) нельзя, чтобы рядом находились организации, которые могут вызвать у клиентов неприятные ассоциации (например, милиция, медвытрезвитель, морг).

Иначе: *психологическая консультация должна располагаться:*

- 1) в тихом месте;
- 2) в месте с удобной транспортной схемой;
- 3) ее расположение и внешний вид должны вызывать приятные ассоциации у клиентов.

Идеально, если психологическая консультация будет располагаться в собственном, отдельно стоящем здании, окруженном садом.

Интерьер. Классическим вариантом считает тот, при котором в распоряжении консультанта находятся две смежные комнаты — одна для консультативной беседы, вторая — для психодиагностики, ведения документации, подготовки к проведению сессий.

В комнате, предназначенной для консультаций, должны находиться кресла, журнальный стол, шкаф с популяризированной психологической литературой, которую, в случае необходимости, можно предложить клиенту для домашнего чтения.

Обе комнаты должны быть в светлых тонах. Их могут украшать картины, темы которых должны внушать оптимистический настрой и веру в светлое будущее. Например, уместны сюжеты о соблазнении земных девушек Зевсов, тринадцатый подвиг Геракла, Вакх и Персефона, пейзажи и натюрморты в пастельных тонах и неуместны: убиение

Борисом Годуновым сына, покинутая Ариадна и прочие земные и внеземные трагикомедии.

Вопрос. Какие картины, по вашему мнению, будут способствовать созданию благоприятной атмосферы? Почему?

Во второй комнате, комнате-кабинете консультанта должны находиться: письменный стол, шкаф со специальной психологической литературой, компьютер с психодиагностической программой и подборкой релаксационных мелодий, сейф для хранения документации.

Все вышеперечисленные критерии относятся к желательным. Как специалист вы, вероятно, знакомы с идеей о расхождении между реальным и идеальным, так что не спешите требовать все вышеперечисленные блага, пусть даже в целях комфорта клиентов, у руководства.

Причинами для создания психологической консультации могут быть:

- 1) общая нестабильность в государстве (политическая, экономическая), что неизбежно ведет к снижению уровня жизни у основной массы населения (снижение рабочих мест, увольнения, задержка выплат заработной платы);
- 2) хроническая или периодическая стрессовая напряженность в какой-либо отдельно взятой области (приграничные зоны) или производственной отрасли (квартальные авралы на заводах);
- 3) высокий психогенный фактор, как одна из составляющих профессиональной специфики (педагоги, врачи, психологи).

Цель создания консультаций - профилактика возможных психосоматических последствий посредством регулярного снятия психологического напряжения у представителей данных областей, производств, профессий и помощи в разрешении психологических проблем.

Новые консультации создаются в двух основных случаях:

- 1) когда причины, указывающие на необходимость оказания консультативной психологической помощи, есть, а психологических консультаций — нет;
- 2) когда психологические консультации есть, но количество клиентов превышает их возможности.

Однако во втором случае не всегда обязательно создавать новый центр, поскольку всегда есть вероятность повысить эффективность за счет перераспределения обязанностей и углубления специализации консультантов в рамках уже имеющейся организации. Перераспределение обязанностей в данном случае предполагает разделение функциональных обязанностей между специалистами-психологами по двум сферам: психодиагностика, психологическое консультирование. Углубление специализации — распределение между консультантами сфер психологической помощи: интимно-личностная, семейная, психолого-педагогическая, деловая.

2. Обязанности консультанта и взаимодействие специалистов внутри психологической консультации

Обязанности консультанта — это 1) как; 2) во что именно, 3) в каком временном соотношении он должен вкладывать свой труд.

Труд вложенный - социально-психологический феномен, состоящий из определенного временного отрезка, в период которого субъект целенаправленно занимается деятельностью, реализующей его профессиональные и творческие возможности. Характеризуется значимым отношением к данным вложенным усилиям со стороны субъекта и его потребностью в признании.

Поскольку **обязанности консультанта включают в себя:** подготовку и проведение психологического консультирования, повышение профессиональной квалификации, взаимодействие с коллегами и представителями смежных специальностей по

профессиональным вопросам, то **рабочее время консультанта (РВК)** можно представить в виде следующей схемы



То, каким образом во временном отношении распределяется РВК, зависит от многих факторов: времени года (осенью и зимой клиентов всегда больше, чем весной и летом); профессиональной компетентности консультанта, его опыта работы; количества сотрудников в консультации. Однако в качестве ориентира можно руководствоваться следующей расстановкой: «если за единицу отсчета взять месяц при семичасовом рабочем Дне и норме, составляющей 26 рабочих дней в месяц, то примерно объем рабочего времени между различными видами работ, входящими в круг обязанностей психолога-консультанта, можно распределить следующим образом:

- подготовка к проведению психологического консультирования - 18 ч или 10%;
- работа с клиентами - 90 ч или 50%;
- обработка и анализ результатов консультирования — 26 ч или 15%;
- обработка и анализ результатов консультирования — 26 ч или 15%;
- оформление документации — 14 ч или 5%;
- повышение профессиональной квалификации — 34 ч или 20%.

Здесь важно выделить следующий момент: независимо от количества клиентов, времени года, стажа работы консультант должен иметь в своем распоряжении в рабочей неделе «библиотечный день» — день, который он мог бы всецело посвятить повышению профессиональной компетенции: посещению библиотеки, семинаров, тренингов, лекций, профессиональных собраний. К сожалению, не всегда руководство понимает значимость данного момента.

Взаимодействие с коллегами внутри одной консультации возникает, когда профессиональные сферы пересекаются или проблема клиента оказывается достаточно сложной и требует коллегиального обсуждения.

Профессиональные сферы консультантов пересекаются в том случае, если внутри консультации нет четкой дифференциации между специалистами по видам консультирования. Однако, несмотря на то, что консультант, имеющий узкую специализацию, достигает, как правило, более высокого уровня профессионализма, четкое дифференцирование между специалистами не всегда оправдано. Это объясняется тем, что трудности психологического плана, как правило, взаимосвязаны: проблемы детей могут быть отражением проблем во взаимоотношениях между супругами, а супружеские проблемы, в свою очередь, могут иметь истоки в детстве и отрочестве супругов. Кроме того, четкое профессиональное деление «сфер влияния» делает специалистов незаменимыми, что неизбежно отразится на клиентах в случае отсутствия сотрудника на рабочем месте (болезнь, командировка, отпуск). Наиболее разумно: общими сделать ситуации срочной психологической помощи и вопросы, наиболее часто встречающиеся в практике консультирования (родительско-детские и супружеские отношения). Специализацию же ввести по вопросам, с которыми обращаются достаточно редко и решение которых не требует немедленного вмешательства специалиста (профконсультирование, оргконсультирование, личностный рост). Иначе: консультанты,

в случае необходимости, должны быть взаимозаменяемыми и отсутствие кого-либо из них не должно сказываться на качестве оказания психологической помощи клиентам.

Важным также является момент психологической совместимости. Психологически совместимы должны быть не только консультанты, но и все сотрудники консультации (руководитель, вспомогательный персонал).

3. Специфика подготовки консультанта к проведению сессии.

Одной из особенностей данного вида психологической помощи является то, что консультант имеет возможность заранее подготовиться к встрече с клиентом. Подготовка к встрече с клиентом состоит из ряда этапов.

1. Составление предварительного представления о клиенте и его проблеме.

Данные сведения консультанту необходимы для того, чтобы реализовать следующие этапы подготовки к консультации. Получить их он может из таких источников, как:

- регистрационный журнал,
- впечатление о клиенте сотрудника, производившего предварительную запись на прием (внешний вид, голосовые характеристики),
- сведения о клиенте (если это его не первый визит) из учетной карточки.

Регистрационный журнал

Примерная структура регистрационного журнала

Дата	Д. Ф. И.О. клиента	Образование	Проблема (как ее определяет сам клиент)	Время ПК	Д. Ф. И.О. психолога	Дополнительные сведения
1 3.03.04	Сидоров В.П.	Высшее техническое	Развод	1 3.00	Петров Н.П.	Голос слабый, слегка заикается

На усмотрение консультанта в регистрационный журнал могут быть внесены такие графы, как порядковый номер записи, что впоследствии облегчит составление отчетной документации в вышестоящие организации, и «регулярность обращения за психологической помощью». Последняя из названных граф будет иметь двойное значение: поможет найти учетную карточку клиента, если он повторно обращается за консультацией, и понять, способен и желает ли данный клиент каких-либо реальных изменений в своей жизни (если он регулярно посещает разнообразные психологические службы, искренность его намерения представляется маловероятной).

Особое внимание рекомендуется обратить на последнюю графу «дополнительные сведения». Данная графа предназначена для записи реальных характеристик клиента, а не интерпретаций или оценочных суждений лица, осуществляющего предварительную запись. Например: «одежда грязная, волосы взлохмачены» — это объектное описание. «Неопрятный вид» — и интерпретация, и оценочное суждение, поскольку, с одной стороны, не понятно, в чем конкретно проявляется неопрятность, с другой, что именно подразумевается под данным понятием и, с третьей, несет эмоционально-субъективное отношение лица, давшего подобную характеристику.

В индивидуальной карточке клиента разумно предусмотреть следующие графы:

- «Фамилия, имя, отчество клиента»;
- «год рождения», а не «возраст», поскольку у некоторых женщин данный вопрос вызывает замешательство и смущение;
- «пол» (некоторые фамилии не склоняются, а имена могут принадлежать как мужчине, так и женщине);
- «образование»;
- «кто и когда проводил последнюю консультацию» (это позволит или направить

клиента к тому же консультанту или получить у бывшего консультанта дополнительную информацию);

- «проблема в интерпретации клиента»,
- «заключение консультанта»;
- «алгоритм разрешения проблемы»;
- «дополнительные рекомендации»;
- «примечания».

В графе «примечания» записывается важная, с точки зрения консультанта, информация. Это может быть характеристика психологического состояния клиента «до» и «после» проведения сессии, степень принятия выработанного алгоритма по разрешению проблемы, выполнение данных рекомендаций.

Оформлять учетную карточку клиента можно и в виде таблицы и в виде обычных построчных записей.

Пример. «Сидоров Петр Игнатьевич, мужчина, 1956 года рождения. Первое обращение в консультацию 13.03.2003. Образование высшее техническое. В настоящее время работает заместителем директора строительной фирмы. Проблема в интерпретации клиента: «жена с жиру бесится, требует развод, надо бы ее успокоить, да как, не знаю». Заключение консультанта: «Нарушение структуры взаимодействия, выражающееся в «битве» за иерархию. Рекомендовано: супружеское консультирование. Назначена дата консультирования. Клиенты на консультацию не явились».

2. После того, как психолог собрал необходимую предварительную информацию, он может перейти ко второму этапу подготовки — **систематизации знаний по имеющейся проблеме**. На данном этапе консультант может: просмотреть литературу по данной проблеме, проконсультироваться с коллегами, ознакомиться с новыми исследованиями.
3. Этап — **разработка плана проведения консультации**. К данному пункту необходимо относиться осторожно. Поскольку наличие плана может иметь и положительную, и отрицательную стороны. Имея четкий план, можно подобно капитану корабля, обойдя опасные зоны, достигнуть спокойного берега, но, слишком усердно следуя выработанному курсу, вы можете не заметить рифы, не нанесенные на карту. Вероятно, наиболее полезной будет, как всегда, золотая середина: имея предварительный план, внимательно следить за тем, что происходит вокруг, меняя его, в зависимости от меняющихся условий.
4. **Подбор психодиагностических средств**, которые могут понадобиться в ходе консультирования.

Если рассматривать в процентном соотношении, то при подготовке к консультации, так же, как и при ее проведении, основная часть времени специалиста должна быть посвящена сбору информации.

4. Этапы психологического консультирования

Исследователи в области психологического консультирования, как правило, представляют консультативный процесс в виде упорядоченно сменяющих друг друга этапов.

Ю.Е. Алешина выделяет четыре этапа консультирования:

- 1) знакомство с клиентом,
- 2) расспрос клиента, формулирование и проверка консультативных гипотез;
- 3) коррекционное воздействие;
- 4) завершение беседы.

В.Ю. Кеновицков (Введение в психологическое консультирование. М., 2000.) соотносит этапы консультирования со стадиями основного метода психологического консультирования — интервью.

Интервью — от английского interview — беседа, встреча. Данный термин многозначен. Значение, в котором он применяется в психологической практике, — способ получения социально-психологической информации с помощью устного опроса. Стадии интервью:

- 1) установление контакта;
- 2) сбор информации («В чем проблема?»);
- 3) осознание желаемого результата («Чего именно Вы хотите?»);
- 4) выработка альтернативных решений («Что еще можно сделать по данному поводу?»);
- 5) обобщение результатов.

Р. Мей не дает четкого деления процесса консультирования на этапы. В его работе «Искусство психологического консультирования» оно дано достаточно условно и осмысливается как «шаги»:

1. «Чтение характера» - установление контакта, достижение раппорта.
2. «Главная часть встречи — исповедь, стадия, на которой клиент имеет возможность выговориться».
3. «Трансформация» (исцеление) — «завершение и цель всего процесса».

Немое Р.С. предлагает следующую периодизацию.

1. Подготовительный этап — 20—30 минут. На этом этапе консультант изучает документацию клиента, подбор литературы по проблеме, вырабатывает план проведения консультации.
2. Настрочный этап — 5-7 минут. Встреча клиента, установление контакта.
3. Диагностический этап — 60 минут (иногда 4-6-8 часов). Проводится диагностика личности клиента, наличие у него ресурсов для решения проблемы, а также недостающие ресурсы. Данный этап включает в себя также исповедь клиента.
4. Рекомендательный этап. На нем происходит, на основе полученной информации, выработка алгоритма разрешения проблемы. Поиск алгоритма осуществляется психологом-консультантом совместно с клиентом и занимает по продолжительности 40—60 минут.
5. Контрольный этап — 20—30 минут. Психолог-консультант и клиент договариваются о способах контроля за реализацией найденного алгоритма. В случае необходимости может быть назначена дополнительная встреча.

Таким образом, общий временной отрезок встречи займет от двух-трех до десяти-двенадцати часов *Филипп Бурнард* предлагает следующую структуру:

1. *Начало работы.* Встреча консультанта с клиентом. Знакомство. Также на этом этапе они должны обсудить такие вопросы, как: частота встреч; время, в которое будут проходить встречи; время завершения отношений; вопрос конфиденциальности.
2. *Вводная беседа.* Оказание специалистом психологической поддержки клиенту, снятие психологических барьеров, получение личных сведений о клиенте.
3. *Определение имеющихся проблем.* Более подробное получение информации о сути проблемы клиента, фокусировка внимания на реальных проблемах.
4. *Принятие эмоций.* Когда клиент в процессе консультирования начинает осознавать свои реальные проблемы, он, как правило, оказывается во власти сильных эмоциональных переживаний. В частности, многочисленные межкультуральные эксперименты доказали существование семи универсальных эмоциональных проявлений на лице: гнев, отвращение, страх, радость, грусть, удивление, презрение. К основным видам негативных эмоций, которые обычно подавляются или скрываются, можно отнести гнев, страх, печаль, смущение, агрессию. Задача консультанта на данном этапе — дать клиенту возможность отреагировать данные

эмоции. Это произойдет, если консультант продемонстрирует клиенту безоценочное принятие его переживаний. Подобные переживания, освобождая подавляемые эмоции, являются важным психотерапевтическим фактором. Чтобы убить дракона — надо посмотреть ему в глаза.

5. *Определение возможных решений.* Консультант оказывает помощь клиенту в определении стратегии решения проблемы. Большинство исследователей в области консультирования отводят активную роль на данном этапе именно клиенту, предполагая, что именно клиент должен заниматься определением возможных решений своей проблемы. Безусловно, что прежде чем будет выработан алгоритм, необходимо инициировать клиента на поиск наибольшего числа возможных решений ситуаций,,

6. *Согласование плана действий.* На данном этапе происходит кристаллизация плана достижения цели. Полезным будет прием записи полученного плана в двух экземплярах, один из которых остается у консультанта, другой передается клиенту. Главное, чтобы план был реально осуществимым и вписывался в социальный контекст жизни клиента.

7. *Реализация плана.* Данный этап процесса консультирования выполняется клиентом самостоятельно. В отдельных случаях, если того требует специфика личности клиента, с ним может быть достигнута договоренность о дополнительной встрече с целью предоставления клиентом отчета о полученных результатах.

Если интегрировать структурные компоненты, то ход психологического консультирования возможно представить следующим образом:

Первый этап. Начало работы. Включает в себя такие компоненты, как встреча клиента, знакомство, установление контакта.

Второй этап. Сбор информации. Цель данного этапа будет заключаться в диагностике личности клиента (беседа, наблюдение, тесты), определении ресурсов клиента, прояснении сути проблемы.

Третий этап. Стратегический: определение возможных решений проблемы, согласование плана действий, определение способов контроля за реализацией намеченного плана.

Четвертый этап. Реализация плана клиентом. Выполняется клиентом самостоятельно, без участия специалиста.

Каждому этапу консультирования соответствуют определенные процедуры и техники, применение которых способствует максимальному достижению успеха психологической консультации.

5. Раппорт в психологическом консультировании

Понятие раппорта в психотерапии тесно связано с гипнозом и *означает словесный контакт гипнотизируемого с гипнотизером.* В психологическом консультировании *раппорт понимается как завязывание теплых личных отношений консультанта с клиентом и создание атмосферы взаимного доверия,* которая служит основой всех дальнейших терапевтических воздействий консультанта и изменений клиента.

Функцией раппорта является *выстраивание моста взаимоотношений* через реализацию консультантом позиции принятия клиента и *демонстрацию искреннего интереса* к нему и к той, проблеме, с которой он обратился.

Демонстрация консультантом интереса к клиенту начинается с первых минут консультативного взаимодействия и осуществляется следующими способами:

- приветствие;
- вводная беседа;
- невербальное поведение консультанта;
- обстановка кабинета;

- установки и поведение консультанта.

1. Приветствие предполагает, что консультант проявляет искренний интерес к клиенту на стадии знакомства, когда ведет себя, вежливо и заинтересованно, называя клиента по имени.

2. Вводная беседа. В начале беседы клиент, как правило, испытывает затруднения, связанные с тревогой от посещения консультации или страхом, что его не поймут, и т. п. Консультант с целью снятия тревоги и других негативных чувств клиента должен создать атмосферу доверия и принятия в консультативном пространстве. Для этого он в течение первых нескольких минут беседы может говорить об относительно нейтральных, но не совсем уж отдаленных от контекста консультирования вещах. Для этого консультант может использовать следующие фразы и темы для беседы:

- упоминание имени клиента;
- упоминание родного города клиента;
 - упоминание общих знакомых,
- замечание о каких-то внешних вещах в кабинете, обстановке и т. п.;
 - отметить внешность клиента, обратив внимание на стиль его одежды, аксессуары, украшения и т. п.;
 - замечания относительно погоды и последних новостей;
 - рассказ о своих предыдущих делах, которые консультант закончил перед встречей с данным клиентом;
 - упоминание статуса клиента и его занятий.

Существуют следующие правила использования вводной беседы:

- если клиент не нуждается во вводной беседе, консультант не должен ее навязывать;
- если консультант использует вводную беседу с клиентом, то она не должна превышать нескольких минут;
- у клиента с высокой мотивацией на получение помощи не должно создаваться ощущения, что консультант не проявляет уважения и интереса к его проблеме, так как говорит о вещах малозначимых;
- необходимо следовать за клиентом и ориентироваться на его потребности.

3. Невербальное поведение консультанта в установлении раппорта означает:

- демонстрацию искреннего интереса и уважения к клиенту через свое невербальное поведение — в своей мимике, выражении глаз, улыбке, голосе отражение невербальных проявлений клиента, то есть копирование, подстройка консультанта под голос, интонации, мимику, жесты и позы клиента.

4. Обстановка кабинета оказывает сильнейшее влияние на построение атмосферы доверия между клиентом и консультантом. Консультанту необходимо обратить внимание на следующие аспекты:

- положение консультанта и клиента по отношению друг к другу, когда оптимальным является незначительное, частичное разделение пространства клиента и консультанта каким-либо предметом, чаще всего письменным или журнальным столом;
- клиент не должен сидеть против света, который бил бы ему в лицо;
- комфортная мебель как для консультанта, так и для клиента, в противном случае, если у консультанта удобное кресло, а клиенту предложен стул, это создает ощущение неравенства позиций участников.

5. Установки и поведение консультанта играют важнейшую роль в установлении раппорта. Консультант должен обратить внимание на следующие профессиональные и поведенческие установки:

- соблюдение конфиденциальности бесед и озвучивание этого правила клиенту;
- отсутствие со стороны консультанта оценок клиента, его поведения или

- личностных черт;
- *проявление эмпатии и принятия* клиента с целью создания у него ощущения эмоциональной теплоты того пространства, в котором он находится;
- *формирование у клиента ощущения естественности*, неторопливости процесса консультирования;
- *поддержание атмосферы доверия* и состояния контакта с клиентом *в течение всего процесса консультирования*, а не только на его начальных этапах.

6.Технология ведения консультативной беседы

Рассмотрим теперь некоторые принципы организации диалога с клиентом в рамках психологического консультирования, изложенные некогда Алешиной Ю.Е. (1993, с.40 - 59):

1) **Ограничение речи консультанта в диалоге.** Присутствие консультанта должно углублять понимание клиентом собственных проблем, способствовать принятию необходимых решений. Для этого клиенту необходимо позволять меньше внимания обращать на то, что рядом находится собеседник, меньше заботиться о том, как именно собеседник относится к рассказу и насколько сам рассказ социально желателен. Отсюда необходимо, чтобы речь психолога-консультанта была краткой, немногословной и точной. Если клиент сам говорит по делу, нужно стараться по возможности ничем его не перебивать. Паузы, не превышающие 1 – 2 минуты, вполне естественны и означают, что человек работает, активно осмысливает свою жизнь.

2) **Приближение разговорной речи консультанта к языку клиента.** Для этого рекомендуется: а) освобождать речь от слов и выражений, которые могут быть неправильно поняты и истолкованы клиентом; б) максимально использовать те слова и обороты, которые использует клиент; в) следить за тем, какую репрезентативную систему использует клиент для организации своего перцептивного опыта (аудиальную, визуальную или кинестетическую), использовать слова и выражения, соответствующие его репрезентативной системе. О репрезентативных системах и подстройке к клиенту с учетом доминирующей у него репрезентативной системы рекомендуем ознакомиться по книге Бэндлера Ричарда и Гриндера Джона (1994) или по другим известным изданиям этих авторов.

3) **Анализ эмоциональных переживаний клиента в связи с излагаемыми им событиями и поступками.** Это необходимо, чтобы клиент лучше понял, что действительно с ним происходит. Для этого используются **техники работы на уровне чувств**:

а) *Предложение клиенту нескольких возможных альтернатив ответа относительно вариантов чувств, которые клиент испытывает.* Обычно предлагаются 2 – 3 альтернативы. Цель формулирования альтернатив - не поиск правильного ответа, а стимулирование клиента, демонстрация образцов, отталкиваясь от которых легче описать свои чувства.

б) *Акцентирование эмоциональных переживаний клиента через проявление пристального внимания к эмоционально окрашенным словам и выражениям.* Знаками эмоций в речи являются наречия, прилагательные, глаголы, обозначающие отношение к чему-либо, а также качество действия. Консультант вычленяет в речи клиента эмоционально значимые слова и выражения и смотрит, что стоит за ними. Например, если клиент говорит, что обычно молчит и ничего не отвечает, когда супруга кричит на него, консультант может спросить его, отчего он молчит. Далее в речи клиента опять вычленяются эмоционально значимые слова и опять психолог вместе с клиентом пытаются сделать явным то, что стоит за ними. Это помогает опуститься на уровень глубинных, личностно значимых переживаний.

с) *Использование парадоксальных вопросов.* Цель парадоксальных вопросов – поставить под сомнение то, что клиент считает абсолютно очевидным или само собой

разумеющимся. Общеизвестные истины типа «грубить нехорошо», «родители всегда знают лучше, что нужно ребенку» обычно служат надежным прикрытием для истинных чувств и переживаний клиента. Когда мы ставим их под сомнение, то заставляем клиента задуматься о том, что скрывается для него лично за подобного рода выражениями. Типичная формулировка парадоксального вопроса начинается словами «А почему бы и не...?». Например, «А почему бы Вам действительно не сказать, раз Вы так думаете?».

d) *Уточняющие и углубляющие формулировки.* Цель уточняющих и углубляющих формулировок – постепенно переводить рассказ клиента с уровня поверхностного к более глубоким уровням переживаний. Пример такой формулировки – «То есть Вы хотели бы, чтобы Ваша свекровь поняла, какая Вы хорошая, чтобы она оценила Вас, наконец, по достоинству». При работе с уточняющими и углубляющими формулировками главное – не выходить за пределы очевидного. Каждый шаг должен логично следовать из предыдущего.

e) *Использование интерпретаций.* Речь идет о том, чтобы проинтерпретировать поведение клиента в связи с теми или иными базовыми человеческой природе эмоциями. Алешина Ю.Е. (1993) предлагает пользоваться двумерной моделью пространства человеческих проявлений, где одна из координат является осью любви, а другая – осью власти. Согласно распространенным на Западе взглядам большая часть человеческого поведения определяется этими базовыми эмоциями, потребностями, с ними связанными. Поэтому данная модель может служить удобным пособием для построения интерпретаций. Например, психолог спрашивает клиентку, почему она молчит, когда свекровь кричит на нее. Клиентка отвечает: «Не могу же я унижаться!». Интерпретация психолога: «То есть Ваше молчание в отношениях со свекровью – попытка не унижаться, а, так или иначе, возвыситься над ней».

f) *Перефразирование.* То, что было негативным, основанием для беспокойства и переживаний должно стать причиной положительных эмоций, способных если не полностью снять негативные переживания, то, по крайней мере, существенно уменьшить их значимость и интенсивность.

4) **Обеспечение контакта с клиентом во время беседы** осуществляется через:

a) *Вербальный (словесный) контакт* – через подбадривание, похвалу, выражение поддержки, частое упоминание имени клиента, выражение словами согласия и одобрения, ага реакцию.

б) *Невербальный (несловесный) контакт* – через контакт глаз, выражение лица, позу тела, тон и громкость голоса, использование паузы. Относительно контакта глаз следует сказать, что не следует навязывать взгляд в глаза клиенту, но, тем не менее, необходимо смотреть на клиента, а не в сторону. *Выражение лица* должно являть собой доброжелательное внимание. Надо стараться не выдавать растерянность и смещение. Выражение спокойствия и уверенности на лице профессионала, оказывающего психологическое воздействие, уже само по себе приносит терапевтический эффект. *Поза тела* не должна быть напряженной (сидит на краешке стула, руки с напряжением сжимают ручки кресла, непривычность и неестественность позы) или закрытой (традиционно закрытость позы связывают со скрещенными руками или ногами). Поза консультанта влияет на позу клиента. Если клиент слишком закрыт или напряжен, консультант может попробовать косвенно повлиять на него, расслабившись и заняв подчеркнута более удобную позу. После соответствующей смены позы у клиента, изменится и его эмоциональное состояние. *Тон голоса* должен быть доброжелательным, соответствовать тому, что говорится. *Громкость голоса* можно регулировать в зависимости от стоящих перед консультантом задач. Приглушенный голос в большей мере способствует возникновению у собеседника ощущения доверительности, интимности. Консультант может несколько охладить возбужденного клиента, начав говорить медленнее и тише. Клиент постарается автоматически подладиться, нормализовав, таким образом, свое состояние. Наличие *пауз в беседе* создает ощущение

неторопливости, продуманности происходящего. Пауза подчеркивает значительность сказанного, необходимость осмыслить и понять. С точки зрения Ю.Е. Алешиной (1993) консультанту следует выдерживать паузу практически после любого высказывания клиента, кроме тех, которые непосредственно содержат вопрос. Пауза дает возможность добавить к тому, что сказано, поправить, уточнить. С помощью паузы можно избежать ситуации, когда клиент и консультант начинают бороться друг с другом за право вставить слово, что-то сказать. Начинаящим психологам-консультантам рекомендуется поэкспериментировать с тем, что значит пауза для них, наблюдая за секундной стрелкой часов, состоянием своим и клиента во время пауз.

7. Работа с модальностями в психологическом консультировании

*Понятие **модальности** было внесено в психологическое консультирование из нейролингвистического программирования (ИЛИ) — одного из современных методов психотерапии и консультирования, ориентированного на краткосрочную терапию. Под модальностью понимается канал получения информации, основанный на каком-либо из 5 органов чувств, посредством которого человек воспринимает и отражает окружающий мир. Выделяют 4 модальности (то есть 4 канала восприятия информации):*

- *визуальную, где ведущий канал получения и отражения информации — зрение;*
- *аудиальную, основанную на слухе как ведущем канале восприятия;*
- *кинестетическую, основанную на телесных ощущениях как ведущем канале восприятия;*
- *обонятельно-вкусовую, где ведущим каналом восприятия информации является вкус и обоняние.*

Выделяются следующие характеристики модальностей:

- *у любого человека присутствуют все 4 системы восприятия, но при этом есть наиболее и наименее развитая система;*
- *через наиболее развитую модальность человек получает и отражает максимальное количество информации, и это — привычный способ восприятия;*
- *наименее развитая модальность обычно заблокирована, и способ восприятия и отражения действительности через нее наименее привычен для человека;*
- *модальности могут развиваться, то есть в процессе терапии консультант может расширить набор ведущих модальностей клиента, сгладить одну и увеличить другую, снять блок с ранее заблокированной системы восприятия;*
- *каждая модальность имеет внешнюю сторону, то есть тот орган чувств, которым индивид воспринимает реальность, и внутреннюю сторону, то есть те способы, которыми он эту реальность отражает.*

К внутренним способам, отражающим реальность, относятся:

- *предикаты речи, то есть слова, выражения и речевые конструкции клиента, используемые им для отражения реальности и формирующиеся на бессознательном уровне;*
- *глазодвигательные паттерны, то есть движения глазных яблок наиболее типичные для той или иной субмодальности.*

Для **повышения эффективности** процесса консультирования консультант должен хорошо владеть техникой работы с модальностями и знать особенности этой работы. *Существуют следующие правила работы с модальностями:*

- *консультант должен хорошо уметь ориентироваться в поведении клиента с целью распознавания у него ведущей и заблокированной модальностей: наблюдать, анализировать проявления клиента в ключе изучения каналов восприятия, опираясь на знания и характеристики модальностей;*
- *консультант должен обращать внимание на следующее поведение и проявления*

модальностей клиента:

- *предикаты речи*, какие слова и выражения использует клиент как в речи вообще, так и в описании себя, своей проблематики, своего физического и психического состояния, например выражение "Это давит на меня, словно какой-то груз" — типичный признак ведущей кинестетической модальности;

- *образы*, которые формирует клиент, их отличительные особенности, например, если клиент говорит "Я слышу, будто" или "Это было похоже на вспышку молнии", то в первом случае ведущей является аудиальная, а во втором — визуальная системы восприятия и отражения;

- *невербальные проявления клиента*, например движения глаз или характерные для каждой модальности жесты;

- консультант должен уметь ориентироваться в своих модальностях, понимать, какая из систем у него развита лучше, какая - хуже, уметь переключаться с одной модальности на другую, если это необходимо в терапевтических целях;

- консультант может использовать свои модальности для выражения эмпатии клиенту, для терапевтического воздействия. Для этого ему необходимо уметь читать сигналы своих модальностей, интерпретировать их, чтобы на основе своих модальностей научиться понимать проблематику клиента.

В процессе консультирования психолог может использовать модальности клиента для решения различных задач, среди которых можно выделить следующие:

* *установление и поддержание раппорта* (контакта) с клиентом;

* *диагностика проблемы* и общего состояния клиента, понимание проблематики и личности клиента;

* *терапевтическое воздействие*

При установлении раппорта консультант должен:

- × строить свое поведение и речь в соответствии с используемой клиентом модальностью;

- × *обращать внимание на предикаты речи*, посредством которых клиент выражает свое восприятие мира, и использовать в своей речи те же схемы;

- × *обращать внимание на невербальные проявления клиента* и подстраиваться под них, используя такую же схему поведения;

- × *ориентироваться на сигналы своих модальностей* и использовать их для проявления эмпатии.

При диагностике и понимании проблематики клиента консультанту следует:

- *обращать внимание на то, как развиты модальности клиента*, какая из них является ведущей, а какая — подавленной, из какой модальности клиент говорит чаще всего, а какую вообще не употребляет;

- *проанализировать связь проблемы, конфликта или затруднения клиента с его модальностями*, пронаблюдать, в какой из модальностей может находиться проблема;

- *обратить внимание на паттерны поведения, речь, невербальные и эмоциональные проявления клиента*, чтобы понять, как и где именно проявляется проблема или затруднение клиента и как это влияет на него;

- *обратить внимание на свои ощущения и то, как сам консультант*, находясь в эмпатической связи и глубоком контакте с клиентом, реагирует на проблемы клиента, из какой модальности к нему поступает наибольшее количество сигналов и информации;

- *обратить внимание на общее физическое состояние*, например у кинестетиков часто проблема выражается на соматическом уровне;

- *обратить внимание на связь ведущей или подавленной модальности и способы взаимодействия клиента и построение отношений с окружающими*, если локус его жалобы лежит в области взаимоотношений со средой, например жалоба клиента на непо-

нимание со стороны близкого человека может быть проинтерпретирована с точки зрения преобладания у них разных модальностей;

- использовать специально разработанные *методы экспресс-диагностики ведущей модальности*.

При терапевтическом воздействии целями консультанта являются:

- *подведение клиента к осознанию своих модальностей* и умению читать и понимать их сигналы;
- *расширение набора модальностей клиента*, реабилитация подавленных модальностей с целью расширения способов функционирования в среде;
- *формирование умения читать и понимать модальности других людей* с целью более адаптивного взаимодействия с ними.

В терапевтическом взаимодействии с модальностями клиента консультант может использовать следующие способы работы:

- *основной способ работы с модальностью — постепенное изменение одного из параметров восприятия*, отслеживая взаимосвязь с эмоциональными изменениями клиента, например на основе спродуцированного клиентом образа менять цвет, яркость, силу звука и т. п.;
- *усиливать или уменьшать остроту ощущений* от работы с образом клиента в зависимости от того, какова цель вмешательства — *снизить негативное влияние проблемы или создать ресурсность личности*;
- с помощью специально разработанных приемов и упражнений вводить клиента в разные модальности, *двигать* клиента в его каналах восприятия и отражения, *провоцируя* на проживание различных состояний в различных модальностях;
- *создание образов в ведущей системе клиента* (аудиальные, визуальные, кинестетические образы) и последующая работа с ними:
- перемещение образов из одной системы в другую;
- работа с качественными характеристиками образов;
- применять *ассоциированное или диссоциированное восприятие* в работе с модальностью в зависимости от целей консультирования и особенностей проблематики клиента.

Ассоциированное восприятие способствует усилению переживаний и ощущений, так как предполагает нахождение клиента внутри созданного им визуального, кинестетического или аудиального образа, поэтому часто *используется как инструмент для формирования ресурсности личности*.

Диссоциированное восприятие направлено на снижение переживаний, так как клиент занимает позицию наблюдателя и участвует в восприятии как бы со стороны, отстраненно, поэтому такое восприятие часто *используется для работы с негативными переживаниями и ситуациями* и они как бы выталкиваются вовне, за пределы личности и восприятия клиента.

Используя методы ассоциации/диссоциации или метод усиления/уменьшения образа, консультант может способствовать клиенту в решении многих проблем, например:

- *в принятии решений*, когда происходит проработка сомнений и неуверенности и усиление ресурсов личности для принятия важного решения;
- *коррекции убеждений и установок клиента*, используя работу с сомнениями, анализ проблемных убеждений;
- *работе с построением целей и формированием будущего*, используя "экран" образов и путешествие во времени;
- *работе с телесными ощущениями*, используя кинестетическую модальность.

8. Этические принципы психологического консультирования

Выделяют следующие *этические принципы и нормы психологического консультирования*:

- *адекватная оценка* консультантом уровня и пределов своей профессиональной компетенции;
- *запрет на применение диагностических методик и техник*, которые еще недостаточно изучены и освоены;
- *запрет на использование клиента в качестве испытуемого* для проведения научных и практических экспериментов *без предварительного обсуждения* и согласия с его стороны;
- *запрет на двойные отношения*, в частности на вступление консультанта в сексуальную связь с клиентом, супружеские отношения и т. п. в процессе всего консультирования;
- *предоставление клиенту во время первой встречи максимально полной информации*, касающейся процесса и условий консультирования.

Выделяют следующие моменты, которые необходимо обсудить с клиентом:

- *основные цели* консультирования;
- *квалификация и образование* консультанта;
- *оплата* консультирования;
- *приблизительная продолжительность* консультирования и графики и время встреч;
- *контактная информация* о консультанте;
- *целесообразность и необходимость* проведения консультативных встреч;
- *возможное временное ухудшение* состояния клиента в процессе прохождения психологического консультирования;
- *возможность применения* в процессе консультирования *специальных процедур*: аудио- и видеозаписи, наблюдения за третьим лицом через зеркало Геззеля;
- *допустимые и возможные границы конфиденциальности*, которые может соблюдать консультант.

В пространстве психологического консультирования существует два уровня конфиденциальности:

- *пределы использования* консультантом сведений о клиенте, когда консультант имеет право *использовать информацию о клиенте исключительно в профессиональных* (например, обсуждение конкретного случая на супервизорской группе) и ни в каких иных целях, а информация о клиенте должна храниться в недоступных для других лиц местах;
- *условия использования* консультантом информации о клиенте, когда консультанту необходимо *поделиться* сведениями с окружением клиента — родителями, детьми, учителями, супругом и т. п. Консультанту необходимо предварительно обсудить это с клиентом и обосновать целесообразность таких действий, и только в том случае, если клиент не возражает, консультант может использовать полученную информацию. Консультант *обязан обсудить с клиентом пределы конфиденциальности*, которые он может соблюдать, опираясь на правила, определяющие границы конфиденциальности:
 - *относительность* соблюдения правил конфиденциальности;
 - *конфиденциальность зависит от характера предоставляемой информации*, и в первую очередь консультант должен *ориентироваться на построение доверительных отношений с клиентом*;
 - *консультант имеет право не соблюдать правила конфиденциальности*, если информация, полученная им от клиента, может причинить вред последнему;
 - *та информация, которую консультант может использовать для повышения*

эффективности терапевтической работы, например консультация по данному случаю с компетентным специалистом и т. п., *не относится к конфиденциальной* при условии договоренности с клиентом;

- консультант *обязан заботиться в первую очередь о сохранении прав и свобод самого клиента* и, если полученная информация не является нарушением прав других людей, должен соблюдать правило конфиденциальности и не разглашать данную информацию;

- ограничение пределов конфиденциальности и неразглашения информации консультантом обусловлено и *правом самого консультанта на сохранение своей безопасности* и достоинства;

- консультант *обязан соблюдать безопасность третьих лиц*, и в случае если информация, полученная от клиента, каким-то образом нарушает это, то правило конфиденциальности перестает действовать;

- *необходимость госпитализации клиента* ограничивает пределы соблюдения конфиденциальности;

- *при совершении клиентом преступных действий, предполагающих уголовную ответственность* (насилие, убийство, развращение, инцест и т. п.) и угрожающих чьей-то жизни, консультант *обязан* сообщить эту информацию в соответствующие инстанции, принять меры по соблюдению безопасности потенциальной жертвы, предупредив ее и ее близких, а также сообщить о своих намерениях клиенту.

Процедуры и техники психологического консультирования

1. Процедуры и техники первого этапа психологического консультирования
2. Процедуры и техники второго этапа психологического консультирования (сбор информации)
3. Процедуры и техники третьего этапа психологического консультирования (стратегический).
4. Эмоциональные техники в психологическом консультировании
5. Техника молчания в психологическом консультировании
6. Техника интерпретации в психологическом консультировании
7. Техника конфронтации в психологическом консультировании
8. Техника рефреминнга в психологическом консультировании
9. Метафоры в психологическом консультировании
10. Межличностное давление в психологическом консультировании

1. Процедуры и техники первого этапа психологического консультирования

Под процедурой в психологическом консультировании принято понимать группы приемов ведения специалистом клиента, объединенные по целевому назначению, с помощью которых решается одна из задач данного этапа.

Каждой процедуре соответствуют определенные *техники* — специальные приемы, применяемые консультантом для решения задач процедур на каждом из этапов психологического консультирования.

Этап первый.

Как мы определили, первым этапом в психологическом консультировании будет этап, который условно можно назвать «начало работы».

Первой процедурой на этом этапе, безусловно, является **встреча клиента с консультантом**. Техники, уместные для решения данной задачи: приветствие клиента, проведение клиента на место, выбор клиентом своего места, выбор психологом места для себя, приемы установления психологического контакта.

Техника приветствия. Осуществляется при помощи стандартных фраз: «Рад вас видеть...», «Приятно познакомиться...». Составным элементом данной техники, который

может быть применен специалистом по его усмотрению, является встреча специалистом клиента у входа в консультацию или в фойе, перед кабинетом.

Техника «проведение клиента на место». Особенно уместна в случаях первичного посещения клиентом психологической консультации: психолог идет впереди клиента, указывая ему дорогу и пропуская вперед себя при входе в кабинет. В данном моменте техника «проведение клиента на место» тесно соприкасается с техниками «выбор клиентом своего места» и «выбор своего места психологом-консультантом». Предоставление права выбора клиенту места носит диагностический характер, поскольку то, куда и как сядет клиент, дает специалисту информацию о нем и его психологическом состоянии (стул, кресло, диван выберет клиент, сядет в тень или на освещенное пространство). Однако психолог может взять инициативу на себя и предложить клиенту заранее подготовленное для него место. Данный прием будет иметь положительный аспект в тех случаях, когда клиент относится к личностям зависимым или авторитарным. В первом случае решается задача присоединения и ведения, во втором — установления иерархии.

Вторая процедура первого этапа: установление положительного эмоционального настроя клиента. Рассмотрим *техники*, применяемые в рамках данной процедуры. Прежде всего это *установление раппорта*. Он устанавливается в течение первых тридцати секунд. Существует прекрасная аксиома: у вас никогда не будет второй возможности произвести первое впечатление. Что же поможет произвести приятное впечатление? Опрятный внешний вид, благожелательное выражение лица, соблюдение социальной зоны общения. Последний фактор весьма условен. Помните, что границы социальной зоны определяются не среднестатистическими расчетами, а личностными особенностями (национальность, воспитание, местность проживания).

Процедура: снятие психологических барьеров. Естественно, что клиент испытывает волнение, снять которое помогут специальные *техники*. Прежде всего можно дать клиенту побыть некоторое время одному. Например, извинившись, попросить несколько минут для «завершения» какого-либо дела («дело» придумайте сами). Мягкая, спокойная, ненавязчивая музыка также будет способствовать созданию благоприятной атмосферы. Хорошо снимают психологическое напряжение размеренные движения рук. С этой целью можно дать клиенту в руки предмет (книгу, журнал, игрушку) или под предлогом помощи попросить что-либо сделать. На вербальном уровне эффективен прием «кавычек» («Был случай, когда клиент очень волновался, но все закончилось хорошо») и прямое разделение эмоций клиента: «Я тоже волнуюсь...».

2. Процедуры и техники второго этапа психологического консультирования (сбор информации)

Процедура первая: диагностика личности клиента. В рамках данной процедуры применяются техники: беседа, наблюдение, тесты.

Беседа, целенаправленно организованная специалистом, является основным методом ведения психологической консультации. В ходе нее предполагает выявление интересующих исследователя связей на основе эмпирических данных, полученных в процессе общения «клиент-консультант». Применяется на разных стадиях психологического консультирования. В зависимости от целей этапа консультативного процесса меняются и цели беседы. Как специфический вид беседы выделяется интервью.

Интервью — способ получения социально-психологической информации с помощью устного опроса. Выделяют два вида интервью: свободное и стандартизированное.

Свободное интервью не зависит от темы и формы беседы и предполагает сотрудничество клиента при поиске необходимой информации. К его достоинствам можно отнести большой диапазон непосредственных поведенческих реакций клиента, которые получает возможность наблюдать специалист, что способствует более полному получению информации о личности клиента и сути его проблемы, к недостаткам — достаточно большой временной отрезок.

Стандартизированное интервью — близко по форме к анкете, отличаясь от него большей свободой клиента при формулировании ответов. Наиболее полезно в начале консультативного процесса при ориентировке в проблеме. Полученные данные впоследствии уточняются и используются для выдвижения новых гипотез. Достоинства: информативность, экономия времени, количественная выраженность результата. Недостатки: вероятность потери эмоционального контакта с клиентом, снижение непосредственных поведенческих реакций вследствие активизации механизмов защиты.

Наблюдение — эмпирический метод психологического исследования, заключающийся в целенаправленном и осознанном восприятии специалистом психических проявлений клиента. Позволяет специалисту собрать информацию о клиенте, выявить наиболее значимые событийные моменты, отследить изменение его состояния на разных этапах консультативного процесса. К недостаткам можно отнести: субъективизм специалиста, который может выразиться в фиксации внимания на факте, значимом с позиции консультанта, а не клиента, и последующей его интерпретации, а не прояснении и контрперенос. Применяется на всех этапах консультативного процесса.

Психологические тесты — стандартизированный метод для измерения уровня развития или состояния какого-либо психологического качества или свойства отдельного индивида. В рамках психологического консультирования применяются тесты, соответствующие определенным критериям. Данные критерии будут рассмотрены в главе «Особенности психодиагностики в процессе консультирования».

Процедура вторая: прояснение сути проблемы клиента, определение его ресурсов. Основные техники: диалог, слушание.

Диалог. Определяется как речевое общение между двумя и более людьми, предполагающее обмен репликами. В широком смысле репликой считается и ответ в виде действия, жеста, молчания. Опирается на традицию устного интеллектуального общения в Древней Греции. В ее истоках — деятельность Сократа, которая, кроме того, нашла свое отражение в психотерапевтической методике «Сократовский диалог». В основе данной методики лежит логическая аргументация, преподносимая специалистом клиенту в виде вопросов, которые предполагают только положительные ответы. При формулировании вопросов консультант сознательно игнорирует непоследовательные, противоречивые, бездоказательные суждения клиента. В результате клиент планомерно подводится к принятию суждения, которое перед этим им не принималось или не понималось.

Техника «слушание». Прежде всего предполагает «слышание» другого человека, в данном случае клиента. Иначе: в процесс «слышания» включается не только восприятие произносимых слов, но и фона, на котором они были произнесены.

Следовательно, можно выделить *два аспекта слушания: вербальный аспект и невербальный.*

К вербальному аспекту относятся непосредственно слова, словосочетания, метафоры, которые употребляет клиент в своей речи.

К невербальному аспекту (фону):

- 1) «язык тела» (позы, жесты, мимика);
- 2) психофизиологические реакции (изменение цвета кожного покрова, частота и глубина дыхания, степень потоотделения);
- 3) голосовые характеристики (тон, тембр, темп, интонации).

Истинность предположений, сделанных на основе невербальных данных, необходимо перепроверять вместе с клиентом. Это обусловлено тем, что невербальные сообщения определяются целым рядом факторов. Например, контекстом событий, личностными особенностями клиента, спецификой взаимоотношений со значимым близким. О существовании многих из них консультант может не знать, что, безусловно, приведет к искажению воспринимаемой им информации и, как следствие, неправильному представлению о сути проблемы и способов ее разрешения.

Примеры.

А. — На основании того, что Вы нахмурились, я думаю, что Вы отрицательно относитесь к вашей супруге

Б. — Вы нахмурились. Что именно Вы сейчас чувствуете?

Существует ряд приемов, которые способствуют наиболее успешному осуществлению техники слушания. Обычно их объединяют в единую группу под названием «Приемы активного слушания». Активное слушание позволяет расположить клиента, завоевать его доверие, собрать максимально полную информацию о нем и его проблеме.

Приемы активного слушания

1. Кивание головой и использование междометий

«Ага», «Угу». Несет послание клиенту: «Я еще здесь и я Вас слушаю». Однако лучше использовать «Да». Почему? Я не буду приводить веские аргументы, я просто расскажу вам историю, судя по фабуле, созданную еще в советский период. Иностранец подошел к девушке и спросил: «Объясните, пожалуйста, я никак не могу понять: в одних и тех же случаях одни ваши люди говорят «Ага», а другие «Да». «О, это очень просто, - ответила девушка, - воспитанные люди говорят «Да», а невоспитанные «Нет». «Спасибо за объяснение! - обрадовался иностранец. — Но не могли бы Вы ответить еще на один вопрос: а Вы, воспитанная?» «Ага», - ответила девушка.

2. Вопрос-эхо.

Например.

Клиент: «У меня плохое настроение...»

Консультант: «У Вас плохое настроение?»

Главное — не переусердствовать. Иначе может получиться как в одном анекдоте.

Клиент: «Мне не дают покоя мысли о смерти».

Клиент: «И мне хочется умереть». Консультант: «Хочется умереть...»

Клиент: «И я думаю о смерти даже сейчас». Консультант: «Прямо сейчас...».

Клиент выбрасывается в окно, снизу раздается звук ударившегося об асфальт тела — «бум».

Консультант: «Бум...»

3. Дословное повторение основных положений, высказанных клиентом. Повторению высказывания должны предшествовать вводные фразы типа: «На сколько я Вас понял...», «Вы считаете, что...».

Например.

Клиент: «Я каждый раз расстраиваюсь, но она все равно пересаливает мне ужин».

Консультант: «Если я правильно понял, Вы каждый раз расстраиваетесь, но она все равно пересаливает Вам ужин».

4. Прием уточнения. Вы просите уточнить отдельные положения, высказывания клиента.

Например:

«Будьте любезны, уточните, пожалуйста...».

Можете вспомнить сериал «Улицы разбитых фонарей» с любимой фразой главных героев: «А с этого места, поподробнее...». Но лучше этого не делать. Однако, безусловно, будет уместен вопрос: «Что именно заставляет Вас так думать?».

5. Переформулирование. Суть данного приема состоит в возвращении смысла высказывания клиента консультантом при помощи использования других слов. Это позволяет придать в случае необходимости положительный смысл критическим замечаниям клиента.

Например.

Клиент: «Ничто меня не радует, жизнь не имеет смысла».

Консультант: «Вы очень тонко чувствующий человек, имеющий скрытый смысл жизни. Для меня было бы важно знать: в чем именно заключен этот смысл».

6. Отражение эмоций. Заключается в прямом описании переживаний, которые консультант заметил в поведении клиента: «Вы взволнованы», «Вы расстроены», «Вам неуютно».

Процедура третья: активизация памяти клиента.

Техники: помощь в определении истинных чувств и формулировании высказываний, психологическая поддержка клиента, насыщение пауз, провоцирование клиента.

Для оказания клиенту помощи в определении истинных чувств и их вербализации хорошо работают приемы активного слушания, которые мы рассмотрели в рамках второй процедуры,

Кроме того, если вы ранее определили основные ценности и критерии, которые руководят поступками данного клиента, то вам легче будет прояснить чувства испытываемые им.

К основным критериям и ценностям относят:

- отсутствие тревоги, проблем;
- получение прибыли, комфорта, удобства, новизны, удовольствия;
- следование традициям;
- престиж;
- хорошее отношение окружающих (признание).

Для того, чтобы определить их, достаточно просто внимательно слушать клиента. И если клиент говорит: «Я не хочу, чтобы у меня болела голова. Отношения с людьми, должны избавлять от проблем, по крайней мере, при общении с теми, кто претендует быть твоим близким. Иначе, зачем они?» То вы будете понимать, что главной ценностью данного клиента является отсутствие проблем.

Задание. Определите основные ценности клиентов по приведенным ниже высказываниям. На что вы обратили внимание при их определении? Помните, что в «чистом виде» редко что-либо встретишь в этом мире.

1. Они не понимают меня. Я готовлю завтрак, обед, ужин, мою посуду, выслушиваю их. Я стараюсь, стремлюсь им помочь, но никакой благодарности!
2. Мой отец всегда говорил мне, а ему его отец, что мужчина должен быть мужчиной. Когда мы с ней познакомились, ничего хорошего в ней не было. Только благодаря мне в ее семье начали чтить закон и праздновать семейные торжества и пасху.
3. Он такой тщеславный! И это так мешает. Понимаете, я хочу отдохнуть, а он ведет меня на приемы, встречи, заставляет делать визиты. И все для того, чтобы потом о нем написали в газетах, что его видели в обществе очередной знатной персоны. А мне бы лучше полежать спокойно с книгой. Зачем нужна слава, если она причиняет столько беспокойства?
4. Я всю жизнь трудился, зарабатывал, чтобы жили хорошо, чтобы соседи посмотрели и позавидовали. А ей все равно. Лишь бы тратить деньги. Я не скупой. Я понимаю, когда деньги тратятся на то, что приносит удовольствие, но когда сама по себе трата приносит удовольствие — этого я не понимаю.
5. Ах! Как это приятно: новые люди, впечатления, разговоры. И все тебя любят, и всем ты нужна. Конечно, ему это не нравится. Ему лишь бы все было «как должно быть». Но это так приятно, когда ты приходишь и тебя начинают баловать, ухаживать, нежить. Если бы он вел себя так, может быть, я бы меньше уделяла внимания друзьям, но он, увы, не такой.

Техника «Психологическая поддержка клиента»

применяется на всем протяжении процесса консультирования. Заключается в выражении эмпатии консультантом клиенту на вербальном и невербальном уровнях.

Техника «Насыщение паузы». В процессе консультации, как и при любом общении, не исключено возникновение пауз. Консультант может их заполнить несколькими способами: вопрос, метафора, «держать паузу».

Для формулирования вопросов просмотрите раздел об активных приемах слушания, о применении метафор загляните в главу «Применение метафор в рамках психологического консультирования». Если же вы решили «держать паузу», то держите ее как можно дольше. Я поддаюсь соблазну и процетирую по этому поводу прекрасную Джулию Моэма: «Чем больше актер, тем больше пауза». Психологическое консультирование — своего рода спектакль (как и спектакль, пьеса, имеют психотерапевтический отсвет), в котором специалист выступает в триединстве: и как сценарист, и как режиссер, и как актер.

Провоцирование: слова клиента ставятся под сомнение. Цель, с которой используется провоцирование, состоит в том, чтобы помочь клиенту взглянуть на проблему с другой стороны. Это можно сделать при помощи «усиления ситуации». «Усиление ситуации» возможно в результате повторения слова, несущего основную информационную нагрузку.

Например.

Клиент: «У меня никогда ничего не получалось».

Консультант: «У Вас никогда-никогда ничего не получалось?»

Возможна также ситуация, при которой клиент воспринимает какие-либо взаимоотношения в искаженном виде. Для прояснения ситуации акцентируйте внимание клиента на данном искажении.

Например.

Клиент: «Меня все ненавидят».

Консультант: «Вас все-все ненавидят?»

Иногда клиент избегает говорить о проблеме: «У меня все хорошо.... Да, хорошо...» Спросите его: «У Вас действительно все хорошо?» или «У Вас все-все хорошо?»

Пример (*элемент из сессии*). На консультацию пришла молодая женщина двадцати четырех лет. Суть ее проблемы заключалась в том, что она, осознавая бессмысленность своего непродолжительного брака для себя и отсутствие чувств со стороны своего мужа, отчаянно пыталась сохранить отношения из страха «остаться одной». Разубедить ее в неразумности такой позиции, ее разрушительном влиянии на нее саму было бессмысленно. Она именно этого и ожидала. Я решила «согласиться». «Да, — сказала я, — Вы абсолютно правы, двадцать четыре года возраст весьма солидный. Кому нужна женщина в двадцать четыре года? Никому!» «Но я еще довольно молода», — начала слабо возражать клиентка. «Да что Вы мне говорите! Подумайте сами! Двадцать четыре года! Старая развалина! А что делать тридцатилетним?» Она начала смеяться: «Действительно, что это я? Как это глупо! У меня все еще впереди».

Технику провоцирования следует применять весьма осторожно, чтобы не травмировать клиента. Поэтому учитывайте возраст, образование, социальный статус, личностные особенности клиента. И еще: никогда не сообщайте клиенту о том, что вы его намеренно провоцировали. Подобная информация может уничтожить в одно мгновение все, что вы достигли ранее.

Несмотря на то, что в рамках структурирования консультативного процесса «психологическая поддержка клиента» выделена в определенную процедуру и описана, как осуществляемая на определенном этапе, по сути весь процесс консультирования представляет собой акт поддержки. Консультант большую часть времени является, прежде всего, адвокатом клиента, и, следовательно, все вмешательства, совершаемые в процессе консультирования, должны быть наполнены чувством заботы. Помните! Никогда целью консультирования не ставится чтение нотаций или «исправление жизни»

другого человека. Задача консультирования заключается в том, чтобы помочь клиенту отыскать свой собственный путь сквозь череду определенных им самим жизненных проблем. И в этой ситуации роль консультанта — роль советника, проводника, сопровождающего.

3. Процедуры и техники третьего этапа психологического консультирования (стратегический).

Процедура первая: определение возможных решений. Техники: информирование клиента, совет, убеждение, разъяснение.

Техника «информирование клиента». Количество информации, предоставляемой клиенту специалистом в ходе консультационной сессии, прежде всего будет зависеть от характера терапевтических отношений, личностных особенностей клиента, сути проблемы. Однако важно, чтобы предоставляемая информация соответствовала требованиям: доступность, конкретность и объективность. Доступность и конкретность информации определяются тем, что данные, сообщаемые консультантом клиенту должны, с одной стороны, соответствовать уровню его развития и, с другой, исключать возможность двойного толкования. Для того, чтобы убедиться в правильности понимания клиентом предоставленной информации, специалист может задать ряд проясняющих вопросов. Что касается объективности, то она зависит как от квалификации специалиста, так и специфики его личности.

Техника: совет. Совет — мнение, высказываемое кому-либо по поводу того, как ему поступить, что делать и предполагающее дальнейшее совместное обсуждение.

Предложение советов близко предоставлению информации. Отличие заключается в том, что предлагающий совет неизбежно высказывает личное мнение в то время, как в основе информирования лежит, прежде всего, безоценочность.

Прямого предложения советов целесообразно избегать.

Во-первых: как бы ни был правилен ваш совет, он останется «чужим советом» — люди любят делать собственные открытия и, соответственно, любой совет является украденной возможностью такого открытия. Только когда человек сам что-либо открыл, это становится по-настоящему его.

Вторая причина, по которой следует быть осторожным с «раздачей советов»: давая клиенту возможность следовать совету, вы одновременно даете ему возможность приписать неудачу также на ваш счет. Если же клиент относится к зависимому типу, то у вас вырисовывается прекрасное будущее — до конца ваших дней стать его «мамочкой», «нянечкой», «жилеточкой».

Третья и последняя причина, по которой с советами не следует торопиться, — предоставляемыми советами, как правило, не пользуются, и вы напрасно тратите свое время и силы. Однако совет, данный в косвенной форме («Не знаю почему, мне вспомнилась одна ситуация из моей жизни...», «В моей практике был случай...», «Мне рассказывали историю...», «Один герой романа в подобной ситуации поступил следующим образом...», «Обычно в подобных ситуациях рекомендуют следующее...»), может иметь большой психотерапевтический эффект.

Техника: убеждение — логически безупречная аргументация правильности высказываемой позиции. Как правило, должно в своей основе иметь факты. Применяется при даче советов как подкрепление, обоснование высказанной профессиональной позиции. Убеждение должно строиться психологом-консультантом на уровне данного клиента.

Техника: разъяснение. Подразумевает развернутое конкретное объяснение позиции консультанта по проблеме клиента. Главная цель — сделать предельно понятными мысли специалиста, ход его размышлений по поводу проблемы для клиента. Может включать в себя эмоционально-личностный аспект.

Процедура вторая: согласование плана действий.

Техники: поиск множественных решений, стимулирующие вопросы, определение алгоритма по разрешению проблемы, конкретизация ожидаемого результата.

Прежде чем выработать конкретный план по разрешению проблемы и для того, чтобы данный план был предельно оптимальным, необходимо максимально *расширить поиск возможных решений*. С этой целью разумно применить методику творческого решения проблем Дилтса. Идея проста. Сначала: предложите клиенту придумать не менее двадцати самых невероятных способов решения данной проблемы (не забудьте их записать). Далее: подумайте, насколько желательно воплощение каждого из них, какие наиболее вероятные последствия могут возникнуть. Выберете оптимальный вариант (возможно, что некоторые из придуманной «двадцатки» станут элементами плана достижения).

Стимулирующие вопросы уместно применять на протяжении всего стратегического этапа. Однако особенно они помогут во время второй процедуры, поскольку, пребывая в социокультурологически обусловленных рамках, клиенты, как правило, затрудняются в проявлении творческой активности.

Примеры стимулирующих вопросов:

- Что именно Вы можете предложить?
- Как иначе можно это решить?
- Что еще Вы можете придумать?
- Как бы Вы решали данную проблему, если бы Вам было сейчас десять (двадцать, сто пятьдесят восемь) лет?
- Какое решение предложила бы Ваша мать (отец, тетя, прадедушка...)? Что полезного Вы нашли бы в нем?

Если специалист достаточно искусно применил две предшествующие техники, то **алгоритм достижения** возникнет естественно. Однако при его детализации необходимо тщательно прояснить, как именно понимает клиент каждый из этапов и каким образом собирается его реализовывать. Это позволит как прояснить непонятные для клиента моменты, так и инициировать возникновение новых идей. Полезно также записать данный алгоритм в двух экземплярах. Под каждым из экземпляров ставят свою подпись и психолог, и клиент. Соответственно, один остается у консультанта, другой отдается клиенту. Для клиента это будет дополнительным стимулом для реализации плана в действие, а консультанта убережет от возможных недоразумений.

Техника «конкретизация ожидаемого результата». При помощи данной техники определяются «приметы», по которым клиент сможет определить, что проблема разрешена. Они должны быть конкретны и предельно ясны. *Например*, клиент каждый день ссорится с супругой. Его запрос: спокойная семейная жизнь. Если он достигнет того, что ссоры будут происходить не чаще, чем два раза в неделю, то он будет считать, что проблема решена. То есть здесь «приметой» будет являться частота ссор, а именно: два раза в неделю.

Конкретизировать ожидаемый результат можно при помощи вопросов:

- Что именно должно произойти, чтобы Вы поняли, что цель достигнута?
- Как именно Вы узнаете, что достигли желаемого?

Техника конкретизации результата может применяться на разных этапах консультирования.

Процедура третья: определение способов контроля за реализацией намеченного плана.

В рамках данной процедуры могут применяться те же техники, что и в рамках предшествующей, но здесь они касаются способов контроля и оценок ожидаемых результатов.

Контроль может осуществляться разными способами:

- клиент может взять всю ответственность на себя;

- он может информировать консультанта о реализации каждого пункта (при этом четко оговариваются сроки выполнения);
- клиент может информировать только о достижении конечного результата;
- может быть назначена дополнительная консультация для отслеживания хода реализации намеченного плана;
- консультант и клиент могут договориться о встрече для обсуждения результатов, после полной реализации выработанного ими алгоритма.

Техники «укрепление уверенности клиента» и «формирование готовности к достижению» взаимосвязаны. Они применяются на протяжении всего процесса консультирования. Наиболее эффективны невербальные средства и психологические поглаживания:

«Вы просто молодец...»,

«Вы такой удивительный человек...»,

«Не думаю, чтобы кто-то мог лучше справиться со столь сложной ситуацией...»,

«У Вас огромный потенциал...».

Как мы подчеркивали неоднократно, **четвертый этап «реализация плана клиентом»** проводится клиентом самостоятельно, без присутствия и вмешательства профессионала. Это объясняется спецификой данного вида психологической помощи — любой психически здоровый человек способен самостоятельно решить свои проблемы. Консультант — проводник в горах, для заблудившегося в сумерках путника. Он поможет найти путь на вершину, но подняться на нее должен сам человек.

4. Эмоциональные техники в психологическом консультировании

Эмоциональные техники, применяемые в процессе психологического консультирования, ориентированы в первую очередь на эмоциональную, а не на интеллектуальную сферу клиента и заключают в себе анализ его эмоциональных переживаний. К эмоциональним техникам относятся: ободрение и успокоение клиента; отражение чувств; самораскрытие консультанта.

Техника ободрения и успокоения в психологическом консультировании имеет следующие характерные особенности:

- направленность на формирование и укрепление консультативного контакта через выражение поддержки;
- побуждение клиента к более углубленному повествованию, так как подбадривание и поддержка формируют доверие клиента и способствуют его раскрытию;
- создание у клиента ощущения безопасности, что помогает ему рисковать и применять новые формы поведения и взаимодействия, а также изменять себя;
- правильное использование консультантом этих техник предполагает их дозированность и предоставление клиенту самостоятельности, так как процесс изменений и личностного роста всегда связан с некоторой тревожностью и ощущением неопределенности, клиент должен научиться находить поддержку и ресурсы внутри себя. В противном случае терапевтических изменений не происходит и клиент остается в зависимой позиции от консультанта.

Техника отражения чувств клиента ~ одна из важнейших в психологическом консультировании, так как формирует возникновение у клиента ощущения того, что его понимают, что, в свою очередь, благотворно сказывается на терапевтическом контакте и способствует изменениям клиента. Техника отражения чувств имеет следующие характерные особенности:

- направлена не на понимание содержания, а на то, что скрыто за содержанием, — на чувства и эмоции клиента;

- имеет следующие специфические цели:
 - помогает клиенту в осознании своих чувств, в более полном и интенсивном их проживании;
 - учит клиента принимать все свои чувства и доверять им;
 - консультант выступает в роли зеркала, в котором клиент может увидеть свои чувства со стороны, и эффективное отражение этих чувств помогает ему лучше разобраться в тех проблемах и конфликтах, которые стоят за этими чувствами;
 - осуществляется через обращение внимания консультанта и по следующую вербализацию, выражение им различных аспектов в поведении клиента и наблюдаемых чувств.

Консультант должен обращать внимание на:

- 1 - эмоциональные реакции клиента, вызванные теми или иными вопросами, высказываниями консультанта, а также на свои собственные слова, мысли и поведение;
- 2 - невербальные проявления клиента (эмоциональная, звуковая окраска голоса, позу, жесты, мимику и т. п.), которые консультант наблюдает в контексте всего рассказа клиента; эмоционально окрашенные слова в речи клиента, имеющие глубинный скрытый смысл;
- 3 - все эмоциональные проявления клиента — негативные, позитивные, амбивалентные (когда клиент испытывает одновременно два противоположных чувства);
- 4 - глубину испытываемых чувств и отражение именно той интенсивности проживания, которая наблюдается у клиента; использование консультантом большого набора понятий для отражения всего спектра чувств клиента, а не механическое повторение тех слов, которые использует клиент;
- 5 - непривнесение в отражение чувств собственных смыслов и предположений;
- 6 - целесообразность действий консультанта, то есть отражение и комментирование только тех чувств, которые:

- являются негативными и вызывают проблемы в консультировании, например испытываемый клиентом страх, тревожность, злость, агрессия и т. п., так как эти чувства могут быть блоками для продуктивного взаимодействия, и поэтому их необходимо прорабатывать, обращая на них внимание клиента фразами типа "Вы кажетесь сегодня раздраженным" или "Вы выглядите очень напуганным". К тому же обсуждение с клиентом его негативных чувств без оценки со стороны консультанта помогает клиенту принять такие чувства в себе и понять, что он имеет право испытывать эти чувства;

- чувства, которые могут поддержать клиента, например радость по поводу какого-либо значимого события в жизни клиента, так как такое отражение консультантом чувств клиента формирует ресурсность личности последнего и лучше помогает справиться с трудностями.

Техника самораскрытия консультанта тесно связана с приемом отражения чувств и имеет следующие специфические особенности:

1. выражение консультантом собственных чувств, возникающих в ситуации консультирования, которые являются реакцией на рассказ клиента, его поведение и т. п.;
2. через выражение своих чувств консультант раскрывается перед клиентом, то есть показывает свое эмоциональное отношение к событиям и людям;
3. чувства консультанта могут интерпретироваться и вноситься в консультативное пространство для совместного анализа, а также служить обратной связью по поводу своего поведения для клиента, то есть консультант может быть "зеркалом" для клиента;

4. важно для консультанта умение *контролировать свои чувства* и при этом *не отрицать их*, а *использовать как терапевтическое воздействие* и материал для анализа, так как эти чувства вызваны каким-то поведением клиента;

5. эмоциональное участие консультанта должно *служить интересам клиента*, а не самого консультанта, и консультант должен осознавать мотивы, по которым он откровенен с клиентом, и *понимать цели такого поведения*;

6. *своевременность и адекватность самораскрытия консультанта*. Консультант должен своевременно использовать этот прием, а также *понимать и анализировать желания клиента* узнать что-либо о его чувствах и знать, когда следует раскрыться перед клиентом, и это действительно необходимо, а когда надо *проанализировать причины*, по которым клиент настойчиво интересуется чувствами консультанта, задав вопрос типа "А почему вы спрашиваете меня об этом?" или "Какое значение это имеет для вас?";

7. самораскрытие консультанта может быть:

- *позитивным*, когда откровенность консультанта носит *характер поддержки и одобрения клиента*;

- *негативным*, когда самораскрытие и откровенность консультанта основаны на *конфронтации с клиентом* и имеют целью *показать нелогичность его поведения или неискренность клиента* по отношению к собственным чувствам и эмоциям;

8. техника самораскрытия *используется только в случае хорошего контакта с клиентом*, что обычно происходит на *поздних этапах консультирования*.

5. Техника молчания в психологическом консультировании

Техника молчания — одна из сложных и специфических техник психологического консультирования, так как *имеет две плоскости: молчание клиента и паузы в речи консультанта*, и обе эти плоскости консультант должен уметь *интерпретировать и использовать* в целях терапевтического воздействия. Паузы в речи клиента могут означать следующее:

- в начале консультирования:
 - *тревогу*;
 - *плохое самочувствие*;
 - *растерянность из-за самого факта прихода на консультацию*;
 - *обострение каких-то личных качеств*, например робости, стеснительности и т. п.;
- *сопротивление*, нежелание вести разговор дальше, уход от обсуждаемых проблем;
- *внутренний диалог*, обдумывание какого-либо решения, мысли и т. п., рефлексия;
- *возникновение у клиента инсайта* и обдумывание и осознание им этого инсайта;
- *ощущение тупиковости беседы* и *перекладывание ответственности* за ее продолжение на консультанта;
- *ожидание от консультанта активности или завершения какого-то этапа разговора*, подытоживания, резюмирования;
- *наличие серьезных, тяжелых чувств*, которые клиент не в состоянии выразить.

Консультант может использовать в своей речи паузу в таких случаях, как:

- 1- *обдумывание сказанного клиентом* и аналитическая внутренняя работа;
- 2- *формулирование важных вопросов* и интерпретаций;
- 3- *побуждение клиента к более глубокому размышлению* над проблемой, осознанию своих чувств, то есть побуждение его к внутренней активности, рефлексии;
- 4- *фрустрация клиента* с целью вовлечения его в более глубокие слои своих

проблем;

5- *побуждение клиента к внешней активности и разговору, продолжению своего рассказа;*

6- *признание у клиента права на молчание с целью формирования у него чувства собственной значимости и права быть таким, каков он есть;*

7- *естественные паузы в случае завершения консультативной встречи.*

Техника молчания имеет следующие правила применения:

- консультант должен уметь *держат* паузу, не испытывая при этом личной тревоги и не передавая ее клиенту, а также быть толерантным к тревоге клиента и не идти у него на поводу;
- консультант должен уметь *"читать"* клиента, чувствовать причины, по которым возникла пауза, и, поняв это, *вести себя соответственно качеству возникшей паузы*, например, если консультант определил, что клиент в данный момент *проживает инсайт*, ему не следует прерывать этот процесс, а если консультант замечает, что молчание клиента носит *выжидательный характер*, то ему необходимо либо прервать молчание, либо проанализировать его, направляя беседу в нужное русло;
- консультант, анализируя паузы клиента, *должен понимать их значение, и в первую очередь время, когда клиент молчит*, например в начале консультирования, или когда процесс работы идет активно и существует хороший терапевтический климат;
- консультанту необходимо *соблюдать временные ограничения* при держании паузы, так как слишком долгое молчание консультанта может привести к повышению тревожности у клиента;
- *своевременность использования консультантом паузы*, так как часто на начальных этапах консультирования, когда атмосфера доверия только формируется, клиент может почувствовать тревогу и страх из-за молчания консультанта, или же у клиента недостаточно внутренних ресурсов для принятия фрустрирующих интервенций со стороны консультанта;
- *использование консультантом молчания в его позитивном аспекте*, когда оно выражает поддержку и одобрение, а не в негативном, когда с помощью молчания невербально демонстрируется презрение и отвержение собеседника;
- консультант должен *помогать клиенту выражать свои мысли* в том случае, если молчание клиента означает затруднение, сопротивление и тревогу, используя для этого фразы типа "В каком направлении движутся ваши мысли?", "Кажется, что вы сейчас о чем-то задумались?", "Что важного для вас в этом молчании?" и т. п. или предлагая выразить то, что заставляет клиента молчать, не словами, а действиями, игрой, рисунком и т. п.

6. Техника интерпретации в психологическом консультировании

Интерпретация в психологическом консультировании понимается как такая интервенция, воздействие консультанта на клиента, при котором он пытается довести до клиента значение некоторых скрытых смыслов и озвучивает свои гипотезы о различных внешних и внутренних связях, детерминирующих и объясняющих поведение клиента, которое до этого момента им не осознавалось. Цели интерпретации зависят от того, какой материал берется для интерпретирования:

- *использование внешнего материала*, то есть интерпретация консультантом результатов различных тестов, проективных методик и т. п. и предоставление этих

интерпретаций клиенту, и *цель такой интерпретации — больше информирование клиента, чем осознание им глубинных связей и смыслов;*

- *использование внутреннего материала*, когда консультант интерпретирует интрапсихические данные клиента — его слова, мысли, чувства, поведение и т. п., выявленные в процессе консультирования, и *цель этой интерпретации — углубление осознания клиентом себя и своего внутреннего мира*, побуждение к рефлексии и изменению точек зрения на волнующие его проблемы, вопросы и т. п.

Техника интерпретации имеет следующие специфические особенности:

1) *задача интерпретации заключается в том, чтобы сделать доступным и понятным для клиента то, что раньше им не осознавалось;*

2) *интерпретация часто строится на рациональной основе*, хотя реакцией на нее может стать какая-либо эмоция клиента;

3) *специфика применения интерпретации в психологическом консультировании во многом зависит от теоретической ориентации консультанта и его отношения к данной технике:*

- *гуманистический и экзистенциальный подходы не используют интерпретаций*, чтобы не снимать с клиента ответственности за процесс консультирования, и вообще *используют эту технику достаточно редко*, так как она предполагает объяснение консультантом некоторых смыслов клиенту, и при этом не обязательно, чтобы клиент осознал и принял слова консультанта;

- *психоаналитическое направление в консультировании ставит технику интерпретации на первое место* и интерпретирует практически любые действия клиента;

- *в гештальт-терапии сам клиент побуждается к тому, чтобы самому интерпретировать свое поведение*, и таким образом ответственность остается у клиента;

- *консультант должен уметь понимать и "читать" эмоциональные реакции клиента на интерпретацию*, с тем чтобы определить, насколько верна его гипотеза и достигла ли она цели. Например, *равнодушие и незаинтересованность* клиента в том, что сказал терапевт, *может говорить о неверности выдвигаемых им гипотез*, в то время как *эмоциональная реакция подавленности, отрицания, агрессии или внешнего, надуманного равнодушия свидетельствует о правильности сделанной интерпретации;*

- *верно и вовремя сделанная интерпретация сопровождается инсайтом у клиента*, который может быть прожит прямо в консультативном пространстве, а может быть *отсрочен во времени*, что говорит о том, что консультант должен уметь ждать и не торопить события.

Эффективность интерпретации зависит от следующих факторов:

- *своевременности проведенной интерпретации*, то есть она должна быть осуществлена *не слишком рано*, чтобы клиент не закрылся от консультанта и не проигнорировал его слова, и *не слишком поздно*, когда слова консультанта уже не имеют терапевтической важности;
- *нецелесообразности ее в начале консультирования*, так как на этом этапе главным является установление доверия и контакта с клиентом, а интерпретация порой вызывает негативную реакцию клиента;
- *уровня самоуважения и образованности, а также способности к рефлексии у самого клиента*, что позволяет ему быть более чувствительным к интерпретациям консультанта и принимать их во внимание, обдумывая и анализируя;
- *не злоупотребление, а точное использование этого приема* позволяет достичь более глубокого осознания проблем, в то время как *постоянное интерпретирование клиента консультантом может вызывать лишь негативную реакцию и отторжение* любых, даже верных слов

- консультанта;
- интерпретация должна быть предложена только тогда, когда консультант обнаружил определенную логику в рассуждениях клиента и выдвинул гипотезу, объясняющую его поведение, которую теперь стремится проверить с помощью интерпретации;
 - выдвигая интерпретацию, консультант должен указать на конкретное поведение клиента, которое соответствует этой интерпретации;
 - важно обращать внимание на глубину интерпретации, то есть на то, какие слои личности и бессознательного будут затронуты и насколько клиент готов к работе на таком уровне.

Выделяют следующие виды интерпретации:

- 1) установление определенных логических связей между теми фактами и событиями, которые, на первый взгляд, совершенно не связаны между собой;
- 2) подчеркивание, акцентирование каких-либо особенностей поведения клиента, его чувств, эмоций и т. п.;
- 3) анализ и указание на способы психологической защиты и сопротивления, которые использует клиент в процессе работы;
- 4) интерпретация переноса, то есть указание клиенту на то, что некоторые чувства, которые он испытывает к консультанту, и особенности поведения с ним на самом деле обусловлены отношением не к самому консультанту, а к значимым другим, присутствующим в прошлой или настоящей жизни клиента;
- 5) нахождение связи между внешними событиями настоящего и прошлым опытом клиента;
- 6) предоставление клиенту другой точки зрения на свою проблему, чувства и т. п., которой он раньше не видел;
- 7) развенчание неверных, несостоятельных психологических установок клиента, которые были получены им от значимых других и не подвергались внутренней цензуре и анализу, а усвоились некритично.

Выделяют следующие реакции клиента на интерпретацию консультанта:

- признание интерпретации, когда клиент соглашается с выдвинутым консультантом, предположением, может иметь две стороны:
 - клиент согласился внешне и продолжает гнуть свою линию и при этом велика вероятность того, что инсайта не произошло, и то гда консультанту следует, ориентируясь на поведение клиента, либо отказаться от продолжения техники в данный конкретный момент, либо продолжить и развить интерпретацию;
 - клиент прожил инсайт либо движется к этому, пока еще не вполне осознавая то, что услышал, но желая понять это до конца, и в этом случае консультанту следует помочь клиенту в осознании смысла сказанного;
- индифферентность, то есть внешнее спокойствие и безразличие клиента может иметь две стороны:
 - интерпретация консультанта оказалась неверна, и в этом случае ему следует проанализировать ошибки;
 - клиент проявляет сопротивление и интерпретация консультанта скорее всего верна, что дает ему возможность действовать в направлении развития либо отказа от интерпретации в данный момент;
 - отвержение, когда клиент враждебно реагирует на интерпретацию либо не соглашается с ней, чаще всего означает верность сделанной консультантом интервенции и то, что затронута значимая тема, но интерпретация была сделана слишком рано либо еще не произошло инсайта;

• *горячий протест*, когда клиент проявляет явное недовольство и агрессию по отношению к сделанной консультантом интерпретации, означает, что она оказалась *правильной, но не своевременной*.

7. Техника конфронтации в психологическом консультировании

Техника конфронтации используется в психологическом консультировании на этапах *глубинной проработки проблем и конфликтов* клиента, что обычно свойственно более поздним стадиям терапии. *Конфронтация определяется как предъявление консультантом клиенту его неосознаваемых или амбивалентных установок, отношений или стереотипов поведения с целью их осознания и проработки*, когда консультант противостоит двойственному поведению клиента либо его установкам.

Цель конфронтации — демонстрация клиенту несостоятельности, двойственности его поведения, используемых им защитных механизмов и иных противоречивых фактов и феноменов его поведения, которые могут мешать нормальной адаптации личности.

Техника может использоваться в психологическом консультировании в следующих случаях:

1) противоречий в поведении клиента:

- консультант обращает внимание клиента на противоречивость его поведения, мыслей, чувств или на противоречия между демонстрируемым поведением и испытываемыми чувствами;
- целью использования конфронтации в этом случае является стремление помочь клиенту увидеть само противоречие, которое он не осознает, не осознавал раньше или не хочет осознавать в данный момент. Пример: "Вы говорите, что вам все равно, как ведет себя ваша дочь, однако сейчас вы переживаете за неё";

2) противоречий в ситуации:

- консультант обращает внимание клиента на то, что ситуация не такова, какой он пытается ее себе представить, стремясь удовлетворить свои потребности или сохранить чувство безопасности;
- цель использования конфронтации — осознание клиентом неадекватности его восприятия проблемы или ситуации, которая его беспокоит, и формирование адекватного взгляда. Пример: "Вы недовольны тем, что муж: всегда в командировках, но ведь это вы настаивали на том, чтобы он нашел более оплачиваемую работу";

3) уклонение клиента от обсуждения каких-либо важных вопросов и тем:

- консультант обращает внимание клиента на его уклонение и нежелание обсуждать важные, значимые или болезненные для него темы, вопросы, события и т. п.;
- цель конфронтации — подведение клиента к осознанию используемых им механизмов защиты, а также погружение клиента для работы с более глубокими слоями его личности.

Пример: "Вы сказали, что хотите поговорить о чем-то важном, но вот уже полчаса рассказываете о каких-то пустяках".

Существуют следующие правила применения техники конфронтации

А) конфронтацию нельзя применять на ранних этапах консультирования, так как уровень доверия между консультантом и клиентом еще недостаточно глубок, и поэтому такая интервенция консультанта может быть не воспринята клиентом и вызовет негативные чувства;

Б) конфронтация применима только тогда, когда клиент уверен в том, что консультант заботится о нем и понимает его;

В) консультант должен понимать целесообразность и своевременность использования конфронтации, а также осознавать свои мотивы;

Г) высказывание консультанта должно быть тщательно подготовлено и обдуманно, он должен взвесить все плюсы и минусы применения конфронтации;

Д) нельзя использовать конфронтацию для "наказания" клиента за какие-то неудовлетворительные поступки или выражать таким образом свое недовольство клиентом и враждебность по отношению к нему;

Е) нельзя разрушать механизмы защиты клиента, если у клиента нет внутренней готовности к этому, конфронтация должна быть направлена на осознание этих механизмов, а не на их разрушение;

Ж) нельзя использовать конфронтацию слишком часто, так как это может подорвать доверие клиента и разрушить терапевтический контакт;

З) конфронтация не должна быть агрессивной или категоричной, консультант должен уметь интонационно правильно выразить свою мысль, не ущемляя и не унижая при этом клиента, используя фразы типа "мне кажется" или "обратите ваше внимание на то, что...".

8. Техника рефреминга в психологическом консультировании

Под **рефремингом** в психологическом консультировании понимается такое переформулирование консультантом проблемы клиента, при которой происходит расширение понимания проблемы и изменение отношения к ней. Понятие рефреминга как метода работы с проблематикой клиента было разработано в нейро-лингвистическом программировании (НЛП). Метод рефреминга имеет следующие характеристики:

- всегда тесно связан с оцениванием человеком себя или другого, ситуации, проблемы, конфликта и т. п., и под оцениванием понимается способность человека помещать некие факты, события или объекты в определенный контекст, или рамку;
- человек субъективно относится к явлениям и событиям окружающего мира, а любое происходящее событие многоаспектно и предполагает множественность описания с разных точек зрения;
- терапевтический эффект этого метода работы построен на положении о том, что смысл любого события зависит от того, в какую рамку оно помещено;
- изменение рамки события автоматически приводит к изменению его смысла для человека и, как следствие, к изменению в поведении или установках;
- любое явление, ситуация, проблема клиента могут иметь как отрицательный аспект, с которым клиент обратился к психологу, так и положительный, который клиент просто не видит, и задачей консультанта становится повернуть видение проблемы от отрицательного к положительному аспекту, когда ранее неблагоприятная ситуация приобретает положительное значение и у клиента формируется ресурсное состояние личности;
- рефреминг обеспечивает нахождение позитивного смысла любых событий;
- целью рефреминга является поиск такой рамки, в которой поведение, ситуация, установка и т. п. будут для клиента более адаптивными;
- многие конфликты во взаимодействии с окружающими людьми могут быть обусловлены различными точками зрения на одну и ту же проблему, и использование рефреминга может существенно помочь в разрешении такой проблемы, подобрав нужную "рамку" и изменив отношение к ситуации.

Выделяют два вида рефремингов:

1) рефреминг контекста, который ориентирован на изменение смысла того или иного явления в зависимости от контекста, в котором это явление рассматривается. Например, изменение полярности в ситуации

самообвинений клиента и недовольства им каким-нибудь своим качеством, с отрицательной полярности на положительную в зависимости от той ситуации, в которой клиент будет проявлять это качество. В случае применения рефреминга контекста происходит увеличение гибкости поведения и установок клиента, когда он понимает, что такое, например, качество, как педантичность или пунктуальность, ценно на работе, но может при этом приводить к конфликтам в семейной жизни;

2)рефреминг содержания, который ориентирован на изменение поведения и реакций клиента в зависимости от контекста через формирование гибкости восприятия. Например, в случае, когда у клиента есть определенный паттерн поведения как реакция на чьи-либо действия и слова, рефреминг строится таким образом, чтобы помочь ему увидеть позитивную сторону действий другого человека и проанализировать, какой еще смысл, кроме привычного для клиента, могут эти действия означать.

Существуют следующие способы построения рефремингов:

А) для рефреминга контекста можно использовать вопросы типа "Когда такое ваше качество могло бы быть вам полезным (вредным)!", "Какие выгоды вы можете получить от наличия у вас этого качества?", "Что ценного вы потеряете, если это качество у вас отнимут?";

Б) для рефреминга содержания можно использовать вопрос типа "А какую еще информацию может содержать это высказывание (поведение)?", "Какова позитивная направленность этого поведения?";

В) классический вариант рефреминга, основанный на вопросе "А что ты хочешь вместо этого?", то есть вместо проблемы происходит постановка цели;

Г) техника "чудодейственного вопроса", предполагающая:

. первый этап — выяснение того, что хочет клиент вместо своей проблемы, чего ему не хватает сейчас, причем консультант должен добиться от клиента описания мельчайших деталей ситуации, когда проблема решена;

. второй этап — выяснение того, можно ли все им описанное и представленное добавить в его нынешнюю жизнь;

Д) вопросы для клиентов с прозаическим типом общения (не на уровне представления каких-то чудес), должны строиться на тех реальных событиях, которые происходили в прошлом или нынешнем опыте клиента и имели и имеют отношение к его проблеме с точки зрения ресурсности. Например, выяснение того, как клиент может делать и говорить что-то по-другому, не таким способом, который является для него неадаптивным. То есть необходим поиск ресурсности в опыте клиента и опора на нее при переформулировании;

Е) использование других характеристик для построения рефреминга:

- юмора: "Если бы эта ситуация была смешной, над чем бы ты посмеялся?";
 - временных аспектов: "Как бы ты решил эту проблему, если бы был на 10 лет старше (моложе)?";
 - принципа противоположности и ухудшения: "Что бы ты сделал, сказал, почувствовал, если бы столкнулся с противоположной проблемой?", "Если бы было хуже чем сейчас, что бы это было?"

9. Метафоры в психологическом консультировании

Под **метафорой** в психологическом консультировании понимается способ метафорической репрезентации (выражения) проблемы, опыта, личности самого клиента с целью их терапевтической проработки. Под терапией с помощью метафор понимается использование терапевтической истории, которая может быть составлена как консультантом, так и клиентом или стать результатом их совместного творчества и при

этом обладающей важным качеством: в этой истории содержатся советы или поучительные сообщения о способах решения какой-то специфической проблемы. Метафора имеет следующие характеристики:

- представляет собой иносказательный вариант презентации психологических затруднений и способов их разрешения;
- рассматривается как способ решения психологической проблемы через термины, принадлежащие другой области;
- используется и как разовый терапевтический прием, и как устойчивый образ, сопровождающий весь процесс психотерапии;
- ориентирована в первую очередь на бессознательное клиента;
- связана с механизмами идентификации и ассоциации, когда клиент идентифицирует себя с героем метафоры, и ситуация, рассказанная в метафоре, имеет ассоциативную связь с реальной проблемой или затруднением клиента, то есть с его опытом;
- может успешно использоваться как в работе со взрослыми клиентами, так и в коррекционной работе с детьми, причем в последнем случае применение специальных детских психотерапевтических сказок может существенно повысить эффективность коррекционного воздействия, так как у детей гораздо лучше развито воображение и они очень восприимчивы к такого рода воздействию;
- отличается по следующим видовым признакам:
 - уже существующая история (сказка, новелла, притча, созданная в культуре), которая имеет ряд сходных признаков с проблемой клиента;
 - созданная конкретно для этого клиента исходя из специфики его проблематики и жизненной ситуации.

Выделяются следующие функции метафоры:

- снижает влияние привычной предметной определенности мира, его причинно-следственной взаимосвязи;
- снимает привычные внешние ограничения, которые каким-то образом могли влиять на восприятие и мышление клиента;
- расширяет восприятие клиентом своих затруднений, так как, имея ряд сходств с предъявляемой проблемой, демонстрирует клиенту относительность страдания и снижает значимость привычных паттернов долженствования снимает запрет на выражение клиентом агрессивных, негативных чувств, заблокированных ранее чувством вины, тревожностью и т. п., так как позволяет сделать это в метафорической форме;
- имеет диагностическую функцию: часто клиент сам использует метафору, образ или какое-либо метафорическое сравнение, чтобы выразить беспокоящее его переживание, ситуацию, проблему и т. п., и консультанту в этом случае необходимо уточнить и понять значение этого образа;
- метафора выступает как средство изменения идей и убеждений клиента и способ воздействия на его поведение.

Виды метафор. Ситуации применения

Мир метафор прекрасен, разнообразен, многомерен. Однако, если продолжать препарировать ткань бытия, то из уровня словесной реальности можно выделить следующие виды метафор: пословицы и поговорки, истории, анекдоты, притчи, легенды, сказки, поэзия.

Пословицы и поговорки - краткие, ритмически организованные, устойчивые в речи, образные изречения. Употребляются в переносном значении. В основе часто лежит метафора.

Пословицы представляют собой афористически сжатое выражение какой-либо грани опыта, имеющего некий обобщенный поучительный смысл («Без туда не вынешь рыбку из пруда», «Время — самый честный человек»).

Поговорки, в отличие от пословиц, всегда одночленны, представляют собой часть суждения и обычно лишены обобщающего поучительного смысла («Семь пятниц на неделе»).

Применение пословиц и поговорок уместно, когда ситуация требует преподнесения клиенту в качестве иллюстрации некой общепризнанной аксиомы.

Истории — яркое, живое изображение неких реально происшедших событий с целью осмысления их значения. Истории могут быть рассказаны от первого лица, повествуя о событиях личной жизни рассказчика или от третьего (прием «кавычек»).

Например. «Однажды, не знаю, почему мне вспомнилась эта история, я был в некоем городе и также волновался, как сейчас, наверно, волнуетесь Вы. Мне предстояла встреча с неизвестным мне человеком, и исход нашей встречи мог повлиять на всю мою дальнейшую жизнь...» Или: «Один мой знакомый однажды оказался ...» Или.

«Некоторое время назад со мной произошло странное происшествие. В это трудно поверить, я и сам уже почти не верю, что это было на самом деле. ...Неожиданно для себя я оказался посередине комнаты и с легким удивлением осмотрел спящих детей и себя, сидящего в кресле. Вспомнив сон, в котором я пытался взлететь, но меня не пускали некие бесплотные, трепетные существа, похожие на призраков, какими их описывают в средневековых романах, я решил воспользоваться случаем и попробовать взлететь теперь. Приняв позу для медитации и воздев руки к небесам, точнее к тому месту, в котором они должны были находиться, по моему предположению, я почувствовал центр силы и...

...И приподнялся над полом сантиметров на пятнадцать. Но дальше меня опять не пустили. Чуть раздосадованный, но не отчаявшийся, я опустился на ковер с твердым намерением взлететь, но шаркающие шаги супруги за стеной заставили меня вернуться в тело.

Поворочавшись какое-то время и решив, что бес приключений не получил свое, я вновь покинул то, что служит, по утверждению философов, главным доказательством нашего существования на земле, и переместился в комнату, которая принадлежит, как уверяют нас поэты, лучшей моей половине.

Слабо горел ночник. Жена спала. Посередине комнаты плавало прекрасное, утопающее в зелени, королевство. «Это ее мечты», — понял я, и мне стало грустно.

Анекдот. В современном языке употребляется в своем втором значении, как краткий устный рассказ шуточного или сатирического характера, некая юмористическая притча. В силу своей специфической окраски может быть рассказан с двойной целью: разрядить атмосферу и сообщить некую информацию клиенту, важную с точки зрения консультанта.

Например: «Приходит как-то Петька к Василию Ивановичу и спрашивает: «Василий Иванович, ты все знаешь, скажи мне, кто такая женщина?» Почесал Василий Иванович затылок, трубочкой затянулся, задумался крепко, но ответил все же таки: «Бабы, они всякие бываю, Петька, но думается мне, что женщина — любовь в поисках мудрости». «Да...— задумчиво протянул Петька, - далеко Анке до женщины».

Притчи — относительно краткие, афористичные рассказы дидакто-аллегорического жанра, отличающиеся тяготением к глубинной «премудрости» религиозного или моралистического порядка.

Спецификой поэтики притч является отсутствие описательности. Главные герои замкнутые в рамки определенных комбинаций душевных черт предстают не как объекты художественного наблюдения, но как субъекты этического выбора. Притчи —

универсальное явление мирового фольклора и литературного творчества (Ветхий завет, сирийские «Поучения Ахикара»).

Например. Однажды к мудрецу пришел юноша. Он проделал долгий путь, чтобы найти ответы на свои вопросы, но никто не мог сказать нечто такое, что удовлетворило бы его любопытство. Этот мудрец был последней его надеждой, ибо, как говорили люди, никто, кроме него не знал тайну тайн, позволяющую знать все. И вот на рассвете, с трепетом в сердце, он приблизился к жилищу и постучал в дверь. Но никто не открыл. Он подождал некоторое время и снова постучал. Его душа наполнилась смятением: он не знал, стучать ли ему или ждать. Но желание познания одержало победу, и он снова, стараясь быть почтительным, постучал. И снова ничего не произошло. И теперь уже страх опутал его душу: страх сомнения — есть ли за этой дверью мудрец, о встрече с которым он так мечтал, и страх сомнения в себе — имеет ли он право так настойчиво добиваться, чтобы почтеннейший уделил ему, ничтожному, время. И был полдень, и наступил вечер, а юноше все пребывал между страхом и сомнением. И подул ветер, предвещающий ночь, и неожиданно на пороге возник седой человек.

— Что ты делаешь" здесь, о, юноша? — удивленно спросил он.

— Я стучал в дверь, чтобы задать вам вопросы, на которые хочу знать ответы.

Мудрец внимательно посмотрел на него и с улыбкой сказал:

— А известно ли тебе, что ЭТУ дверь, никогда не закрывали?

Легенды — устные рассказы, в основе которых лежит чудо, фантастический образ или представление, преподносимые как достоверные. В отличие от преданий легенды всегда фантастичны по содержанию, от притч их отличает обилие деталей. В современном обиходном значении легендами часто называют, независимо от жанра, произведения, отличающиеся поэтичностью и «сверхестественным» вымыслом и одновременно претендующие на достоверность в прошлом.

Например.

ОН жил в старом заброшенном замке. Жил давно. Так давно, что даже потерял счет дням, неделям, месяцам. Паутинки осени покрыли его лицо и душу, и никто, из тех с кем он дрался, дружил, спорил в былые времена, не узнал бы в нем того, кем он был еще совсем недавно.

«Да, все течет, все изменяется, — думал Он, глядя в окно на медленно кружащиеся листья, — ничто не вечно». Эти, и подобные этим, далеко не оригинальные мысли посещали его все чаще и чаще. Они приползали, шурша воспоминаниями и оставляя после себя на губах вкус запоздалого раскаянья.

Старый, измученный человек, он сознательно укрылся от всех и вся там, куда забыли дорогу даже дикие звери и только солнце и ветер вносили поверхностные изменения в обрамление неизменной картины, которой был он сам.

Но сегодня Он решил, не полагаясь более на внешние силы, внести изменения в установившемся вневременном порядке. Сегодня - Он вышел из замка. Даже беспутный ветер, увидев его, идущего по извилистой тропинке сада, замер на секунду от удивления, а затем, придя в себя, радостно взъерошил ему волосы, растрепал одежды, разогнал облака. Но Он ничего не заметил, и ветер, обиженный, забился в куст дикой розы.

Так было всегда: ничто не имело значения, кроме его цели. Сегодня его целью было озеро. Он шел к нему, чтобы исполнить Волю. Свою Волю.

Озеро... Когда-то оно было бирюзой в янтарной оправе небес. Теперь - черное, с сумрачным лесом по берегам, оно напоминало потайную дверь в темницу Персефоны.

Темная глубина. Глубина тьмы. Он осторожно вошел в озеро, и воды сомкнулись над ним...

...Он проснулся в своей постели и долго не мог понять: где он?

В окно пробивался слабый рассвет. Серый дождь брошенным котенком несмело скребся в окно. Соседка наверху уже шаркала старыми туфлями, собирая мужа на работу. В ванной капала вода из крана. И все эти привычные звуки, шорохи, всхлипы вернули, наконец-то, его в реальность. Он облегченно вздохнул и ...

...Он жил в старом заброшенном замке. Жил давно...

Сказки от других видов художественного, эпоса отличаются тем, что их изначально воспринимают как вымысел, игру фантазии. Однако под этими пестрыми одеждами всегда скрыта некая истина, в донесении которой до сознания внимающих и есть предназначение сказки.

Например.

Жил-был Шива. И он не знал, что он Шива, он думал, что он Чернокнижник. И жила-была Маленькая Ведьма, которая не знала, что она Принцесса. И чтобы заклятье спало, они должны были встретиться и узнать друг друга, потому что можно встречаться не зная и зная не встречаясь.

И однажды случилось то, что не было записано в Книге Судеб, но было начертано в Небе полетом Комет: они вспомнили друг друга и перенеслись в Иной Мир.

Шива и Принцесса почувствовали истинность и красоту Иного Мира, но они не знали как жить в нем и иногда из Иного Мира соскальзывали или в мир Маленькой Ведьмы, или мир Чернокнижника, потому что у каждого из них сохранилась дорога в мир Теней. И я не знаю, какие тени были у Шивы, возможно, их тени были похожи, но тени Маленькой Ведьмы вселяли в нее страх. И этот страх был настолько велик, что, когда он овладевал ею, она почти теряла себя и готова была бежать на край Света. (А мы знаем, что это именно то место, где находится Мир Теней.)

И Шиве было неуютно в мире Маленькой Ведьмы, потому что, чтобы защищаться от страхов и того, что они приносят, она построила вокруг него прочную ограду, а ему, из мира Чернокнижника, казалось, что она защищается от него.

И Принцессе было не по себе в мире Чернокнижника. Он, чтобы прогонять страхи, все время старался держать двери открытыми, и она, из мира Маленькой Ведьмы, особенно остро начинала ощущать себя беззащитной.

И тогда они просто сели напротив друг друга: Шива и Принцесса. И теперь они могли видеть друг друга, но между ними была стеклянная стена. И чтобы встретиться, кто-то из них должен был пройти через Мир Теней, чтобы попасть в мир другого.

«Что сделать, чтобы эта стена исчезла навсегда?» — думали они, но не находили ответа.

И неизвестно как долго бы это продолжалось, если бы рядом не возник Мерлин. Он открыл Книгу Тайн и прочел вслух, ни к кому конкретно не обращаясь, а значит, обращаясь к тому, кто способен слышать и понимать:

«...необходимо закрыть дверь в Мир Теней, ибо только так можно видеть истину, не затененную игрой теней, и поверить, ибо Вера есть единственное необходимое доказательство истины. Ибо только Вера открывает замки, убирает преграды и возвращает к жизни. И каждому воздается по Вере, и если вы не поверите мне сейчас, то исчезнете, и если не мгновенно, то некоторое время спустя, но уже навсегда, в бесконечных переплетениях пространств и времен...»

Странно устроен мир. Сокровенное знание всегда находится рядом с нами, но, чтобы постигнуть его, иногда не хватает всей жизни этого мира...

Он и Она смотрели друг на друга постепенно ощущая во всей полноте, что все, что вокруг, они создают сами: имена, стены, тени или свет, радость, небо. Но все это не важно. Единственно важное в этом мире — это их осознание истинности чуда, происходящего между ними, которое называется — **МЫ**.

Поэзия — стихотворные произведения, в отличие от прозы специально организованные при помощи рифмы и ритма. Представляют собой квинтэссенцию некой грани жизненного опыта в метафорическом воплощении, благодаря чему могут

преодолевать как культурно-исторические, так и временные ограничения. Практически безукоризненно вписываются в любую картину мира.

Расстоянья страницами писем
Разделяют пространства времен,
Разбивая осколками память,
Отливают малиновый звон.
Переливы рассветов в закаты
Волной света разрежут восток
И сливаются берег и море
Поцелуя даря лепесток.

Мы помним все.
Но ничего не зная
Завбеньем кубок наполняя
Нектар пьем бытия.
И перекрестков тень слоится,
Душа мечтою не томится.
Кружа подстреленною птицей
Над бездною времен.
Судьба молчит напев играя
Свирелью к миру приникая
Спираль мелодии даря
И тем творя сама себя.

Применять метафоры в рамках консультативного процесса желательно разумно, не злоупотребляя ими и учитывая особенности личности клиента.

К основным ситуациям, в которых уместно использование метафор, можно отнести следующие:

- 1) когда возникает необходимость напомнить клиенту об имеющихся у него ресурсах;
- 2) для поиска новых ресурсов;
- 3) предложение решения проблемы;
- 4) структурирование общения (установление иерархии)
- 5) снятие барьеров в общении (сопротивление, страх);
- 6) разрушение ограничивающих убеждений

В психологическом консультировании метафоры могут использоваться в различных целях. Существует следующая классификация видов метафор:

- ресурсные;
- встроенные;
- поведения;
- эмоциональные;
- эриксоновский транс.

1. Ресурсные метафоры представляют собой такие образы внутри или вне сознания клиента, которые помогают создать ресурсность его личности, способствующую как решению какой-то конкретной проблемы или конфликта, так и усилению личности в целом. Формирование ресурсной метафоры предполагает:

- знание консультантом индивидуального позитивного (ресурсного) опыта клиента, так как метафора формируется именно на прошлом личном опыте клиента;
- обращение к детству клиента и ресурсным воспоминаниям из детства (это

- может быть игра в песок на море и т. п.);
- *использование для построения метафоры ведущих модальностей клиента;*
- *если ресурсная метафора ориентирована на расширение сознания клиента и увеличение способов его восприятия мира, то консультант может использовать все три модальности и строить визуальные, аудиальные и кинестетические образы;*
- *создание атмосферы безопасности, которая позволила бы клиенту расслабиться и насладиться образами;*
- *подведение клиента к легкому трансу, предполагающему релаксацию, расслабление и успокоение, используя следующие приемы:*
 - *владение своим голосом, его тембром, спокойствие, небыстрая речь, отсутствие резких интонаций и т. п.;*
 - *использование специальных речевых конструкций;*
 - *использование специальной релаксационной музыки;*
 - *удобное кресло или кушетка для клиента;*
 - *работа с дыханием клиента.*

2. Встроенные метафоры предполагают внесение ресурсности внутри консультационного диалога и помогают расширению взгляда клиента на его проблему. Суть встроенных метафор заключается в том, что консультант с помощью внесения какого-либо образа, рассказа, притчи или истории *помогает клиенту увидеть и другие — позитивные — стороны своей проблемы или понять истинную причину затруднения и найти решение. Формирование встроенной метафоры предполагает:*

- *максимально точное соответствие метафоры (сказки, истории, притчи и т. п.) проблематике клиента, иначе цель — расширение взгляда на проблему — не будет достигнута;*
- *более простые способы внедрения метафоры, не предполагающие введения клиента в состояние легкого транса;*
- *построение метафоры в атмосфере безопасности и доверия со стороны клиента.*

3. Метафоры поведения представляют собой "рецепты" решения проблемы или конфликта на "примере других", когда консультант в форме сказки или притчи рассказывает о том, как похожая на проблему клиента ситуация была успешно разрешена. Построение метафоры поведения имеет следующие правила:

- *история, которую рассказывает консультант, должна полностью соответствовать индивидуальным особенностям клиента: черты личности героя, специфика проблемной ситуации и сопутствующие ей явления, поведение героя и т. п. должны совпадать с соответствующими особенностями клиента;*
- *подчеркивать связь между событиями в истории и реальностью клиента необходимо очень тонко, не нарушая представлений клиента о себе как об уникальном феномене, имеющем уникальные особенности и проблемы. Можно использовать фразы типа: "Возможно, ваша ситуация несколько отличается от рассказанного мною, но...";*
- *запрещено давать открытые, прямые советы, облекая их в форму типа "Один мой друг (клиент) решил эту проблему вот так, и у него все получилось, поэтому вам следует попробовать», а необходимо в первую очередь создать у клиента положительную мотивацию для решения проблемы.*

4. Эмоциональные метафоры представляют собой описание физиологического и эмоционального состояния героя в момент переживаний и помогают клиенту понять свои чувства и эмоции. Существуют следующие правила при построении эмоциональной метафоры:

- *вначале описываются негативные состояния и ощущения героя, возникшие при каком-либо переживании или в результате какой-либо ситуации, то есть что он чувствовал, что видел, ощущал и слышал в этот момент;*

- далее происходит *переход в описании от негативных состояний к позитивным*, также через подробный рассказ обо всех трех модальностях, и закрепление позитивных ощущений в концеразказа;
- усиление метафоры может достигаться через описание природных явлений в соответствии с тем же принципом перехода от негативных к позитивным явлениям.

Метафора при правильном ее построении и использовании *может стать очень мощным средством психотерапевтического воздействия*, так как она ориентирована на бессознательные слои личности клиента. В то же время неумелое и неправильное использование этого приема *может привести к негативным результатам консультирования и утрате доверия клиента к консультанту*. Существуют следующие правила построения метафор:

1) консультанту, чтобы найти или создать наиболее эффективную метафору, *необходимо понять картину мира клиента*, определить, как клиент видит, слышит и ощущает окружающий мир, то есть понять специфику работы его модальностей, *какие способы реагирования он использует* и т. п.;

2) консультант при подборе материала для построения метафоры должен быть уверен в ресурсности этого материала для данного конкретного клиента, так как для разных людей одно и то же явление может нести противоположные эмоции. Например, у одного клиента могут быть связаны с водой *положительные, ресурсные воспоминания*, а у другого — *отрицательные и травмирующие*, так как этот клиент мог оказаться в ситуации переживания смерти себя или близкого человека, которая была связана с водой (море, озеро, река);

3) для построения метафоры любого характера (ресурсная, поведенческая, эмоциональная и т. п.) консультант *может использовать различные сказки, притчи, истории, новеллы, мифы и т. п., ориентируясь при этом на мировую культуру и литературу*, а также используя опыт психотерапии в этой области, в русле которой создано множество психотерапевтических сказок и притч.

При построении метафоры консультант должен следовать определенной схеме, включающей в себя следующие шаги:

- этап анализа запроса клиента;
- этап выбора персонажей, имеющих проблемную ситуацию, схожую с проблематикой клиента, и вступающих в аналогичные реальным взаимодействия;
- этап кульминации действия, когда проигрывается конфликтная составляющая реальной ситуации и подчеркивается безвыходность последней;
- заключительный этап, в котором формируется выход из проблемной ситуации, что должно нацелить клиента на решение своей реальной проблемы. Заключительный этап должен соответствовать следующим требованиям:

1) выход из сложившейся проблемной ситуации в метафоре должен быть похожим на то поведение, которое демонстрирует клиент в других ситуациях, то есть должен соблюдаться принцип невнесения советов и веры в то, что клиент сам знает решение;

2) рекомендации, выраженные в метафорической форме, должны иметь очень обобщенный характер, чтобы клиент мог воспользоваться своим уникальным опытом и средствами в решении проблемной ситуации;

3) выход из проблемной ситуации, описанный в метафоре, в большей степени должен побуждать клиента к решению проблемы через формирование оптимистического взгляда на сложившуюся ситуацию и видение ее возможного позитивного исхода, чем предлагать какой-то конкретный способ решения.

10 Межличностное давление в психологическом консультировании

Когда говорят об этом измерении беседы, то имеют в виду те способы, которыми один человек может влиять на другого так, чтобы тот при этом чувствовал, думал, говорил или действовал по-другому.

Дж. Бьюдженталь [2001, с.76] полагает, что давление, которое мы используем в общении с кем-то, является показателем значимости для нас этого человека. У нас нет намерения, как-то повлиять на человека лишь тогда, когда мы к нему равнодушны.

Дж. Бьюдженталь [2001] создал своеобразную классификацию форм давления от самых слабых и незаметных до наиболее интенсивных, назвав ее клавиатурой межличностного давления. Он выделил в ней четыре основные октавы:

- | | |
|------|-------------------|
| I. | Слушание. |
| II. | Руководство. |
| III. | Инструктирование. |
| IV. | Требование. |

Рассмотрим теперь поподробнее каждую из этих октав:

I. Слушание. Давление на клиента здесь заключено в следующих элементах ситуации:

☞ *Скрытое послание специалиста, осуществляющего воздействие:* «Мне интересно то, что ты хотел бы сказать. Я пытаюсь понять это полностью. Я принимаю сейчас твои слова без того, чтобы обязательно согласиться или не согласиться. Просто скажи все это так, как ты хочешь».

☞ *Соотношение количества высказываний:* клиента побуждают говорить значительно больше, чем говорит психолог. Последний в основном старается поддержать наиболее полное самовыражение клиента и редко привносит в разговор свои собственные взгляды и размышления.

☞ *Ориентация на субъективность.* Клиент с подачи психолога сам определяет насколько глубоко ему погружаться в субъективное, хотя и психолог может выборочно подкреплять возникающие моменты погружения.

☞ *Избегание психологом открытых убеждений,* что демонстрирует признание за клиентом права на свободу продолжать то, что он избрал.

☞ *Роль, которую принимает на себя психолог.* Сущность этой роли заключается в том, чтобы:

- Стимулировать самовыражение клиента, добиваться, чтобы оно было как можно более подробным.
- Показывать искреннее принятие права клиента на собственные взгляды.
- Показывать искреннее принятие права клиента на получение такой информации и составление о себе такого впечатления, которые могли бы быть полезными на других этапах работы.

Вот конкретные приемы работы в рамках октавы «Слушание» расположенные по мере нарастания содержащегося в них давления:

1. *Молчание.* Консультант не говорит, но всем своим поведением старается передать принятие и понимание, которые должны помочь самовыражению клиента.

2. *Наведение мостов.* Это звуки, которые консультант произносит, когда он внимательно слушает и которые дают говорящему понять, что его поддерживают: «Угу», «Ммм», «Я понимаю», «Да» (не как ответ на вопрос).

3. *Перефразирование.* Психолог возвращает клиенту некоторые из его последних высказываний, перефразируя их, чтобы помочь клиенту лучше услышать себя.

4. *Подведение итога.* Психолог сводит воедино несколько связанных предложений из того, что рассказал клиент, и возвращает клиенту результат, чтобы продемонстрировать понимание.

5. *Побуждение говорить.* Психолог произносит общие подбадривающие комментарии, которые побуждают собеседника продолжить процесс. Например: «Я понимаю Вас, Вы выражаетесь отчетливо и ясно».

6. *Отражение очевидного.* Консультант понятными словами выражает чувства и отношения клиента, которые были видны в его поведении, но до последнего момента лишь подразумевались, а не выражались явно. Речь идет лишь о тех переживаниях, которые проявляются настолько явственно, что клиент с готовностью признает их, если консультант о них заговорил.

7. *Предложение расширить высказывание.* Психолог обращается к тому, что клиент уже затронул в разговоре, и просит клиента больше рассказать по этой теме или об этом чувстве.

8. *Открытые вопросы* – вопросы, которые почти не ограничивают ответ клиента. Например: «Скажите, о чем Вы думали с тех пор, как мы с Вами разговаривали в последний раз?».

II. Руководство. Давление на клиента здесь заключено в следующих элементах ситуации:

☞ *Скрытое послание специалиста, осуществляющего воздействие:* «Я хочу, чтобы ты рассказал мне о том, что заботит тебя, о чем ты хочешь, чтобы я знал. Ты будешь вести наш разговор, но я буду время от времени делать предложения относительно того, как это будет происходить».

☞ *Соотношение количества высказываний.* Чем чаще происходят вмешательства консультанта, тем выше давление независимо от формы вмешательства.

☞ *Стимулирование субъективности* клиента с помощью самораскрытия психолога-консультанта. Самораскрытие психолога допускается только с этой целью.

☞ *Открытое убеждение:* усилия психолога повлиять здесь являются относительно мягкими и отчетливо связанными с тем, что уже предоставил клиент.

☞ *Роль, которую принимает на себя психолог:*

▪ Искренний интерес к тому, что хочет сказать клиент.

▪ Руководящие высказывания, чтобы углубить и расширить этот отчет.

Вот конкретные приемы работы в рамках октавы «Руководство» расположенные по мере нарастания содержащегося в них давления:

1. *Открытые вопросы.* Та же самая форма работы, что описана в конце октавы «Слушание».

2. *Выбор части.* Специалист выбирает из того, что говорит клиент, один из аспектов, требующий дальнейшей проработки.

3. *Фактическое информирование.* Психолог дает клиенту, информацию, которая имеет отношение к тому, что он сказал, но прямо не говорит о том, что клиент должен делать с этой информацией.

4. *Непосредственное структурирование.* Структурирование – это такие высказывания, в которых психолог предлагает способ использования самого разговора. Непосредственное структурирование относится к тому, что происходит в момент, когда делается предложение.

5. *Равноценные альтернативы.* Психолог выделяет открытые для клиента возможности, не выдвигая аргументы в пользу какой-либо из них.

6. *Общее структурирование.* Психолог предлагает способ использования всей консультации или даже нескольких.

7. *Предложение тем.* Психолог предлагает тему, которую клиент, может быть, хочет обсудить.

8. *Мягко сфокусированные вопросы.* Это такие вопросы, в которых на то, что можно считать приемлемым ответом, накладываются некоторые ограничения. Например: «Какими были Ваши сестры, когда Вы были молоды?»

III. Инструктирование. Давление на клиента здесь заключено в следующих элементах ситуации:

☞ *Скрытое послание специалиста, осуществляющего воздействие:* «Я хочу, чтобы ты усвоил некоторые **объективные** и важные моменты, которые имеют отношение к тому, о чем мы уже говорили».

☞ *Соотношение количества высказываний.* Интенсивное вмешательство психолога перемежается с переходами на первую и вторую октавы. Конкретное соотношение зависит от личностного стиля и теоретической ориентации.

☞ *Отношение к субъективности.* В своем собственном вмешательстве психолог, в основном, полагается на субъективное, но в том, что он стремится получить от клиента, психолог сосредоточен, прежде всего, на субъективном. Субъективное – внутренняя, особая, интимная реальность, в которой мы живем максимально подлинно: образы восприятия, мысли, чувства, эмоции, ценности и предпочтения, предвидения и опасения, фантазии и сны.

☞ *Открытое убеждение.* Усилия психолога проявляются в том, **что** он говорит, и в том, **как** он говорит. Доказательства и объективная информация используются для того, чтобы «подтолкнуть» клиента к чувствам и мыслям, словам и действиям, которых иначе не добиться.

☞ *Роль, которую принимает на себя психолог:* учит, указывает и использует авторитет знаний и своей позиции. Эти действия направлены на то, чтобы добиться от клиента понимания и сотрудничества, причем не только такого, которое возникает в обычном общении между людьми, но и такого, которое, по крайней мере, имплицитно, включает профессиональную роль психолога.

Вот конкретные приемы работы в рамках октавы «Инструктирование» расположенные по мере нарастания содержащегося в них давления:

1. *Мягко сфокусированные вопросы.* Это совпадает с высшей ступенью октавы «Руководство».

2. *Рациональные советы.* Психолог обращается к здравому смыслу, профессиональной информации или специальным знаниям клиента, чтобы усилить некоторые предложения или указания.

3. *Поддержка.* Психолог, отказываясь от относительно нейтральной позиции, типичной для октав слушания и руководства, ясно выражает свое суждение по некоторому вопросу. Однако, эта аргументация здесь объективная и рациональная, а не личностная и эмоциональная.

4. *Разубеждение.* Более жесткое продолжение предыдущего приема.

5. *Обучение.* Психолог старается помочь клиенту освоить информацию, умения, навыки, понять новые перспективы или что-либо подобное.

6. *Неравноценные альтернативы.* Хотя у клиента есть разные возможности, при этой форме давления психолог ясно показывает, что в данном случае он отдает предпочтение одной из них.

7. *Указания.* Психолог дает клиенту указания, назначения или информацию, которая призывает к некоторым действиям.

8. *Узкие вопросы.* Это такие вопросы, в которых психолог четко определяет, что ему подойдет в виде ответа. Например: «У Вас заметно изменилось выражение лица, - что сейчас произошло?».

IV. Требование. Давление на клиента здесь заключено в следующих элементах ситуации:

☞ *Скрытое послание специалиста, осуществляющего воздействие:* «Я намерен убедить тебя – или, если это необходимо и возможно, заставить тебя – некоторым образом изменить то, что я считаю важным. Для этого я применю все силы, которые смогу привлечь».

☞ *Соотношение количества высказываний:* широко варьирует, включая те случаи, в которых психолог «захватывает» почти всю сессию, и случаи, в которых он делает лишь редкие, (но чрезвычайно веские) интервенции.

☞ *Отношение к субъективности:* психолог честно, но избирательно говорит о своих чувствах, эмоциях, ценностях и суждениях. Он готов взять на себя ответственность за это и использует этот ресурс осмысленно. Фактически, суть этой октавы состоит в мобилизации субъективности психолога. В крайних случаях при этом возможно и даже несколько упустить из вида чувства и точку зрения клиента.

☞ *Открытое убеждение.* Это и есть суть данной октавы. Слово «открытое» упоминается здесь к тому, что если психолог использует свои собственные ценности, эмоции и суждения, но претендует на то, что они объективно обоснованы, может возникнуть ситуация предательства клиента. Психолог должен быть готов к принятию на себя ответственности за привнесение в беседу своей субъективности.

☞ *Роль, которую принимает на себя психолог:*

- Использование авторитета.
- Использование открытых директив.
- Постановка границ.
- Настойчивое требование результата.
- Проявление своих собственных эмоций.

Вот конкретные приемы работы в рамках октавы «Требование» расположенные по мере нарастания содержащегося в них давления:

1. *Узкие вопросы.* Это совпадает с высшей ступенью октавы «Руководство».
2. *Настоятельная просьба.* Представляет собой эмоциональный личностный призыв, который выражает субъективное побуждение и может быть дополнен объективными и рациональными материалами.
3. *Одобрение.* Психолог хвалит высказывание или действие клиента с личностных позиций.
4. *Вызов.* Консультант вступает в конфронтацию с клиентом, высказывая взгляды, противоречащие его взглядам или опровергающие их.
5. *Подкрепление или неодобрение.* Консультант использует авторитет, ценностные суждения или другие сильные средства поддержки в защиту или против взглядов клиента, его действий, намерений.
6. *Подстановка.* Консультант использует авторитет, чтобы в целом или частично принять на себя ответственность, например, обязать клиента обратиться в психиатрическую лечебницу.
7. *Команды.* Консультант отдает распоряжения, однозначно воздействующие на клиента, в которых нет ни единого намека, на возможность дискутировать или жаловаться.
8. *Отвержение.* Консультант однозначно отказывается от клиента, так, что отрицание распространяется на него как на личность.