

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
Учебно-методическое объединение по педагогическому образованию

УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель Министра
образования Республики Беларусь
_____ А.Г.Баханович

Регистрационный № _____

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

**Примерная учебная программа по учебной дисциплине
для специальности**

6-05-0114-01 Социально-педагогическое и психологическое образование

СОГЛАСОВАНО

Председатель учебно-методического
объединения по педагогическому
образованию

_____ А.И.Жук

СОГЛАСОВАНО

Начальник Главного управления
профессионального образования
Министерства образования
Республики Беларусь

_____ С.Н.Пищов

СОГЛАСОВАНО

Начальник Главного управления
воспитательной работы и
молодежной политики
Министерства образования
Республики Беларусь

_____ В.П.Довнар

СОГЛАСОВАНО

Проректор по научно-методической
работе государственного учреждения
образования «Республиканский
институт высшей школы»

_____ И.В.Титович

Эксперт-нормоконтролер

СОСТАВИТЕЛЬ:

И.С.Журавкина, доцент кафедры возрастной и педагогической психологии факультета социально-педагогических технологий учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Кафедра общей и социальной психологии учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» (протокол № 6 от 05.02.2025);

М.Л.Белановская, доцент кафедры психологии и педагогического мастерства государственного учреждения образования «Республиканский институт высшей школы», кандидат психологических наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ В КАЧЕСТВЕ ПРИМЕРНОЙ:

Кафедрой возрастной и педагогической психологии факультета социально-педагогических технологий учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 9 от 18.03.2025);

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 4 от 15.04.2025);

Научно-методическим советом по социально-педагогическому образованию учебно-методического объединения по педагогическому образованию (протокол № 4 от 05.05.2025)

Ответственные за редакцию: И.С.Журавкина

Ответственные за выпуск: И.С.Журавкина

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Примерная учебная программа по учебной дисциплине «Психологическое консультирование» разработана для учреждений высшего образования в соответствии с требованиями образовательного стандарта общего высшего образования по специальности 6-05-0114-01 «Социально-педагогическое и психологическое образование» и примерного учебного плана по указанной специальности.

Цель изучения учебной дисциплины – формирование у студентов представлений об основных понятиях и категориях консультативной психологии; освоение современных знаний о сущности психологической помощи, закономерностях формирования и развития терапевтических отношений, личностных характеристиках потенциальных клиентов; развитие у студентов умений адекватной психологической перцепции, оценки и рефлексии психологических проблем.

Задачи:

- сформировать научные знания в области консультативной психологии;
- обеспечить усвоение студентами знаний об основных понятиях и категориях консультирования;
- помочь в овладении картой психологической реальности, навыками и техниками консультативной психологической работы;
- развить у студентов необходимые для будущей деятельности навыки психологического понимания и интерпретации поведения других людей, умение рефлексировать собственную профессиональную деятельность.

Содержание учебной дисциплины «Психологическое консультирование» обеспечивает углубление профессиональной подготовки и требует от студентов интеграции и систематизации знаний по учебным дисциплинам «Введение в профессию», «Психология развития», «Психологическая диагностика», «Психология и психотерапия семьи». Изучение учебной дисциплины «Психологическое консультирование» требует от студентов интеграции и систематизации знаний по учебной дисциплине «Деятельность социально-педагогической и психологической службы». На знаниях и навыках, полученных при овладении содержанием программы «Психологическое консультирование», базируются учебные дисциплины «Деятельность социально-педагогической и психологической службы», «Кризисная психология», «Супервизия».

В результате изучения учебной дисциплины студент должен

знать:

- теоретические основы и практические приложения консультирования;
- внутреннюю логику консультативного процесса;
- основные требования к личности консультанта, к его знаниям,

умениям и навыкам, а также собственные ограничения при работе;

– основные микротехники консультирования (слушания, воздействия) и уметь применять их на практике;

уметь:

– оказывать консультативную помощь и поддержку разным слоям населения;

– устанавливать консультативный контакт с клиентом, формулировать и решать поставленные задачи, выбирая целесообразные в данных условиях средства и методы, а также анализировать эффективность оказанной консультативной помощи;

иметь навыки:

– оказания консультативной помощи;

– анализа работы с разным типом клиентов.

Освоение учебной дисциплины «Психологическое консультирование» направлено на формирование у студентов **базовой профессиональной компетенцией**: отбирать и адаптировать эффективные формы и методы оказания помощи участникам образовательного процесса в решении психолого-педагогических проблем.

На изучение учебной дисциплины «Психологическое консультирование» отведено всего 108 часов, из них аудиторных – 54 часа, в том числе: лекции – 20 часов и практические занятия – 34 часа.

Рекомендуемая форма промежуточной аттестации – экзамен.

ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	Всего аудиторных часов	Лекции	Практические
1.	Теоретические основы психологического консультирования	6	2	4
1.1	Основы психологического консультирования	4	2	2
1.2	Теоретические основы процесса консультирования	2		2
2.	Личность психолога-консультанта	8	4	4
2.1	Личность и деятельность педагога-психолога в процессе проведения консультирования	4	2	2
2.2	Профессиональная компетентность педагога-психолога в консультировании	4	2	2
3.	Процесс психологического консультирования	8	4	4
3.1	Специфика процесса психологического консультирования	4	2	2
3.2	Особенности профессионального взаимодействия педагога-психолога с клиентом	4	2	2
4.	Характеристики клиентов в консультировании	18	8	10
4.1	Потенциальные клиенты педагога-психолога	4	2	2
4.2	Понятие о «трудных» клиентах в консультировании	4	2	2
4.3	Характерологически «трудные» клиенты	6	2	4
4.4	Особенности проявления личности клиента в процессе консультирования	4	2	2
5.	Основные параметры и техники психологического консультирования	14	2	12
5.1	Основные техники психологического консультирования	8	2	6
5.2	Методы воздействия на клиента	4		4
5.3	План индивидуальной и групповой консультативной работы с клиентом	2		2
Всего:		54	20	34

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Раздел 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Тема 1.1. Основы психологического консультирования

Понятие о психологической помощи. Исторические корни психотерапии: религия, философские традиции, медицина. Психотерапия как предмет исторического анализа.

История психологического консультирования, его проблемы и направления. Появление профессии психолога-консультанта как отклик на потребности людей, не имеющих клинических нарушений и вместе с тем нуждающихся в психологической помощи.

Определение понятия «психологическая помощь». Архаичные формы психологической помощи: медитативные практики, парадоксальные приемы, метафорическая коммуникация, трансовая коммуникация, ритуалы инициации, герменевтические процедуры, телесно-ориентированные методы, сакральная символика, катарсис. Коррекционные механизмы архаичных форм психологической помощи: внесение структуры в хаос; преодоление кризиса; индукция измененного состояния сознания; катарсис, релаксация, снятие напряжения и тревоги; переживание сакральности, священности, праздничности в обыденной жизни; чувство общности с группой; экстраполяция внутреннего во внешнее; доступ к бессознательному и воздействие на его феномены; нахождение смысла в религиозных ценностях; использование ресурсов правого полушария; выход за рамки дискурсивно-логического мышления, остановка внутреннего диалога, дистанцирование от ситуации.

Психологическое консультирование и другие стратегии психологической помощи. Определение и соотношение понятий (консультирование, психотерапия, психологическая коррекция, активное социально-психологическое обучение). Различия между понятиями «психотерапия» и «психологическое консультирование» по позициям «клиент», «проблема», «длительность и глубина взаимодействия психолога и клиента», «концепция здоровья/болезни», «диалогичность», «ориентация на линию времени жизни клиента». Суть психологического консультирования как формы оказания профессиональной психологической помощи. Объективная и субъективная (феноменологическая) ориентации в психологическом консультировании. Обзор основных направлений развития психологического консультирования (парадигмальные подходы, эклектические и интегративные подходы). Формы психологической помощи (групповая, индивидуальная, семейная). Классификации методов психологической помощи: психологическое консультирование, психокоррекция, психотерапия, психологическая профилактика, психологическое просвещение. Стратегии психологической помощи: совет, прямое вмешательство, предоставление информации, обучение, системные

изменения. Виды психологической помощи. Психологическое самообразование как изучение литературы по психологии личности, психотерапии и другим отраслям, имеющим отношение к психологии человека, здоровью и т.п. Телефонное консультирование (телефон доверия) как бесплатная психологическая помощь по телефону. Эффективность телефонного консультирования в критических ситуациях.

Индивидуальное консультирование и психотерапия как работа специалиста с отдельным клиентом. Специализированные формы консультирования и психотерапии: кризисное консультирование (для жертв насилия или людей, находящихся в критической ситуации), помощь ВИЧ-инфицированным, наркоманам, безработным, подросткам и т.д. Ориентация индивидуальной помощи на индивидуальный запрос клиента.

Модели психологического консультирования (медицинская, диагностическая, педагогическая, экзистенциальная, психологическая). Медицинская модель: цели (излечение пациента), роль психолога (врач, лечащий больного), требования к личности психолога (анонимность, непредъявленность). Диагностическая модель: цель (выявить области нарушений), роль психолога (специалист в области диагностики), требования к личности психолога. Педагогическая модель: цели (коррекция или адаптация клиента к реальности), роль психолога (клинический учитель: человек, обладающий знаниями, умениями, опытом в проблемной области клиента), требования к личности психолога (способность оказывать поддержку и давать указания). Психологическая модель: цели (помощь клиенту в личностном росте, саморазвитии, более успешном функционировании в мире), роль психолога (человек, диалог с которым способствует личностному развитию клиента), требования к личности психолога (рефлексивность, аутентичность, открытость к собственному опыту, эмпатичность).

Этические нормы в психологическом консультировании. Консультант и клиент, их личности, взаимовлияние; требования к консультанту. Этические принципы консультирования. Индивидуально-личностный характер морально-нравственных принципов. Различение этики консультанта и этики клиента в консультировании. Различение консультантом своих собственных нравственных принципов и этических норм при оказании профессиональной помощи.

Этические нормы: доброжелательное и безоценочное отношение к клиенту; конфиденциальность; ориентация на нормы и ценности клиента; отказ от выдачи готовых советов и рекомендаций клиентам; анонимность; разграничение профессиональных и личных отношений; адекватная оценка консультантом уровня и пределов своей профессиональной компетентности; включенность клиента в процесс консультирования.

Тема 1.2. Теоретические основы процесса консультирования

Научные и практические аспекты консультирования. Роль методологии исследования в становлении консультанта. Формирование исследовательских

умений и навыков, количественных и качественных методов анализа данных. Взаимосвязь теории и представлений о проблеме клиента.

Связь терапевтических гипотез и интерпретаций с консультативной теорией. Научные исследования в консультировании. Номотетический и идиографический (количественный и качественный) подходы в консультировании. Метод изучения отдельных случаев (case study). Влияние деятельности З. Фрейда на традиции описания и объяснения процесса терапии.

Раздел 2. ЛИЧНОСТЬ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Тема 2.1. Личность и деятельность педагога-психолога в процессе проведения консультирования

Специальные требования, предъявляемые к личности психолога-консультанта. Позиции психолога-консультанта при работе с клиентом (эксперт, учитель, консультант). Общие правила и установки консультанта. Ролевые функции консультанта: построение отношений консультанта с клиентом на взаимном доверии; непосредственное «вхождение» в жизненные обстоятельства клиентов и их отношения со значимыми людьми; создание вокруг клиентов здорового психологического климата; отказ от манипулирования клиентом со стороны консультанта; постоянное совершенствование консультантом своей профессиональной деятельности. Система ценностей консультанта.

Личность психолога как главный инструмент профессиональной деятельности. Требования к личности консультанта: самопонимание; проницательность; доверие к людям; терпеливость в общении; проявление глубокого интереса к людям; чувствительность к установкам и поведению; эмоциональная стабильность и объективность; способность вызывать доверие других людей; уважение прав других людей; уважение ценностей другой личности; отсутствие предубеждений; сознание профессионального долга. Вредные черты психолога-консультанта: авторитарность, эмоциональная незрелость; замкнутость, тенденция использовать клиентов для решения собственных проблем, нетерпимость к клиентам, невротическая установка в отношении денег.

Цели и задачи психологического консультирования. Зависимость цели консультирования от потребностей клиента и от теоретической ориентации консультанта. Универсальные (общие, глобальные, перспективные) цели. Специфические (конкретные, краткосрочные) цели психологического консультирования. Формулировка и переформулировка целей консультирования в процессе взаимодействия консультанта и клиента.

Модель личности эффективного консультанта: аутентичность, профессиональная и личностная идентичность; высокий уровень фрустрационной толерантности; хорошее знание своих сильных и слабых сторон; эмпатичность; ответственность; конгруэнтность во взаимодействии; реалистичность при работе с реальностью другого человека и др.

Консультант как модель психологически здоровой личности для клиента. Система ценностей консультанта. Понятие о безусловном принятии, безоценочности, симпатии, аутентичности, эмпатии. Ожидания клиента.

Трудности в работе психолога-консультанта. Типичные трудности начинающего психолога-консультанта: 1) наличие собственной тревоги; 2) боязнь быть аутентичным, искренним / прибегание к социальной роли; 3) страх перед собственными социально неодобряемыми чувствами к клиенту (агрессия, зависть, презрение и др.); 4) перфекционизм; 5) признание собственных ограничений; 6) использование техники молчания; 7) консультирование «трудных» клиентов (немотивированных, враждебно настроенных и агрессивных, с депрессией и суицидными намерениями и др.); 8) иллюзия наличия «правильного» решения проблемы; 9) принятие личной ответственности; 10) постановка реалистичных целей; 11) поиск собственной идентичности и др.

Влияние профессиональной деятельности на личность психолога: угроза утратить идентичность и раствориться в клиентах; отрицательное воздействие на личную жизнь; угроза психических нарушений из-за постоянных столкновений с темными сторонами жизни и психической патологией. «Синдром сгорания» у психологов (эмоциональное, умственное и физическое истощение из-за продолжительной эмоциональной нагрузки). Его характеристики, причины, способы профилактики и преодоления. Внутренний локус контроля как главный фактор профилактики «синдрома сгорания».

Тема 2.2. Профессиональная компетентность педагога-психолога в консультировании

Подготовка психолога-консультанта. Модели подготовки психолога-консультанта. Специальные знания профессионального психолога-консультанта. Учебные дисциплины, которые должен изучить психолог-консультант. Опыт практического консультирования как необходимая ступень в подготовке психолога-консультанта. Повышение профессиональной квалификации психолога-консультанта.

Специальные умения и навыки психолога-консультанта. Установление консультативного контакта (пространственно-временной континуум, заключение контракта, создание атмосферы взаимодоверия). Идентификация ключевых аспектов невербального поведения (мимика, позы, движения, тональность речи). Культурные различия в невербальном поведении. Использование языковых структур для идентификации инконгруэнтностей. Методы и навыки диагностирования. Владение специальными техническими приемами. Умение определить стадию процесса консультирования, на которой находится клиент.

Супервизорская поддержка психолога-консультанта. Развитие профессиональной идентичности психолога-консультанта. Роль супервизора в профессиональной подготовке консультанта. Модели супервизорства. Дидактическая и терапевтическая формы супервизии. Стратегии работы

супервизора на каждом этапе развития профессиональной идентичности психолога-консультанта. **Функции супервизора:** обучающая, информационная, поддерживающая, оценивающая, помощь в планировании и др.

Раздел 3. ПРОЦЕСС ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Тема 3.1. Специфика процесса психологического консультирования

Структурные модели процесса консультирования (пятишаговая модель принятия решений, эклектическая модель В. Е. Gilland, модель В. В. Макарова).

Стадии психологического консультирования, обратные связи в его процессе. Первая стадия – установление консультативного контакта. Цель: установить контакт и заключить контракт между консультантом и клиентом. Содержание стадии: установление взаимопонимания между психологом и клиентом, определение задач взаимодействия, сбор первичной информации о клиенте, обсуждение и принятие условий контракта. Контракт между психологом и клиентом. Цели и задачи заключения контракта.

Вторая стадия – мультимодальное определение проблемы клиента. Цель: сбор информации о клиенте, анализ и определение проблемы клиента. Содержание стадии: анализ жалобы клиента, выявление «субъективной теории болезни», анализ психологической ситуации, анализ психологических проблем, определение позитивных возможностей клиента, выдвижение и проверка консультативных гипотез в процессе консультирования.

Третья стадия – желаемые изменения. Цель: определение желаемого (идеального) решения проблемы для клиента. Содержание стадии: выяснение того, к чему хочет прийти клиент, разумное согласование направления действий психолога и клиента.

Четвертая стадия – поиск и критическая оценка альтернативных путей решения проблемы. Цель: выявить все возможные варианты решения проблемы и выбрать наиболее подходящий и реалистичный. Содержание стадии: побуждение клиента к обсуждению подходящих вариантов решения проблемы, помощь в выдвижении дополнительных альтернатив.

Пятая стадия – поиск ресурсов. Цель: выявление сильных сторон и возможностей клиента.

Шестая стадия – экологическая проверка. Цель: переход к воплощению решений в жизнь клиента. Содержание стадии: поддержка клиента в его желании разрешить проблему, работа с рецидивами, получение обратной связи от клиента и оценка достигнутых результатов.

Оценка эффективности психологического консультирования. Объективные и субъективные показатели эффективности психологического консультирования. Критерии оценки результатов.

Клиент как эксперт по оценке эффективности консультирования.

Обсуждение с клиентом критериев эффективности консультирования на ранних стадиях консультирования (например, на третьей стадии консультирования или при заключении контракта). Положительный эффект (клиент испытывает чувство удовлетворения), отрицательный эффект (клиент неудовлетворен), неопределенный эффект (клиент затрудняется в оценке степени удовлетворенности).

Психолог как эксперт по оценке эффективности консультирования. Критерии эффективности консультирования с позиции консультанта (характер контакта; степень доверительности отношений; целесообразность использованных психологом техник и интервенций; наблюдаемые изменения в мыслях, чувствах, поведении клиента и др.). Супервизорская помощь в сложных и спорных случаях.

Тема 3.2. Особенности профессионального взаимодействия педагога-психолога с клиентом

Терапевтические отношения. Характеристики терапевтических отношений. Диалог. Присутствие. Включенность. Аутентичность.

Перенос. Характеристики переноса: искажение реальности; позитивность/негативность. Нейтральность и неопределенность консультанта как фактор поддержки переноса. Перенос как бессознательный процесс. Контрперенос.

Рабочий альянс как форма достаточно рациональных отношений между специалистом и клиентом.

Раздел 4. ХАРАКТЕРИСТИКИ КЛИЕНТОВ В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Тема 4.1. Потенциальные клиенты педагога-психолога

Основные причины обращения к психологу (переживание кризиса, сильные негативные эмоции, стресс, невозможность справиться с ситуацией, неуверенность в себе; поиск поддержки, снятие или разделение ответственности за свою жизнь, одиночество). Возрастно-психологическое консультирование. Консультирование по вопросам брака и семьи. Консультирование по вопросам карьеры.

Диагностика личностных особенностей клиента. Представление о клиенте как о человеке, не имеющем клинических нарушений и вместе с тем нуждающемся в психологической помощи.

Оценка клиента (изучение его индивидуальности, истоков его проблем и потребности в психологической помощи). Модели клиентов и особенности подходов к работе с ними в различных направлениях консультирования.

Психологические категории и их альтернативы в консультировании (проблемно-ориентированный подход, решение-ориентированный подход, личностно-ориентированный подход и др.).

Понимание психологом клиента: понимание проблемы клиента, его

видения мира, контекста его жизненной ситуации и социального окружения.

Структурное интервью О. Кернберга как инструментарий, позволяющий отличить клиента психолога-консультанта от клиента психотерапевта и психиатра. Стратегии психодинамически-ориентированного консультирования в работе с определенными типами клиентов. Стили взаимодействия с различными клиентами по А. Лазарусу.

Тема 4.2. Понятие о «трудных» клиентах в консультировании

Консультирование враждебных и агрессивных клиентов. Консультирование плачущих клиентов. Консультирование клиентов с зависимостью, с суицидальными намерениями, с сексуальными проблемами. Консультирование шизоидных личностей. Консультирование при переживании утраты. Консультирование больных в терминальной стадии и умирающих клиентов.

Тема 4.3. Характерологически «трудные» клиенты

Асоциальный клиент. Драйвы, аффекты и темперамент. Защитные и адаптивные процессы. Значимые отношения в раннем возрасте. Я-концепция. Способы работы.

Нарциссический клиент. Драйвы, аффекты и темперамент. Защитные и адаптивные процессы. Значимые отношения в раннем возрасте. Я-концепция. Способы работы.

Шизоидный клиент. Драйвы, аффекты и темперамент. Защитные и адаптивные процессы. Значимые отношения в раннем возрасте. Я-концепция. Способы работы.

Параноидный клиент. Драйвы, аффекты и темперамент. Защитные и адаптивные процессы. Способы работы.

Депрессивный клиент. Драйвы, аффекты и темперамент. Защитные и адаптивные процессы. Значимые отношения в раннем возрасте. Я-концепция. Способы работы.

Маниакальный клиент. Драйвы, аффекты и темперамент. Защитные и адаптивные процессы. Значимые отношения в раннем возрасте. Я-концепция. Способы работы.

Обсессивный и компульсивный клиенты. Драйвы, аффекты и темперамент. Защитные и адаптивные процессы. Значимые отношения в раннем возрасте. Я-концепция. Способы работы.

Мазохистический клиент. Драйвы, аффекты и темперамент. Защитные и адаптивные процессы. Значимые отношения в раннем возрасте. Я-концепция. Способы работы.

Клиент-травматик. Понятие о психической травме. Драйвы и аффекты травматика. Защитные и адаптивные процессы. Я-концепция. Способы работы.

Тема 4.4. Особенности проявления личности клиента в процессе консультирования

Первичные и вторичные защитные процессы. Понятие о защитах в психотерапии и психологическом консультировании. З. Фрейд как создатель термина «защита». Полезные функции защит.

Первичные (незрелые, примитивные или защиты «низшего порядка») защиты, характеризующие границы между собственным «я» и внешним миром. Вторичные (зрелые, более развитые или защиты «высшего порядка») защиты, которые характеризуют внутренние границы (между Эго, супер-Эго и Ид или между наблюдающей и переживающей частями Эго).

Примитивные защиты, которые действуют общим, недифференцированным образом во всем сенсорном пространстве индивида, соединяя между собой когнитивные, аффективные и поведенческие параметры. Зрелые защиты как процессы, осуществляющие определенные трансформации мыслей, чувств, ощущений, поведения или некоторой их комбинации.

Первичные (примитивные) защитные процессы: примитивная изоляция, отрицание, всемогущий контроль, примитивная идеализация (и обесценивание), проекция, интроекция и проективная идентификация, расщепление Эго, диссоциация.

Вторичные (высшего порядка) защитные механизмы: репрессия (вытеснение), регрессия, изоляция, интеллектуализация, рационализация, морализация, аннулирование, поворот против себя (ретрофлексия), смещение, реактивное образование, реверсия, идентификация и др.

Соппротивление клиента в процессе оказания психологической помощи.

Соппротивление как комплекс эмоциональных и поведенческих реакций, призванный защитить ценности, установки, отношения и привычки от разрушения и изменения. Соппротивление как бессознательный процесс, который может проявляться разнообразными способами.

Клинические формы сопротивления (по Р. Р. Гринсону). Специфика сопротивления как феномена терапевтического процесса.

Раздел 5. ОСНОВНЫЕ ПАРАМЕТРЫ И ТЕХНИКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Тема 5.1. Основные техники психологического консультирования

Инструментарий психолога-консультанта. Вербальные и невербальные формы коммуникации, интервенций, воздействий как инструменты психолога-консультанта. Невербальные средства (визуальный контакт, жесты, поза, интонация и тембр голоса, физическое расстояние, мимика, пантомимика). Навыки наблюдения за клиентом. Понятие о навыках слушания и воздействия. Вербальные формы коммуникации. Селективное внимание. Вербальные и невербальные способы пристройки к клиенту.

Методы слушания клиента. Активное слушание. Рефлексивное слушание. Эмпатическое слушание. Вербальное следование. Нерефлексивное

слушание и ситуации его использования. Минимальное подкрепление. Прояснение смысла. Достижение согласия. Советы, указания.

Вопросы как главное средство получения информации от клиента. Открытые и закрытые вопросы. Микротехники слушания (поддержка, пересказ, отражение чувств, резюме). Фокус-анализ как микротехника (фокус на клиенте, фокусирование на другой личности, фокус на проблеме, фокус на психологе, фокусирование на общности, культурно-контекстный фокус). Основные этапы выслушивания клиента.

Тема 5.2. Методы воздействия на клиента

Интерпретация как главный метод среди техник воздействия, позволяющий задать новые рамки видения проблемы. Виды интерпретаций (генетическая интерпретация, динамическая интерпретация, интерпретация переноса). Ограничения при использовании интерпретации.

Директива как «сильная» методика воздействия на клиента. Виды директив (конкретное пожелание, фантазии, парадоксальная инструкция, ролевое указание, свободные ассоциации, языковые замены и др.). Совет как пожелание; информирование, общая идея; домашнее задание. Конфронтация. Формирование навыков конфронтации у психолога. Самораскрытие психолога как метод воздействия, его позитивное влияние на установление раппорта. Обратная связь как способ воздействия на клиента. Воздействующее резюме как сумма этапа терапевтической работы. Соблюдение принципа «не навреди» при использовании навыков воздействия. Использование разумного сочетания методов выслушивания и воздействия при работе с клиентом.

5.3 План индивидуальной и групповой консультативной работы с клиентом

Этапы ведения консультативной беседы: знакомство с клиентом (группой), прояснение запроса, основная часть, завершение консультации. Знакомство с клиентом (группой) и начало беседы. Расспрос клиента (группы), формирование и проверка консультативных гипотез. Оказание воздействия: коррекция установок клиента; коррекция поведения клиента. Завершение консультативной беседы: подведение итогов беседы; обсуждение вопросов, касающихся дальнейших отношений клиента с консультантом или другими необходимыми специалистами; прощание консультанта с клиентом (группой).

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Ковалец, И. В. Синдром профессионального выгорания и его профилактика : пособие / И. В. Ковалец, В. К. Милькаманович. – Минск : Нар. асвета, 2022. – 239 с.
2. Куликова, В. В. Семейное консультирование и психотерапия : учеб.-метод. материалы для студентов фак. педагогики и психологии детства специальности «Психология» / В. В. Куликова. – Могилев : Могилев. гос. ун-т, 2024. – 129 с.
3. Степанова, Л. Г. Психологическое консультирование : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования по специальности «Психология» / Л. Г. Степанова. – Минск : Выш. шк., 2017. – 334 с.

Дополнительная литература

1. Агеенкова, Е. К. Психологическое консультирование : учеб.-метод. пособие / Е. К. Агеенкова // Репозиторий БГПУ. – URL: <http://elib.bspu.by/handle/doc/45656> (дата обращения: 20.12.2024).
2. Андронникова, О. О. Специальные проблемы психологического консультирования : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по психол. направлениям подгот. (квалификация (степень) «Магистр») / О. О. Андронникова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Инфра-М, 2024. – 351 с.
3. Галиакберова, Н. Н. Психологическое консультирование и психокоррекция : рабочая тетр. для слушателей специальности переподгот. 1-030472 «Практическая психология» / Н. Н. Галиакберова. – 2-е изд. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2023. – 68 с.
4. Джига, Н. Д. Консультативная психология: теория и практика : монография / Н. Д. Джига. – Барановичи : Баранович. гос ун-т, 2019. – 198 с.
5. Куликова, В. В. Семейное консультирование и психотерапия : учеб.-метод. материалы для студентов фак. педагогики и психологии детства специальности «Психология» / В. В. Куликова. – Могилев : Могилев. гос. ун-т, 2024. – 129 с.
6. Мозерова, М. Н. Как оказывать качественные психолого-педагогические услуги онлайн : метод. рекомендации для специалистов помогающих профессий / М. Н. Мозерова, В. Н. Никонович, И. Д. Колядко. – Минск : Тирас-Н, 2022. – 37 с.
7. Семейное предабортное консультирование : учеб.-метод. пособие / А. В. Ходжаев, И. В. Григорьева, Ю. М. Каминская [и др.]. – Минск : Проф. изд., 2023. – 41 с.
8. Ящук, С. Л. Инновационные методы в психологическом консультировании : учеб.-метод. комплекс для магистрантов специальности 1-23 80 03 «Психология» / С. Л. Ящук. – 2-е изд., стер. – Брест : Брест. гос. ун-т, 2023. – 205 с.

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

Рекомендуемыми методами обучения, отвечающими целям изучения учебной дисциплины, являются:

- элементы проблемного обучения (проблемное изложение, частично-поисковый и исследовательский методы), реализуемые в тренинге;
- интерактивные методы и метод проектов, способствующие поддержанию оптимального уровня активности студентов;
- коммуникативные технологии (дискуссия, «мозговой штурм», дебаты, анализ ситуаций), реализуемые в ходе тренинга.

Оперативную обратную связь рекомендуется осуществлять с помощью наблюдения, исходной, промежуточной и итоговой диагностики, анализа результатов и продуктов деятельности (рабочая тетрадь, таблицы, блок-схемы, психологические задания).

Рекомендуемые методы обучения могут быть реализованы в таких формах работы: работа в микро-группах, со всей группой, в парах.

ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ

Для диагностики сформированности компетенций рекомендуется использовать разноуровневые задания при проведении практических занятий и при управляемой самостоятельной работе студентов.

Рекомендуются следующие формы диагностики компетенций:

устные – доклад на практических занятиях, устный опрос, психологические учебные задачи и кейсы;

письменные – тесты учебных достижений, контрольный опрос, эссе, конспектирование первоисточников, составление таблиц с анализом деятельности ученых, оценка глоссария, составление структурно-логических схем, проекты, мультимедиа презентации, экзамен.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа – это форма организации учебного процесса, направленная на активизацию учебно-познавательной деятельности, формирование у студентов умений и навыков самостоятельного приобретения, обобщения и применения знаний при методическом руководстве и контроле преподавателя.

Время, отведенное на самостоятельную работу, может использоваться для решения следующих задач: выполнение творческих заданий; подготовка эссе; выполнение практических заданий.

1. Преподаватель:

- отвечает за планирование, организацию и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов;

- доводит до сведения студентов темы дисциплины, выделенные на самостоятельное изучение;
- разрабатывает контрольные вопросы и задания, подбирает источники литературы;
- знакомит с требованиями по форме и срокам выполнения заданий;
- проводит индивидуальные консультации;
- осуществляет контроль выполнения самостоятельной работы.

2. Студент должен:

- ознакомиться с темой, перечнем вопросов (заданий), подлежащих изучению (выполнению) и планом изложения материала;
- ознакомиться с требованиями по форме и срокам выполнения заданий, а также по форме их контроля;
- изучить рекомендованные источники литературы, проанализировать, обобщить и законспектировать материал согласно плану (выполнить задание);
- подготовить и представить выполненную работу согласно срокам и форме контроля.

3. Требования к форме и срокам выполнения самостоятельной работы студентов:

- все контрольные вопросы по теме дисциплины должны быть раскрыты согласно предложенному плану;
- задание должно быть выполнено в предложенной форме по предложенной тематике;
- обучающийся обязан выполнить все установленные учебной программой задания по самостоятельной работе.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Понятие о психологической помощи. Исторические корни психотерапии/консультирования.
2. Формы, стратегии и виды психологической помощи.
3. Психологическое консультирование и другие стратегии психологической помощи.
4. Модели психологического консультирования.
5. Этические нормы в психологическом консультировании.
6. Научные и практические аспекты психологического консультирования.
7. Роль методологии исследования в становлении консультанта.
8. Номотетический и идиографический (количественный и качественный) подходы в консультировании.
9. Требования к личности психолога-консультанта.
10. Цели и задачи психологического консультирования.
11. Система ценностей консультанта.
12. Влияние профессиональной деятельности на личность психолога.

13. Личность консультанта: позиции и роли.
14. Модель личности эффективного консультанта.
15. Общие правила и установки консультанта.
16. Подготовка психологов-консультантов.
17. Профессиональная идентичность психолога-консультанта.
18. Модели подготовки консультанта.
19. Специальные умения и навыки психолога-консультанта.
20. Супервизорская поддержка консультанта.
21. Модели супервизорства. Дидактическая и терапевтическая формы супервизии.
22. Особенности процесса консультирования.
23. Структурные модели процесса консультирования.
24. Оценка эффективности психологического консультирования.
25. Стадии психологического консультирования.
26. Взаимодействие психолога с клиентом Психотерапевтические отношения.
27. Перенос/контрперенос в консультировании.
28. Первичные (примитивные) защитные механизмы.
29. Вторичные (высшего порядка) защитные механизмы.
30. Соппротивление клиента в процессе оказания психологической помощи.
31. Основные причины обращения к консультанту.
32. Диагностика личностных особенностей клиента.
33. Оценка модели мира клиента.
34. Понимание психологом клиента.
35. Стратегии психодинамически-ориентированного консультирования.
36. Стили взаимодействия с различными клиентами по А. Лазарусу.
37. Консультирование враждебных и агрессивных клиентов.
38. Консультирование плачущих клиентов.
39. Консультирование клиентов с зависимостью.
40. Консультирование клиентов с суицидальными намерениями.
41. Консультирование клиентов с сексуальными проблемами.
42. Консультирование при переживании утраты.
43. Консультирование больных в терминальной стадии и умирающих клиентов.
44. Асоциальный клиент. Способы работы.
45. Нарциссический клиент. Способы работы.
46. Шизоидный клиент. Способы работы.
47. Параноидный клиент. Способы работы.
48. Депрессивный клиент. Способы работы.
49. Маниакальный клиент. Способы работы.
50. Обсессивный и компульсивный клиенты. Способы работы.
51. Мазохистический клиент. Способы работы.
52. Клиент-травматик. Понятие о психической травме. Способы работы.

53. Вербальные и невербальные формы коммуникации, интервенций, воздействий как инструменты психолога-консультанта.

54. Навыки наблюдения за клиентом.

55. Вопросы как главное средство получения информации от клиента.

56. Микротехники слушания.

57. Интерпретация как главный метод среди техник воздействия. Виды интерпретаций.

58. Директива как «сильная» методика воздействия на клиента. Виды директив.

59. Конфронтация.

60. Самораскрытие психолога как метод воздействия.