МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет психологии и философии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«СОВРЕМЕННЫЕ МОДЕЛИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

Кафедра психологии развития и профессиональной деятельности

Образовательная программа
37.04.01 Психология

Профиль подготовки

Психология консультирования и психотехнологии развития

Уровень высшего образования
Магистратура

Форма обучения
Очная

Статус дисциплины: входит в часть формируемую участниками образовательных отношений

Махачкала, 2021 год

2

Рабочая программа дисциплины «Современные модели индивидуального психологического консультирования» составлена в 2021 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению магистратура подготовки 37.04.01 Психология от 29.07. 2020г. № 841

Разработчик: Исаева Э.Г., д.пс.н., проф. кафедры психологии развития и профессиональной деятельности ДГУ.

Рабочая программа дисциплины одобрена:
на заседании кафедры психологии развития и проф. деятельности ДГУ
от 11.03.2021г., протокол № 7

Зав. кафедрой психологии развитии
и профессиональной деятельности д.пс.н.,проф. Акбиева З.С

на заседании Методической комиссии факультета психологии и философии
от 03.07. 2021г., протокол № 4.

Председатель Билалов М.И.

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением 09.07.2021г.

Начальник УМУ_____ Гасангаджиева А.Г.

Рабочая программа дисциплины «Современные модели индивидуального психологического консультирования» составлена в 2021

году в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению магистратура подготовки 37.04.01 Психология от 29.07. 2020г. № 841

Разработчик: Исаева Э.Г., д.пс.н., проф. кафедры психологии развития и профессиональной деятельности ДГУ.

Рабочая программа дисциплины одобрена:
на заседании кафедры психологии развития и проф. деятельности ДГУ
от 11.03.2021г., протокол № 7

Зав. кафедрой психологии развитии
и профессиональной деятельности д.пс.н.,проф. Акбиева З.С

на заседании Методической комиссии факультета психологии и философии
от 03.07. 2021г., протокол № 4.

Председатель Билалов М.И.

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением 09.07.2021г.

Начальник УМУ_____ Гасангаджиева А.Г.

Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Современные модели индивидуального психологического консультирования» входит в часть формируемую участниками образовательных отношений ОПОП магистратуры по направлению 37.04.01«Психология». Дисциплина реализуется на факультете психологии и философии кафедрой психологии развития и профессиональной деятельности.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с концепциями и методами оказания психологической помощи, людям, оказавшимся в затруднительной жизненной ситуации. В рамках предмета анализируются отечественные, зарубежные техники и модели работы с клиентами.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: профессиональных ПК-4; ПК-8 и общепрофессиональных ОПК-6.

ОПК-6. Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию в соответствии с потребностями и целями клиента

ПК-4. Способен учитывать при составлении консультативного заключения этапы развития человека и спектр индивидуальных различий клиента.

ПК-8. Способен разрабатывать и реализовывать концептуальные модели и комплексные программы предоставления психологических услуг в области психологического консультирования и психологического сопровождения в соответствии с потребностями и целями клиента или различных групп клиентов

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий на основе сочетания инновационных и классических форм: лекции, тренинг-семинары, лабораторные занятия, форсайт и ролевые игры, мастер-классы, самостоятельная работа.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме решения кейс-заданий, контрольной работы, коллоквиума и промежуточный контроль на основе защиты проектов и эссе, итоговый контроль в форме экзамена.

Объем дисциплины составляет 3 зачетные единицы, в том числе в академических часах по видам учебных занятий 108 час.

Семестр	Учебные занятия							Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе							
	Контактная работа обучающихся с преподавателем						СРС, в том числе экзамен	
	Всего	из них						
		Лек-ции	Лаборатор-ные занятия	Практические занятия	КСР	консультации		
1	108	18		34		6	50	экзамен

1. Цели освоения дисциплины «Современные модели индивидуального психологического консультирования».

Целями освоения дисциплины являются:

-использование магистрантами системы категорий и методов для решения практических задач в области оказания психологической помощи;

– углубленное изучение и осмысление общих закономерностей, тенденций, противоречий развития личности при возникновении экзистенциальных проблем;

-овладение навыками анализа своей профессиональной деятельности и умение применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации психического состоянияи преодоления кризисных ситуаций.

Практическая направленность курса состоит в формировании у магистрантов формировании научного, объективного подхода и базовых установок относительно организации и проведения консультативного сеанса, умения анализировать сущность явлений и проблем, связанных с процессом осуществления психологического консультирования.

2. Место дисциплины «Современные модели психологического индивидуального психологического консультирования» в структуре ООП.

Дисциплина «Современные модели индивидуального психологического консультирования» входит в часть формируемую участниками образовательных отношений ОПОП магистратуры по направлению 37.04.01«Психология». Она органично связана с такими базовыми курсами, как «Психология личности», «Психология развития и возрастная психология», «Социальная психология», «Педагогическая психология», «Психофизиология», «Психология труда, инженерная психология, эргономика», «Организационная психология». В ходе освоения курса магистранты готовятся к организации и выполнению консультативной работы на основе системного анализа проблемной ситуации и комплексного подхода к его решению. Междисциплинарный подход к содержанию преподаваемой дисциплины ориентирован на установление связей между понятиями психологического, возрастного, личностного развития и понятиями психологического воздействия в контексте единой идеологии профессиональной деятельности психолога-консультанта.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

– основные нормативно-правовые документы, регулирующие деятельность консультанта;

-закономерности и этапы консультативного процесса, кризисов в жизни человека;

– факты, процессы и явления, характеризующие интегративность и системность организации консультативного сеттинга.

Уметь:

-применять методы, снижающие степень интенсивности переживания и обеспечивающие возможность дальней психологической поддержки.

-распознавать собственные признаки эмоционального выгорания и выбирать формы их преодоления;

-критически переосмысливать накопленную информацию, вырабатывать авторскую концепцию;

– отстаивать свои позиции в профессиональной среде, находить компромиссные и альтернативные решения.

Владеть:

-приемами и навыками оказания помощи человеку в кризисной ситуации, а также приемами самопомощи;

– методами составления конспектов, аннотации, реферат и т.д.;

–методами анализа и реализации традиционных и инновационных технологий управления и динамики консультативных решений.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения магистрантами дисциплины «Современные модели индивидуального консультирования» (перечень планируемых результатов обучения).

Код компетенции из ФГОС ВО	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
ОПК-6. Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию в соответствии с потребностями и целями клиента.	Опк-6.1. Недостаточно владеет способами представлять результаты современных моделей консультирования и обеспечивать психологическое сопровождение их внедрения Слабо разбирается в специфике проблем и потребностей клиентов ОПК-6.2 Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания концепций и методов индивидуального консультировании В целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками умение осуществлять выбор адекватных технологий.. ОПК-6.3. Сформированные	**Знает:** технологии, средства и методы, способствующие профессиональному и личностному развитию, . **Умеет:** применять приёмы оказания психологической помощи. на научно-методологической основе Умеет определять основные направления развития личностного роста клиентов. **Владеет:** приемами и технологиями актуализации индивидуальных особенностей личности	Устный опрос, Письменный опрос. Консультативные диалоги

	систематические знания современных моделей и психологических норм организации консультативной деятельности. Умение оценить проблемы и потребности клиента, сформулировать задачи и выбрать методы консультирования		
ПК-4. Способен учитывать при составлении консультативного заключения этапы развития человека и спектр индивидуальных различий клиента	ПК-4.1. В целом успешное, но не систематическое применение на практике эффективных приемов оказания психологической помощи клиентам в процессе актуализации индивидуальных потенциалов клиентов. ПК-4.2. В целом успешное применение конкретных психологических технологий для преодоления клиентами трудностей социализации личности. ПК-4.3 Креативное и систематическое применение приемов и техник при составлении консультативного заключения, адекватного этапам развития человека и спектрам индивидуальных различий клиентов.	**Знает:** основы коммуникативных особенностей устной и русском речи **Умеет:** конструктивно взаимодействовать и выражать свои мысли деловой коммуникации. **Владеет:** навыками коммуникации на для решения задач профессиональной деятельности практического психолога	Мини-конференция. Мастер-класс

ПК-8. Способен разрабатывать и реализовывать концептуальные модели и комплексные программы предоставления психологических услуг в области психологического консультирования и психологического сопровождения в соответствии с потребностями и целями клиента или различных групп клиентов	ПК-8.1. Знает основные виды деятельности практического психолога-консультанта. ПК-8.2 Способен проводить индивидуальное консультирование по проблемам снижения напряженности и повышения психологической безопасности. Однако, решение задач, принадлежащих семейству задач, с множеством конфликтующих ограничений, затруднено.. ПК-8.3Умеет применять концептуальные модели личности в практике консультативной помощи клиентам. Владеет навыками получения и предоставления обратной связи. Разрабатывает И демонстрирует представления о различных подходах к процессу в зависимости от методологической платформы.	***Знает*: :** психологические нормы и основания организации консультативного диалога.в травматических ситуациях ***Умеет:*** выбирать и применять методы интервенции (вмешательства, помощи, профилактики) в соответствии с поставленными целями, в том числе оказывать экстренную психологическую помощь. ***Владеет:*** системой базовых понятий и категорий консультативной психологии; приемами определения специфики консультирования при различных трудных жизненных ситуациях, навыками.	Круглый стол Контрольная работа.

Если хотя бы одна из компетенций не сформирована, то положительная оценки по дисциплине быть не может.

4. Объем, структура и содержание дисциплины «Современные модели индивидуального психологического консультирования».

4.1. Объем дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

4.2. Структура дисциплины«Современные модели индивидуального консультирования».

4.2.1. Структура дисциплины в очной форме.

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по модулям	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу магистрантов и трудоемкость (в часах)				Самостоя работа в	Формы текущего контроля успеваемости *и* промежуточной аттестации
				Лекции	Практическ е занятия	Лабораторн ые занятия	Контроль самост.рабо	экзамен	
	Модуль 1. ***Общие теоретико-методологические основания моделей индивидуального психологического консультирования***								
1	Предмет, задачи, методы, функции и модели индивидуального консультирования. Цифровое консультирование.			2	2				Кейсовые задания.
2	Роль и место консультанта в консультировании.				2		2		Устный опрос
3	Принципы организации индивидуального консультирования.			2					Контрольная работа.
4	Формулирование и проверка консультативных гипотез. Коррекция установок клиента.			2	4		2		Дискуссия.
5	Основные навыки поддержания консультативного				2				Мини-конференция.

	контакта								
6	Отработка навыков ведения консультативной беседы.				2		1		Рефераты
7	Анализ проблемных зон клиентов.				4		2		
8	Локус жалобы клиента.			2	2				Рефераты.
	Итого по модулю 1:			8	18		7		
	Модуль 2.*Техники и стадии индивидуального психологического консультирования*								
9	Стадии индивидуального консультативного процесса				2		2		Эссе.
10	Консультирование психотравмированной личности			2	2				Конференция
11	Модели - поддержания консультативного контакта в режиме кризисной интервенции			2			2		Групповая дискуссия

12	Коммуникативное и социально-перцептивное консультирование. Деловое психологическое консультирование			2	4				Круглый стол.
13	Пространство терапевтических отношений в индивидуальном консультировании.Консультативный диалог.				2		2		Презентация портфолио.
14	Модели трансформации личности при специальных проблемах			2	2				Защита проектов.
15	Общие и специфические техники индивидуального консультирования			2	2				Презентация портфолио.
16	Саморегуляция в консультативном сеансе.				2		2		Форсайт-игра.
	Итого по модулю 2:			10	16		8		
	Модуль-3	**Модуль-3**							Подготовка к экзамену 36
	ИТОГО:	10		18	34	36	15	5	

		8							

4.3.СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ « СОВРЕМЕННЫЕ МОДЕЛИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО консультирования», структурированное по темам (разделам).

4.3.1. Содержание лекционных занятий по дисциплине «Современные модели индивидуального консультирования»

Модуль 1. Общие теоретико-методологические основания моделей индивидуального консультирования

Тема 1. Предмет, задачи, методы, функции и модели индивидуального консультирования.

Содержание темы. Система психологической помощи и место в ней психологического консультирования. Соотношение психологического консультирования с психологической диагностикой, психокоррекцией, психопрофилактикой, психогигиеной и психотерапией; различные подходы к оценке эффективности психологического консультирования. Цифровое косультирование. Универсальные функции психологического консультирования. Структура и цели консультирования**.** Триада успешности в выборе модели консультативной работы. Соотношение теории и практики в психологическом консультировании. Проблема выбора теоретической ориентации консультантом; типы теоретических ориентаций в консультировании; цели психологического консультирования в понимании различных психологических школ**.** Соотношение целей клиента с целями консультанта. Основные аксиомы психологического консультирования. Ролевые позиции и функции консультанта. Проблема базовой мотивации выбора профессии консультанта; терапевтическое значение патологического радикала в консультировании; основные архетипические роли консультанта. Важность богатства и пластичности ролевого репертуара консультанта, функции консультанта. Этические нормы психологического

консультирования.

Тема 2. Принципы организации индивидуального консультирования. Содержание темы. Основные модели организации консультативного процесса. Специфические различия организации консультативного процесса при работе консультанта на предприятии или в организации, в специализированном консультативном центре и при работе в режиме частной практики; основные стратегии привлечения клиентов в психологическом консультировании; правила первого разговора с клиентом (по телефону либо при первой встрече); принципы определения продолжительности консультативного сеанса; факторы, влияющие на определение частоты встреч; определение общей продолжительности консультативного процесса. Требования к кабинету консультанта, значение месторасположения кабинета в контексте эффективности реализации целей и задач консультирования. Общие принципы дизайна помещения для психологического консультирования; требования к размерам и освещенности кабинета консультанта. Особенности установления консультативного контакта. Отличительные особенности успешного консультативного контакта и формы их проявления. Возможные сложности при установлении контакта, причины их возникновения и способы преодоления; специфические технические приемы и техники консультирования, позволяющие успешно установить контакт; модели структурного интервью (О. Кернберга и др.).

Тема 3. Формулирование и проверка консультативных гипотез.

Содержание темы. Коррекция установок клиента. Факторы, обуславливающие речевое поведение и взаимопонимание в консультировании. Присоединение чувств к содержанию исповеди клиента. Эффект визуального впечатления. Модели консультативных барьеров.

Навыки клиент-центрированного общения**.** Анализ проблемных зон и чувств клиентов. Эффект визуального впечатления. Язык жестов. Перенос и контрперенос в консультировании. Аргументация и структура прояснения

проблемной ситуации сеттинга Практический аспект работы психолога по индивидуальному и групповому консультированию.

Тема 4. Навыки индивидуального консультатирования при специальных проблемах

Содержание темы. Понятие консультативного контакта. Терапевтический климат. Физические компоненты консультативного контакта. Эмоциональные компоненты консультативного контакта. Умения психолога в процессе установления консультативного контакта. Навыки поддержания консультативного контакта. Навыки консультирования при специальных проблемах. Перенос и контрперенос в консультировании. Цели и принципы перефразирования. Использование вводных слов. Цели и принципы отражения чувств клиента. Присоединение чувств к содержанию. Принципы прояснения. Отражение чувств консультанта. Прояснение проблемной ситуации. Трудности при освоении базовых навыков.

Модуль 2.Техники и стадии индивидуального консультирования

Тема 5. Консультирование психотравмированной личности.

Содержание темы. Модель SIBAMв структуре оказания помощи клиенту. Консультирование жертв насилия. Особенности диагностики и планирования консультативного процесса при работе с жертвами насилия. Специфические техники и приемы консультативного воздействия при работе с жертвами насилия. Основные этапы консультирования при работе с жертвами насилия;

Возможности работы в режиме консультирования с ПТСР. Основные этапы консультирования в работе с ПТСР. Специфические техники консультативного воздействия в работе с ПТСР.

Особенности диагностики и планирования консультативного процесса по проблемам страхов и тревоги**.** Индивидуально-типологические особенности клиентов специфика консультирования клиентов с доминирующей агрессивностью и клиентов с доминирующей неуверенностью; особенности

консультирования в выраженными психопатическими, нарциссическими, шизоидными, параноидными, депрессивными, маниакальными, мазохистическими, обсессивными, компульсивными, истерическими, диссоциативными радикалами характера. Учет в консультировании доминирующей модальности восприятия и жизненной стратегии.

Тема 6. Модели поддержания консультативного контакта в режиме кризисной интервенции.

Содержание темы. Понятие консультативного контакта. Терапевтический климат. Физические компоненты консультативного контакта. Эмоциональные компоненты консультативного контакта. Умения психолога в процессе установления консультативного контакта. Навыки поддержания консультативного контакта. Перенос и контрперенос в консультировании. Цели и принципы перефразирования. Использование вводных слов. Цели и принципы отражения чувств клиента. Присоединение чувств к содержанию. Принципы прояснения. Отражение чувств консультанта. Прояснение проблемной ситуации. Трудности при освоении базовых навыков.

Тема 7-Коммуникативное и социально-перцептивное консультирование.

Содержание темы. Вопросы:

1. Функции коммуникативного общения в консультировании.

2. Привлечение внимания консультантом на социально-перцептивной основе.

Цель: Анализ моделей консультирования на основе перцептивно-коммуникативного общения.

Тема 8. Модели психологического консультирования при специальных проблемах.

Содержание темы. Особенности консультирования лиц с повышенной тревожностью. Особенности консультирования при страхах и фобиях. Особенности консультирования при переживании чувства вины. Причины возникновения невротической вины. Особенности структуры и динамики консультирования обсессивных личностей. Особенности консультирования лиц с

истерическими чертами. Стадии развития кризисного процесса: стадия нормальной адаптации, стадия мобилизации, критическая стадия. Основные принципы кризисной интервенции. Три стадии работы с кризисом Формулирование и проверка консультативных гипотез. Работа консультанта с травмой. Травматическая и исцеляющая воронки.

Тема 9. Общие и специфические техники консультирования

Содержание темы. Теоретическая часть. Понятие и классификация общих техник психологического консультирования. Техники поощрения, повторения, задавания вопросов, прояснения, конфронтации, интерпретации, суммирования, отражения чувств (включая суммарное отражение чувств как частный случай), информирования, рекомендации, убеждения, парадоксальной реакции, обратной связи, самораскрытия; показания и противопоказания к применению каждой из общих техник психологического консультирования; с

4.3.2. Содержание практических занятий.

Модуль 1. Общие теоретико-методологические основания моделей индивидуального консультирования

Тема 1. Цифровое индивидуальное консультирование.

Специфика консультирования в ситуации цифровизации и вызовов современности. Трансформация моделей дополнительного образования на этапе цифровизации. Проблема культуры взаимодействия ребенка, подростка, юноши или девушки с «цифровым миром. Пандемия цифрового образования. Психологические инварианты как следствие цифровизации. Зоны трансформации и риска. Феномены. поведенческие расстройства, изменения в эмоциональной сфере и структуре способностей. Личностные феномены. Модели консультирования по преодолению кризисов цифровизации.

Тема 2. Роль и место консультанта в консультировании.

Содержание темы. **Теоретическая часть.** Профессиональная подготовка психолога – консультанта. Требования к личности психолога – консультанта.Система ценностей консультанта.

Практическая часть. Упражнения на развитие навыков слушания:

«Использование молчания», «Степень близости между собеседниками», «Качества эффективного слушания». Отработка навыков ведения консультативной беседы на ее начальных этапах, слушания и понимания. Упражнения на налаживание психологического контакта и самопознание: «Поддержка», «Счастливый столб». Отработка навыков клиент-центрированного общения.

Тема 3-4. Формулирование и проверка консультативных гипотез.

Содержание темы. Вопросы:

1.Формулирование консультативных гипотез.

2.Коррекция установок клиента на основе проверки гипотез.

Цели занятия:

Овладение магистрантами навыками проверки консультативных гипотез.

Магистранты обучаются навыкам формулирования и проверки консультативных гипотез в рамках стандартной ситуации проведения занятий:

Преподаватель предлагает одному из магистрантов разыграть перед группой роль клиента, предложив некоторую реальную или гипотетическую проблему для анализа. Другому предлагается осуществлять роль консультанта. Остальные члены группы выполняют роли супервизоров. Однако на протяжении занятия студент, осуществляющий роль консультанта, может неоднократно меняться. В некоторых случаях роль клиента может взять на себя преподаватель.

По ходу развертывания процесса консультирования преподаватель может комментировать действия консультанта или клиента, предлагать им занять ту или иную позицию, предлагать другим членам группы включиться в работу, помочь консультанту.

Особое внимание уделяется анализу конкретных ситуаций, акцентуированию языка чувств. Предполагается, что студенты хорошо изучили эти алгоритмы в курсах «Введение в психологическое консультирование», «Консультативная психология». Необходимо, чтобы в процессе занятия было выдвинуто и проверено как можно больше консультативных гипотез. Для

стимулирования процесса выработки студентами консультативных гипотез можно использовать метод «Мозгового штурма».

В процессе занятия также фиксируются и анализируются ошибки, которые подробно рассматривались на предыдущих занятиях.

Коррекция установок клиента.

Цель занятия: Отработка навыков коррекции установок клиента.

Форма проведения занятия аналогична предыдущим. Магистранты при участии преподавателя пытаются выстроить применительно к ситуации клиента цепочки событий, которые помогли бы клиенту осознать низкую эффективность своих прежних способов справляться с проблемой. Это должно привести клиента к смене его установок на ситуацию. Здесь можно использовать и доведение до клиента имеющей отношение к его проблемам психологической информации, ознакомить клиента с вариантами иных, более конструктивных установок.

В случае низкой эффективности методов проблемно-ориентированного консультирования можно переходить к использованию методов личностно-ориентированного и решение-ориентированного видов психологического консультирования.

Для стимулирования работы студентов можно использовать метод «Мозгового штурма»

В процессе занятия также фиксируются и анализируются ошибки, которые подробно рассматривались на предыдущих занятиях.

«Трудный случай»- (медитация).

Сядьте поудобнее… расслабьтесь... сделайте медленно 2- 3 глубоких вдоха и выдоха.

Вспомните из практики специалистов какой-нибудь трудный случай... Воскресите в своем воображении случай, когда вам довелось работать на практике с трудным клиентом.

Сначала взгляните на этот случай с точки зрения его «ненормальности».

Представьте, что вы считаете, этого клиента ненормальным и хотите сделать его нормальным. Рассматривайте случай сквозь эту призму...

Представьте, что вы обязаны сделать так, чтобы он изменился...

Почувствуйте свою ответственность за этого клиента…

Обратите внимание, что этому человеку чего-то недостает, это не целостная, ущербная личность...

Этот человек должен избавиться от чего-то, как каждый из нас иногда нуждается в избавлении от чего-то...

Почувствуйте, что в общем-то, этот клиент не стоит ваших усилий.

А теперь «отряхнитесь» и отбросьте все это. Попробуем взглянуть иначе:

Пусть это будет тот же самый клиент, но теперь мы будем смотреть на него сквозь другую призму: взгляните на уникальность этого человека...

Что, если вы любите, что, если вы цените эту личность безусловно, такой как она есть?...

Что, если воспринимать боль этого человека не как что-то, от чего нужно избавиться, а была бы принята как часть условий бытия? Как бы вы себя чувствовали при этом? Как бы он чувствовал себя, если бы у него было такое к этому отношение?...

Что, если этот человек будет знать, в чем он нуждается и кем является на самом деле?...

Что бы вы чувствовали при этом?...

Включите это в ваш жизненный опыт.

Когда почувствуете себя готовыми, можете сделать записи.

Тема 5. Навыки поддержания консультативного контакта.

Содержание темы. *Вопросы:*

1.Сущность клиент-центрированного общения в консультативном сеансе.

2.Влияние навыков клиент-центрированногоповеденияна состояние и динамику психических процессов у клиента.

Цели занятия: Формирование у магистрантов навыков клиент-центрированного общения.

Предлагается следующая инструкция:

«Выберите партнера, с которым Вы хотите работать. Решите, кто из Вас сначала будет консультантом, а кто–клиентом. Клиент рассказывает консультанту о чем-то (действительно имевшем место или выдуманном), о чем трудно рассказать: например, случай, когда Вы лгали, мошенничали, были неадекватны, несправедливы и т.п. Консультант старается, насколько может, понять, что рассказывает клиент. Переформулируйте услышанное, чтобы убедиться в правильности своего понимания. Консультант не должен оценивать правильность или неправильность чего-то, давать советы, утешать или критиковать. Нужно сохранять отношение к клиенту как к равному человеку, что бы он Вам не рассказал. Это – трудное упражнение. Постарайтесь отметить моменты, когда Вам захотелось комментировать, когда Вы начинаете судить, жалеть, когда клиент Вас раздражает или беспокоит. Удается ли Вам осознавать собственные переживания, одновременно сохраняя позитивное внимание и эмпатическое восприятие? Задача состоит не в том, чтобы имитировать такого рода поведение; постарайтесь сознавать Ваши актуальные чувства. Поменяйтесь ролями, пусть тот, кто был консультантом, теперь будет клиентом. В качестве клиента Вы можете почувствовать влияние того, как Вас слушают, на то, о чем Вы собираетесь рассказать. Это упражнение многого требует как от клиента, так и от консультанта. Это, конечно, не клиент-центрированное консультирование как таковое, но Вы сможете представить себе требования, которые оно предъявляет участникам».

После того, как магистры выполнят это упражнение, им предлагается по очереди поделиться с группой своими ощущениями, сначала в роли клиента, а потом в роли консультанта.

Особый акцент делается на том, произошли ли какие-либо изменения у клиента благодаря клиент-центрированному поведению консультанта, в чем эти изменения состояли.

Удалось ли консультантам до конца выдержать роль клиент-центрированного партнера по общению? С какими трудностями они встречались на этом пути? Как они пытались эти трудности преодолеть?

Тема 6. Отработка навыков ведения консультативной беседы на ее начальных этапах.

Цель занятия:

Отработка магистрантами навыков ведения консультативной беседы на начальных этапах консультирования, слушания и понимания.

Преподаватель предлагает одному из магистрантов разыграть перед группой роль клиента, предложив некоторую реальную или гипотетическую проблему для анализа. Другому магистранту предлагается осуществить роль консультанта. Остальные члены группы выполняют роли супервизоров. Однако на протяжении занятия студент, осуществляющий роль консультанта, может неоднократно меняться. В некоторых случаях роль клиента может взять на себя преподаватель. По ходу развертывания процесса консультирования преподаватель может комментировать действия консультанта или клиента, предлагать им занять ту или иную позицию, предлагать другим членам группы включиться в работу, помочь консультанту. Прежде всего, отрабатываются навыки знакомства с клиентом.

Обращается внимание на необходимость наличия стандартной фразы, с которой начинается процесс консультирования. Например: «Что Вас привело ко мне?». При отработке у магистрантов навыков слушания особое внимание уделяется тому, чтобы внешне демонстрировали свою включенность в беседу: кивали головой, произносили местоимения, свидетельствующие о том, что они слушают, смотрели в глаза клиенту, при этом были доброжелательны и безоценочны.

Одной из основных ошибок консультантов на этом этапе работы является переход к этапу коррекции, когда этап диагностики, по сути, еще не завершен. Преподаватель обращает внимание иагистраннтов на подобные ошибки. В резюме не следует делать акцент на том отрицательном, что сказал

клиент, скорее следует выделить и подчеркнуть положительные аспекты сказанного. Резюме консультанта должно быть направлено на повышение самооценки клиента, на увеличение осознания им собственных сил и возможностей. Резюме консультанта должно вселять новые силы в клиента, а не укреплять его в позиции безнадежности. У студентов формируются навыки подведения подобного рода резюме.

Те же самые требования предъявляются и к формулировкам вопросов, которые консультант задает клиенту. Преподаватель также следит за тем, чтобы вопросы не были слишком длинными или непонятными, перегруженными научными психологическими терминами, ставящими клиента в тупик. У магистрантов отрабатываются навыки конструктивной постановки вопросов.

Клиент, излагая сущность своих затруднений, не всегда начинает с самого главного. В процессе своего рассказа он может легко уйти в сторону от того, с чего начал, не рассказать того, чего хотел рассказать. Поэтому консультанту в процессе работы с клиентом необходимо следить за тем, чтобы у него сложилась всесторонняя и исчерпывающая картина наличной ситуации клиента. Для этого психологу-консультанту необходимо иметь в голове некий план сбора информации, перечень типичных для каждой человеческой жизни областей, в которых у человека могут быть проблемы. Психолог-консультант должен побуждать клиента к информации относительно всех этих областей.

Далее необходимо систематизировать и структурировать эту информацию, и, на основе имеющихся у магистрантов и преподавателя психологических знаний, сформулировать проблему клиента уже психологическим языком, то есть в виде психологической проблемы. Будущие консультанты пытаются это делать в процессе групповой дискуссии.

Тема 7. Анализ проблемных зон клиентов. Модели индивидуального консультирования клиентов с переживаниями.

Содержание темы. **Теоретическая часть.** Тестирование в практике работы с переживанием клиента. Проективные тесты. Функции проективной графики в консультировании: организация диалога, сбор дополнительной информации для

построения гипотезы, углубление самопознания клиента. Методики "Рисунок семьи", "Рисунок переживаний", "Четыре персонажа", "План квартиры", "Шесть незаконченных изображений", "График жизни"

Практическая часть. Освоение магистрантами навыками консультативной экспресс-диагностики. Упражнения «Что делать, когда возникают непредвиденные обстоятельства», «Тихая воительница». Использование изученных техник в работе с условным клиентом.

Тема 8. Локус жалобы клиента.

Содержание темы. **Теоретическая часть.** Навыки ведения консультативной беседы на начальных этапах консультирования, слушания и понимания. Использование изученных техник в работе с условным клиентом. Необходимость ограничения речи психолога-консультанта в диалоге, приближение разговорной речи консультанта к языку клиента. Анализ эмоциональных переживаний клиента в связи с излагаемыми им событиями и поступками с помощью техник работы на уровне чувств.

Практическая часть. Формирование у магистрантов опыта относительно того, как клиент-центрированное поведение психолога-консультанта влияет на состояние и динамику психических процессов у клиента.

Ролевая игра «Консультация». Упражнения на выявление и развитие способности к эмпатии: «Простая и избирательная рефлексия чувств», «Применение эмпатии в сложных ситуациях», «Оценка степени эмпатии окружающих». Упражнения на развитие навыков поддержания контакта: «Различные типы информации», «Избыточность советов», «Конфронтация I»,«Конфронтация II», «Правда и вымысел».

Тема 9.Навыки консультирования при специальных проблемах.

Содержание темы. Цели занятия: Формирование профессиональных навыков.

- Исследование степени близости, личного пространства и расстояния между «консультантами» и «клиентами».

- Исследование молчания.
- Развитие навыка рефлексии чувств.
- Исследование реакций, чувств и ощущений, возникающих при работе с тревожными, истерическими, обсессивными, шизоидными личностями.
- Исследование сложностей, возникающих при консультировании лиц с психосоматическими расстройствами и клиентов с депрессией и суицидальными намерениями.

Психотехнические упражнения.

«Контакт в пространстве». Для всей группы, освоение пространства, материального и группового. «В этом эксперименте осознавайте все, что с вами происходит, эмоции, желания, как вы с ними поступаете, желания реализовываете или нет…»

- В группе, закрыть глаза, двигаться, осознавая, с чем вы в контакте, как вы ощущаете себя, как взаимодействуете с окружающим миром, какие фантазии вы начинает контактировать, как возвращаетесь к контакту здесь и сейчас.
- Открыть глаза. Двигаться, взаимодействовать только с объектным миром, не вступая в контакты с людьми, что привлекает Вас, как вы можете контактировать с объектами или избегать контакта.
- С открытыми глазами, молча взаимодействовать с людьми, вступая в контакт, если есть желания, и выходя из контакта.
- С закрытыми глазами, продолжая двигаться, вступать в контакт или уходить от контакта, как вы взаимодействуете с самим собой и с другими людьми в этой ситуации. Остановиться, с закрытыми глазами, побыть в контакте с тем, с кем вы сейчас оказались в паре, молча, если пары нет найти ее.
- Открыть глаза, молча постоять, сохраняя позу, продолжить контакт с этим человеком с открытыми глазами. Отметить изменения, которые произойдут в вашем контакте, когда вы увидели, кто ваш партнер.
- С тем, с кем вы оказались в паре, поделиться впечатлениями. После этого найти еще одну пару – и в группах по 4 человека обсудить весь ход эксперимента.

«Молчание в группе». Эксперимент для работы с молчанием. Инструкция: «Возьмите ручку и бумагу, записывайте все о чем молчите, все что придет в голову». В этой записи могут быть повторы, например одно слово "трудно" или "зачем". Поработать в парах с полученным материалом, отмечая свои чувства по поводу прочитанных слов, фрагментов текста. Это могут быть стыд, страх, радость удовольствие презрение, отметить для себя, если эти чувства являются токсическими. Постараться осознать, во время обсуждения, что за потребность или нереализованное действие стоят за этими чувствами.

«Кризис и значение» (по Диане Бечетти-Уайтмор). Метод арт-терапии.

1. Подумайте о трех кризисах, пережитых вами в жизни до настоящего времени. Затем сделайте свободный рисунок каждого из них, выражая чувства, которые вы испытывали во время кризиса, происшедшую дезинтеграцию, существо случившегося с вами. Рисуйте свободно, не пытаясь сделать рисунок красивым.

2. Теперь возьмите рисунки.

3. Всмотритесь в ваши рисунки, проследите в них непрерывность, если можете ее почувствовать. Вы можете рассматривать кризис как переход между двумя фазами вашего развития. И если мы описываем самораскрытие в ретроспективе, мы можем быть способны усмотреть в нем новую черту, пытающуюся пробиться на поверхность, новый жизненный импульс, прокладывающий себе путь, новую часть нашего существа, которая сию минуту рождается. Такая возможность усиливается при рассмотрении трех кризисов вместо одного. Кризис означает, что существующий порядок рушится, а новый, возможно, более совершенный, занимает свое место. Но в период между старым и новым порядком возникают временные дезинтеграция и боль.

4. Осознайте также, каким образом вы встречали эти три кризиса. Пытались ли вы отсрочить или игнорировать их? Усиливали ли возникающую боль, цепляясь за старые паттерны? Были ли вы мужественны перед лицом кризисов? Переживали ли вы каждый кризис по-разному?

Замечания: можно повторить это упражнение, подставив три самых сильных переживания вместо трех кризисов и пытаясь проследить ваше самораскрытие через них.

Упражнения по передаче сообщений. Чтобы развить способность передавать сообщение, нужно тренировать несколько частей этого.

Во-первых, нужно уметь передавать какое угодно сообщение кому-то другому. Мы достигаем этого, упражняясь в отправлении простого сообщения через разные расстояния, делая все необходимое, чтобы оно дошло до получателя, если нужно, регулируя силу сообщения.

Во-вторых, нужно удобно себя чувствовать, о чем бы он ни разговаривал с другим. Мы будем развивать эту способность.

В-третьих, магистрант должен уметь передавать конкретные сообщения другому. Это могут быть сообщения, которых студент обычно не говорит, но которых требуют определенные техники. Поэтому ему нужно уметь естественно передавать эти сообщения, как будто он только что их придумал, даже если это часть какой-то изученной им техники.

Магистрант и преподаватель сначала стоят рядом друг с другом. Магистрант говорит "Здравствуй" преподавателю. Если преподаватель чувствует, что "Здравствуй" действительно дошло до него, он говорит "Хорошо". Если нет, он или игнорирует "Здравствуй", или объясняет ошибку. Когда "Здравствуй" доходит на небольшом расстоянии, преподаватель отходит дальше. Он начинает обращать свое внимание в сторону, и не смотреть на партнера. Магистрант должен добиться внимания с помощью "Здравствуй". Это задание усложняется до тех пор, пока студент не сможет спокойно добиваться внимания преподавателя, когда тот находится на расстоянии в 15 метров и занят чем-то другим. Цель не в том, чтобы кричать, а в том, чтобы передать сообщение «Просто говорить». Магистрант и преподаватель сидят друг перед другом. Магистрант должен, не останавливаясь, говорить что угодно преподавателю.

Упражнение предназначено для того, чтобы будущий консультант продолжал говорить, не истощаясь, не смущаясь и никак не реагируя. Он может

говорить о своих переживаниях, своих убеждениях, о французской кухне, это неважно. Преподаватель не поддерживает разговор, но делает внимательный и заинтересованный вид.

Модуль 2. Техники и стадии индивидуального консультирования

Тема 10. Стадии индивидуального консультативного процесса.

Первая стадия: Сбор информации.

1. Помогите клиенту идентифицировать и выразить чувства и связать их с содержанием. Это позволяет снизить эмоциональное напряжение и, кроме того, делает возможным определение кризиса через отдельные события и проблемы. Образно выражаясь, гора, которую клиент тщетно пытался сдвинуть с места, распадается на отдельные куски породы, к которым можно подступиться.

2. Уделите время тому, чтобы максимально полно исследовать проблему вместе с клиентом. Человек, находящийся в кризисном состоянии, жаждет получить немедленное облегчение. У консультанта кризисной службы может возникнуть искушение поскорее перескочить от исследования проблемы к её решению, чтобы снизить интенсивность переживаний клиента. При таких преждевременных попытках решения важная информация может быть упущена, и вы рискуете толкнуть клиента на повторение его же собственных ошибок.

3. Идентифицируйте событие, вызвавшее кризис и постарайтесь отделить «исторические» проблемы от актуальной ситуации.

Вторая стадия: Формулирование и переформулирование проблемы.

1. Результатом исследования ситуации может явиться переформулирование проблемы, поскольку:

- Формулируя свою проблему, клиент мог не учесть её важных аспектов.
- Проблема может быть глобальной, и для того, чтобы с ней справиться, её потребуется разделить на более мелкие.
- Формулируя проблему, клиент может смешивать актуальные и «исторические» проблемы.

2. Проясните, что клиент уже предпринимал для решения проблемы. Повторение неэффективных способов решения может стать частью картины кризиса. Отделив проблему от неэффективных способов её решения, можно переформулировать проблему и подойти к ней по-новому.

3. Спросите клиента, что помогало ему справляться с проблемой раньше. С вашей помощью клиент может обнаружить, что он владеет многими полезными навыками. Кроме того, это помогает переформулировать проблему — она уже не выглядит совершенно недоступной контролю, клиент понимает, что может с ней спра¬виться хотя бы частично.

4. Что делать, если определение проблемы застопоривается:

- перейти от более обобщенного определения к более конкретному, частному;
- перейти от частного, конкретного определения к более обобщенному;
- проверить, не пропущено ли какое-то действующее лицо при определении проблемы;
- исследовать, нет ли каких-то подспудных, скрытых проблем.

Третья стадия: Альтернативы и решения.

1.Откажитесь от попыток решения проблемы. Это часто является ключевым моментом работы, потому что иногда неудачные решения вносят существенный вклад в развитие кризиса. Переключайтесь на работу с проблемой. Такой прием имеет смысл применить в следующих случаях:

- когда клиент пытается контролировать события, которые он в принципе контролировать не может,
- когда решение усугубляет проблему.

2. Откажитесь от цели. Это полезно делать тогда, когда цели, которые ставит перед собой клиент, нереалистичны или недостижимы в данный момент.

3. Выясните, есть ли что-то такое, что мог бы предпринять клиент для улучшения ситуации, если невозможно полностью исправить её.

4. Спросите, что помогало раньше в аналогичной ситуации.

5. Выявите ложно направленную потребность контроля и переключите внимание клиента на работу с проблемой.

6. Избегайте попадания в ловушку преждевременных решений.

Кризис наносит удар по привычным представлениям человека о себе и об окружающем мире, утрачивается контроль, неопределенными становятся представления о будущем. «Но даже когда невозможность существовать в прежней системе представлений очевидна, чело¬век продолжает цепляться за них. «Хочу, чтобы все было как раньше», «Почему это произошло со мной?» — подобные мысли могут принимать характер навязчивости».

В процессе занятия также фиксируются и анализируются ошибки, которые подробно рассматривались на предыдущих занятиях.

Тема 11. Отработка навыков консультирования клиентов при кризисных состояниях.

Содержание темы. Особенности консультирования лиц с повышенной тревожностью. Особенности консультирования при страхах и фобиях. Особенности консультирования при переживании чувства вины. Причины возникновения невротической вины.Особенности структуры и динамики консультирования обсессивных личностей. Особенности консультирования лиц с истерическими чертами.

Вопросы: 1. Уменьшение смятения благодаря процессу повторения.

2. Формирование понимания текущих проблем для поддержки клиента.

3. Создание фундамента для принятия людьми пережитого опыта.

Цели занятия:

Организация работы, направленной на выражение сильных эмоций.

Организовать консультирование по алгоритму работы с кризисными состояниями.

Упражнения на снятие тревожности и установление доверительной атмосферы: «Разожми кулак». «Реализация плана действий». Отработка навыков консультирования лиц с повышенной тревожностью, страхами. Отработка навыков коррекции установок клиента.Групповое обсуждение.

Самостоятельная письменная творческая работа магистрантов. Упражнение «Ловушки консультирования». Развитие навыков консультирования при специальных проблемах. Работа супервизорской группы.

Тема 12. .Коммуникативное и социально-перцептивное консультирование.

Содержание темы. Вопросы:

1. Функции коммуникативного общения в консультировании.

2. Привлечение внимания консультантом на социально-перцептивной основе.

Цель: Освоение навыков консультирования на основе перцептивно-коммуникативного общения.

Упражнение 1. Выполняется в *аквариуме*. Беседуя с клиентом, необходимо обратить внимание на его индивидуальные особенности, которые, наверное, делают его человеком малопривлекательным для окружающих людей. В первую очередь желательно выяснить, старается ли сам клиент привлекать к себе внимание или же пассивно ожидает, что на него обратят внимание окружающие люди. Если имеет место последнее, то клиенту можно рекомендовать самому вести себя в общении с людьми более активно и сознательно стараться обратить на себя их внимание. Выбранные средства привлечения внимания должны быть такими, чтобы они соответствовали интересам и потребностям того человека, чье внимание с их помощью привлекается. Это означает, что один человек, обративший внимание на другого человека, сам должен понимать, чем этот, другой, интересен и полезен для него, в какой степени он способен или не способен удовлетворить его собственные актуальные интересы и потребности.

Затем или вместе с тем, о чем говорилось выше, необходимо выяснить, есть ли у клиента нечто такое, что способно оттолкнуть от него людей. Если такие качества у клиента имеются, то необходимо понять, каковы они и чем вызваны.

Желательно, например, если есть такая возможность, таким образом выбрать ситуацию, условия общения, чтобы они позволили клиенту проявить свои

наилучшие качества в общении с людьми, и тем самым привлечь к себе внимание со стороны.

Упражнение 2. Попросить клиента подробно объяснить, почему он считает, что лично ему окружающие люди уделяют недостаточное внимание. Попросить клиента некоторое время понаблюдать за окружающими людьми и ответить на вопрос, кому из них, по его мнению, уделяется большее внимание, чем ему, и почему.

Полезные сведения о клиенте, позволяющие точно установить, являются ли его претензии на внимание со стороны других людей чрезмерными, можно получить путем изучения характера клиента, особенно имеющихся в его характере акцентуаций. Дело в том, что среди акцентуированных черт характера есть такие, которые сами по себе порождают необоснованные претензии человека на внимание со стороны. Это, например, гипертимность и истеричность. Если обнаружится, что у клиента имеются подобные акцентуации в характере, то для психолога-консультанта это может быть достаточным основанием для того, чтобы утверждать, что претензии клиента на внимание со стороны действительно чрезмерные и носят в основном субъективный характер. Практическое решение проблемы в данном случае видится в том, чтобы свести к минимуму или вовсе исключить проявление соответствующих акцентуаций в характере клиента в его поведении по отношению к окружающим людям.

Упражнение 3. Выполняется в парах.

1. Выберите себе клиента. Дайте ему рекомендации по усилению его интереса к людям.

2. Повторите для себя основные этапы проведения консультирования связанные с решением проблемы неумения человека привлекать к себе внимание со стороны окружающих людей.

3. Сформулируйте основные причины, в силу которых у человека может проявиться неумение высказывать комплименты в адрес других людей и неспособность правильно реагировать на комплименты.

4. Перечислите возможные причины неспособности человека точно воспринимать и правильно оценивать социальные роли других людей.

Рефлексивный анализ.

Тема 13. Деловое психологическое консультирование.

Содержание темы.**«Начальник и подчиненный».**

1. Восстановите, пожалуйста, в своей памяти основные моменты процедуры психологического консультирования на тему о личных взаимоотношениях руководителя и подчиненных.

2. Припомните, как следует проводить психологическое консультирование, направленное на решение проблемы деловых взаимоотношений.

3. Вспомните основные процедурные моменты психологического консультирования руководителя по вопросам распределения обязанностей между подчиненными.

4. Повторите основные рекомендации, которые касаются психологического консультирования руководителя относительно принятия им оптимальных деловых решений.

5. Вспомните формы речевого этикета, подходящие для случаев обращения с просьбами, реагирования на просьбы и выражения благодарности за выполненную просьбу.

6. Припомните, какие вопросы следовало бы задать клиенту для выяснения его умения убеждать людей. Какие рекомендации ему можно было бы предложить на этот счет?

7. Проведите психологическое консультирование руководителя по вопросам об оптимальном распределении обязанностей, координации взаимодействия и контроля деятельности подчиненных.

8. Поэкспериментируйте с умением убеждать и методами совершенствования данного умения.

Упражнение**. «Боюсь-хочу».**В паре с партнером. 10 мин говорить фразы, каждая из которых начинаются со слов « Я боюсь…». Не стоит развивать тему. Партнер поддерживает темп выполнения и не позволяет говорить более одной фразы

на каждую тему. После этого продолжить в течение 10 минут монолог, каждая фраза начинается с «Я хочу…». После завершения поменяться ролями. В группе обсуждение посвящено осознаванию собственных страхов и желаний

Тема 14. Пространство терапевтических отношений в консультировании

Теоретическая часть. Содержание темы. Проблема свободы выбора и осознавание изменений. Терапевтические позиции в консультировании. Индивидуальный стиль консультирования. Пробуждающий и провоцирующий стили консультирования. Использование методов подкрепления в психологическом консультировании.

Практическая часть. Отработка навыков анализа проблемных зон клиентов. Отработка навыков перевода запроса клиента на язык психологической проблемы. Положительные и отрицательные подкрепляющие стимулы. Использование в качестве стимулов элементов триады Роджерса. Медитативное упражнение «Трудный случай». Упражнения «Исследование индивидуального стиля», «М етафора». Парная супервизия в группе.

Тема 15. Модели трансформации личности при специальных проблемах.

Трансформация личности в результате переживаний.

Содержание темы. **Теоретическая часть.** Тестирование в практике работы с переживанием клиента. Проективные тесты. Функции проективной графики в консультировании: организация диалога, сбор дополнительной информации для построения гипотезы, углубление самопознания клиента. Методики "Рисунок семьи", "Рисунок переживаний", "Четыре персонажа", "План квартиры", "Шесть незаконченных изображений", "График жизни"

Практическая часть. Освоение магистрантами навыками консультативной экспресс-диагностики. Упражнения «Что делать, когда возникают непредвиденные обстоятельства», «Тихая воительница». Использование изученных техник в работе с условным клиентом.

Упражнения на снятие тревожности и установление доверительной атмосферы: «Разожми кулак». «Реализация плана действий». Отработка навыков консультирования лиц с повышенной тревожностью, страхами. Отработка навыков коррекции установок клиента.Групповое обсуждение.

Самостоятельная письменная творческая работа магистрантов. Упражнение «Ловушки консультирования». Развитие навыков консультирования при специальных проблемах. Работа супервизорской группы.

Упражнения. «Трансформация агрессивной энергии» (По П. Ферручи)

1. Выберите проект или деятельность, на которой вы хотите "выпустить пар".

2. А теперь, отложив ваш проект на время в сторону, обратитесь к своим агрессивным чувствам. Ощутите их силу, вибрации, эффект, оказываемый ими на телесном уровне и, может быть, причиняемое ими страдание. Дайте им, скажем так, пространство, то есть наблюдайте за ними без всяких оценок, без навешивания ярлыков.

3. Теперь допустите, что все эти чувства - энергия, находящаяся в вашем распоряжении, которая ценна и может быть использована для дела. Она может причинить боль, но может стать также движущей силой для выбранных вами форм деятельности или проекта.

4. Теперь живо представьте себя в середине вашего проекта или деятельности. Сообщите сознанию как можно больше деталей из вашего образа.

Представляйте происходящие изменения, но следите за ними с большей силой и вниманием, возникшим благодаря выбранной вами энергии.

«Раскрытие смысла». Очень часто человек живет и мыслит в неопределенностях, реагирует на абстракции, взаимодействует с ними, как-будто он точно знает, что они означают. Человек вполне может думать, что он понимает что-то, просто потому что он знает какие-то слова об этом.

Если субьект использует неопределенные слова и символы, реагирует на ситуации, основываясь на символических значениях, то у него не особенно хорошая связь со своей реальностью. Нам нужно, чтобы клиент установил связь

именно с реальностью, именно с той силой и намерением, которые необходимы. Это реальность непосредственного переживания, а не символических представлений. Это живая, подвижная реальность, а не реальность окаменевших понятий. Это реальность, состоящая из процессов, а не из застывших "вещей". Прояснить то, что значат используемые человеком символы - это простая и мощная техника. Можно просто спросить:

А что это значит…? или…

Как ты определяешь слово _____? или …

Какой опыт (переживание, событие) обозначает _____?

Суть не в том, чтобы заменять одно отвлеченное определение другими абстрактными словами. Идея здесь в том, чтобы слова были связаны с какими-то реальными переживаниями и восприятиями человека. Если он говорит: «Но я ЛЮБЛЮ свою семью» нельзя считать само собою разумеющимся, что мы знаем, что это значит, или что он это знает. Что означает для него «любовь»? Что он делает, выражая любовь, что он переживает?

Вопросы для обсуждения: Прояснить смысл означает выяснить, что клиенты имеют в виду, когда говорят о чем-то. О чем они говорят? Какой смысл они придают словам и символам?

«Похвала» (в тройках). Один человек хвалит себя за что-то в течение 3 минут, второй записывает все слова. Третий наблюдает. Наблюдатель отмечает и сообщает после завершения 3 минут – чем было хвалиться легко, чем затруднительно. Как распределялась энергия. Потом второй, который выслушивал, буквально по тексту зачитывает первому эти слова, то есть хвалит этими словами «от себя». «Я тебя хвалю за то-то…» далее по тексту. Тот, кто наблюдал, дает обратную связь – что было труднее воспринимать из уст другого, что легче.

Далее обсуждение следующих тем:

- Когда я хвалюсь – значит, за что-то хвалюсь.
- За что меня недохвалили другие.

- Тема похвалы – это могут быть направления, по которым я не получил достаточного одобрения.
- И тогда вопрос. Перед кем из реальных людей я хотел бы похвалиться, и получить одобрение, но не могу.

«Контроль-1». 1. Описать те зоны, которые я контролирую - голос, позу, движение лица, выражение лица, что в этом я должен контролировать и от каких патологических проявлений. После этого подумать, что произойдет, если контроль отпустить.

2. Реально отпустить контроль, наблюдать, что произойдет. Описать словами, что происходит, если я отпускаю свой контроль.

«Контроль-2». Работа в тройках. Провести сессию, затем обсудить – что клиент чувствует по отношению к консультанту, как к контролирующей фигуре. Контрольный вопрос для обсуждения - какие не симпатичные проявления пытается контролировать в себе клиент, и как старается использовать консультанта для усиления контроля.

Преподаватель инициирует обсуждение вопросов, выражение чувств, обращение к другим участникам группы.

Тема 16. Общие и специфические техники индивидуального консультирования .

Содержание темы. Метафорические техники: притчи, истории, сказки, провокативные приёмы, метафорические карты. Особенности структуры и динамики консультирования обсессивных личностей. Особенности консультирования лиц с истерическими чертами. Общие вопросы консультирования психосоматических клиентов. Выяснение концепции проблемы клиента. Метафорическое объяснение генеза переживаний. Разбор клинических случаевОсобенности структуры и динамики консультирования асоциальных, шизоидных личностей. Особенности консультирования при депрессии. Задачи консультанта при работе с депрессивными клиентами. Особенности консультирования агрессивных клиентов.

Практическая часть. Обучение магистрантов навыкам сотрудничества с

клиентом в разработке конкретного плана позитивного реагирования. Отработка навыков завершения консультативной беседы. Ролевая игра. Отработка консультативного контакта при специальных проблемах психологического консультирования. Аквариум. Упражнения, направленные на работу с чувствами консультанта «Выражение чувств», «Дать разрешение».

Место и значение специфических техник психологического консультирования. Особенности применения специфических техник; примеры специфических техник: техника парадоксальной интенции, техника рефрейминга, метод GROW как специфическая техника; основные сложности, возникающие при использовании специфических техник и способы их преодоления.

Навыки консультирования при специальных проблемах.

Цели занятия: Формирование профессиональных навыков.

• Исследование степени близости, личного пространства и расстояния между «консультантами» и «клиентами».

• Исследование молчания.

• Развитие навыка рефлексии чувств.

• Исследование реакций, чувств и ощущений, возникающих при работе с тревожными, истерическими, обсессивными, шизоидными личностями.

• Исследование сложностей, возникающих при консультировании лиц с психосоматическими расстройствами и клиентов с депрессией и суицидальными намерениями.

«Психологический магазин» Представьте себе, что Вы прогуливаетесь в незнакомом городе, и попали в в волшебный магазин. Это Психолавка. Здесь продают личные качества и способности людей. И валюта здесь тоже особая. Хозяин лавки принимает в качестве платы те человеческие качества и способности, которые ему кажутся ценными. Вы можете попытаться выменять себе что-нибудь ценное в обмен на то, что у Вас имеется в избытке, или то, что осталось в прошлом, или то, с чем не жаль расстаться. Продавец в этом магазине предлагает Вам то, что может Вам пригодиться в дальнейшей жизни смелость, чувствительность, силу, здоровье, карьера, дружба, успех. Он попросит что-то в обмен. Вы можете торговаться.

Тема 17. Саморегуляция в консультативном сеансе.

Содержание темы. Цели занятия: Формирование навыков саморегуляции. Исследование степени близости, личного пространства и расстояния между «консультантами» и «клиентами».

- Исследование молчания.
- Развитие навыка рефлексии чувств.
- Исследование реакций, чувств и ощущений, возникающих при работе с тревожными, истерическими, обсессивными, шизоидными личностями.
- Исследование сложностей, возникающих при консультировании лиц с психосоматическими расстройствами и клиентов с депрессией и суицидальными намерениями.

«Личностное пространство» Все участники разбиваются на пары и садятся лицом друг к другу. Каждая пара, получив задание, исследует вопрос, какой должна быть степень близости между ними в процессе слушания. Таким образом, каждая пара должна:

- Сесть очень близко друг к другу, практически соприкасаясь коленями.
- Сесть плечом к плечу.
- Сесть на расстоянии 1,5 метра друг от друга.
- Сесть спиной к спине.
- Сесть друг за другом.
- Сесть напротив, на удобном для обоих расстоянии.

Участники беседуют находясь в каждой позиции по 5 минут. Темы могут быть следующими:

- Ситуации, когда у меня возникает сильное беспокойство, тревога.
- Ситуации, когда у меня возникало ощущение, что меня не слушают.
- Ситуации, в которых я чувствую себя не комфортно.
- Мое личное пространство.

После того как каждый из участников побывает во всех позициях, все садятся в общий круг и преподаватель инициирует обсуждение, посвященное

вопросам степени близости и личного пространства, осознаванию чувств, возникших в процессе выполнения упражнения.

«Четыре волшебных вопроса»: Простой, но эффективный способ справиться с тревогой по поводу других людей. Упражнение выполняется в парах, консультант задает клиенту следующие вопросы:

1. Что сделал не так, как нужно?

2. Чего не сделал?

3. Что касается, что ты сделал не так, как нужно?

4. Что касается, чего ты не сделал?

Эти вопросы довольно общие, чтобы охватить большинство причин тревоги, но клиент, скорее всего, сам точно укажет кнопки, включившие это состояние.

Можно задать другие похожие вопросы:

Что должен был знать?

Что ты должен был знать?

Что должно было быть известно?

Какой градус социальных ожиданий?

Вопросы:

1.Техники саморегуляции консультанта в ситуациях эмоциональных напряжений.

2. Разработка проектных моделей по саморегуляции в зависимости от психотипа консультанта.

Задания:

Упражнение выполняется в тройках. «Консультант» и «супервизор» должны отследить и оценить различные плохие и хорошие показатели психологического консультирования, и предпринять определенное действие.

Общие плохие показатели:

Критично настроен. Узнайте, что клиент скрывает. Огорчен насчет вас: Выясните, какое сообщение вы не заметили, или не подтвердили получение сообщения; что вы сделали или сказали, обидевшее клиента.

Рассеян- выясните, в чем он действительно заинтересован.

Устал- узнайте, может быть, что-то продолжается слишком долго или не хватает сна.

Не разговаривает- выясните, с чем он столкнулся, что не чувствует желания общаться, или выясните, что вы сказали или сделали, из-за чего он не хочет разговаривать

Общие хорошие показатели:

Разговаривает с вами. Говорит о своей ситуации.

Улыбается, смеется.

Энергичный

Дружественный по отношению к вам

Плохие показатели вначале сеанса:

Жалуется на предыдущие сеансы у вас или у других консультантов- выясните, чего он не раскрыл в тех сеансах.

Требует объяснений того, что вы собираетесь делать

Хорошие показатели в начале сеанса:

Сам рассказывает о результатах в жизни того, что вы сделали в прошлом сеансе

предлагает что-то новое, над чем он хочет поработать

Плохие показатели во время сеанса:

Говорит о вас- найдите то, что клиент хочет проработать

Говорит о комнате -вернитесь к теме, в которой он заинтересован

Меняет тему- убедитесь в том, что вы занимаетесь самой активной из тем

Отвечает, не обращая внимания внутрь- с помощью уговоров или уловки добейтесь от него настоящего ответа, а не просто интеллектуальной болтовни.

Хорошие показатели во время сеанса:

Выражает эмоции насчет того, чем мы занимаемся

Говорит о том, что он переживает

Плохие показатели в конце сеанса:

Грустный, злой или апатичный- выясните, по какому поводу.

Все еще обращает внимание внутрь- завершите процесс

Хорошие показатели в конце сеанса:

Обращает внимание наружу.

Говорит о дальнейших планах и перспективах.

Рефлексивный анализ проектов.

5. Образовательные технологии.

Подготовка магистрантов к будущей профессиональной деятельности в свете требований ФГОС основывается на различных технологиях обучения: пассивной, активной и интерактивной, предполагающей работу в парах, ротационных тройках, малых группах, аквариуме, мозговом штурме, дереве решений, деловых и ролевых играх. Предполагается разбор конкретных ситуаций, сценарного поведения, эссе, рефераты, мастер-классы экспертов и специалистовУдельный вес занятий проводимых в интерактивных формах, составляет 40% от аудиторных занятий. Занятия лекционного типа составляют около 30% аудиторных занятий

.Для обеспечения самостоятельной работы магистранта создана материально-техническая база (обеспечение литературой, компьютерами, доступом в Интернет). Оценка работы магистранта на семинарских занятиях проводится с учетом принятой балльно-рейтинговой шкалы, результаты которой учитываются при итоговой аттестации магистранта.

В рамках учебных курсов предусмотрены встречи с представителями российских учебных вузов и исследовательских институтов (ПИ РАО г. Москва), соответствующих Центров РД , государственных и общественных организаций.

При реализации различных видов учебной работы по дисциплине «Современные модели психологического консультирования» используются следующие образовательные технологии: активные и интерактивные формы проведения занятий, разбор конкретных ситуаций, кейсов, решение практических задач, ролевые и форсайт игры, интеллектуальные тренинги, дискуссии,

рефлексивные практики, мастер-классы, психотехнические упражнения.Предполагается работа в парах, ротационных тройках, малых группах, аквариуме, мозговом штурме, что составляет 36% от аудиторных занятий.

Подготовка к практическим занятиям предполагает самостоятельную работу магистрантов, написание рефератов, выполнение контрольных работ, изложение вопросов в виде эссе и устных ответов. Магистрант должен проработать лекционный материал, в котором излагаются основополагающие сведения по теме,проанализировть работу консультативных центров. Затем приступить к проработке учебного материала по рекомендуемой литературе, проявить инициативу в поиске дополнительной литературы, использовать периодические печатные издания и Интернет ресурсы.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы магистрантов.

6.1.Методические рекомендации по руководству самостоятельной работой магистрантов.

Магистранты ознакамливаются с требованиями по различным блокам самостоятельной работы:

Блок 1.Письменные ответы.

Оценка принципов эффективного консультирования.

Фразы (высказывания) клиентов, которые отражают сложность процесса консультирования.

Выберите и разложите качества консультанта, типичные для системы консультирования в рамках: а) психоанализа; б) бихевиоризма; в) гуманистической психологии.

Выберите и разложите качества консультируемого, находящегося в определенном психическом состоянии (человек-агрессивный, человек-страдающий и др.).

. Консультационные примеры проблем клиента, находящегося в «ипостаси»: человек-агрессивный, человек-страдающий, человек-ошибающийся, человек-любящий.

. Назовите категории граждан и их основные запросы по обращению за психологической консультацией.

Блок 2. Моделирование

1.Эксперимент на проведение беседы при провокациях.

2. Эксперимент по распознаванию личностного качества через восприятие позы (скука, превосходство, сосредоточенность, неуверенность, открытость, оборона и др.).

3. Инициируйте беседу, исходя из «чтения» состояния клиента.

Блок 3. Домашние задания.

1. Сделайте подборку пословиц, поговорок, принципов, фразеологических оборотов, которые возможно использовать в качестве «формулы» для клиента в психологическом консультировании. Придумайте и опишите, в какой проблемной ситуации клиента возможно действие конкретной «формулы».

2. Выберите качества клиента, свидетельствующие о недостаточности его саморегуляции. Сделайте подборку качеств консультанта, адекватных для решения проблемы саморегуляции клиента.

3. Составьте перечень исцеляющих аффирмаций в зависимости от запроса клиента.

Ориентировочной основой при анализе следующих тем могут быть:

1. Психологическое консультирование по проблемам дошкольников. При подготовке сообщения на эту тему рекомендуется найти ответ на вопрос, возможно ли психологическое консультирование дошкольников и если да, то в каких формах. Важно использовать именно методологию и приемы психологического консультирования по техникам: Р.В. Овчаровой, Н.А. Семаго, И.В.Дубровиной, А. Маслоу, К. Роджерса.

2.Использование произведений искусства в индивидуальном омконсультировании. (А. Копытин, К. Юнг).

3. Психологическое консультирование по проблемам трудностей в общениии (В.А. Петровский, Д.И. Фельдштейн, В.В. Рубцов).

4. Психологическое консультирование родителей, имеющих детей-инвалидов (Тингей-Михаэлис Кэрол).
5. Психологическое консультирование в менеджменте. (Тобиас, Колпачников, Самоукина, Сатикова, Чирикова).
6. Психологическое консультирование жертв интенсивного манипулирования психикой. Имеются в виду люди, попавшие под воздействие деструктивных тоталитарных культов: религиозных, коммерческих, психотерапевтических и так далее. В рамках подготовки сообщения на эту тему желательно обсудить и проблему психологического консультирования лиц, еще находящихся под влиянием тоталитарных культов. (Моховиков; Волков, Христенко).
7. Особенности дистантного психологического консультирования. Данная тема предполагает анализ специфики психологического консультирования на расстоянии-психологического консультирования по телефону доверия (ТД) и психологического консультирования в процессе переписки. (Булкина, Моховиков; Сальникова, Карвасарский).

6.2. Определение влияния профессиональной деятельности на личность психолога-консультанта.

Вопросы:

1. Определение соотношения предпочитаемых техник, проблем в консультативной работе и психологического профиля консультанта.
2. Влияние опыта и профессионального образования на решение консультативных задач.

Цель: Итог: составление своей психограммы.

Проанализировать причины внутренних барьеров, мешающих позаботиться о себе, может помочь следующее упражнение.

«Что мне мешает позаботиться о себе». Инструкция: Выберите партнера для упражнения, в котором вы постараетесь определить, как вы должны позаботиться о себе и что мешает вам это сделать. Опишите ситуацию. Возьмите на себя роль той части, которая нуждается в помощи, и выразите её в действиях. Пусть партнер возьмет на себя эти роли.

Обсудите альтернативы и выразите это в действиях.

Вариант: Упражнение выполняется в тройках. После того как протагонист определяет части и находит способы их выражения, он создает скульптуру, где партнеры берут на себя роли разных частей.

«Подкрепляющие и ограничивающие сообщения». Ещё один подход к тому, как консультант может позаботиться о себе разработан в рамках транзактного анализа. Он основан на осознании и проработке подкрепляющих и ограничивающих сообщений, звучащих в каждом из нас и способствующих нашему личностному и профессиональному росту или тормозящих его.

Примеры ограничивающих сообщений:

Не чувствуй! Не будь эффективным! Этого недостаточно!

Не проявляй инициативу! Не будь слишком любопытным! Не делай ничего!

Не доверяй своей интуиции! Не живи согласно своим чувствам! Не иди навстречу своим потребностям!

Не думай! Не злись! Не отделяйся от других! (Иди на компромиссы)

Не будь здравомыслящим! Не будь сильным! Не будь прямым! Не люби!

Не будь тем, что ты есть! (Будь таким, каким другие хотят тебя видеть)

Не спорь! Не делай ошибок!

Примеры подкрепляющих сообщений:

Живи, исследуй мир, питай свои чувства! Это хорошо!

Ищи свои границы, учись говорить «нет», будь самостоятельным, отделенным от меня!

Это нормально — иметь свой взгляд на мир, быть тем, что ты есть, пробовать свои силы!

Это нормально — учиться думать по-своему, искать свои соб¬ственные моральные принципы и убеждения.

Подкрепление (affirmation) — это ваше собственное позитивное утверждение о самом себе или о какой-то одной стороне вашей личности (о чувствах, уме, душевных качествах). Обычно оно выражается в виде Я-высказывания и в настоящем времени, то есть «Я обладаю..., Я являюсь...» вместо «Я не являюсь..., Я хочу..., Я буду».

Упражнение 1.

1. Подумайте о своей проблеме. Постарайтесь определить, какие ограничивающие сообщения создают или поддерживают эту проблему.
2. Какие подкрепляющие сообщения можно было бы им противо-поставить.
3. Определите, к какой задаче развития нужно обратиться.

Упражнение 2. Выполняется в парах (участники «А» и «В».)

Подумайте о ситуации в своей жизни, которую вам хотелось бы изменить. В каком подкреплении вы нуждаетесь для того, что¬бы осуществить это изменение? «А» говорит вслух своё подкрепляющее высказывание «В», «В» говорит «А» своё подкрепляющее высказывание.

«Колесо личного благополучия»

Наша профессиональная жизнь не существует изолированно. Она вплетена в ткань нашего повседневного существования. Хотя понятие «сгорания» связывают по преимуществу с работой, но невозможно не признать, что все сферы нашей жизни взаимосвязаны и взаимно влияют друг на друга. Потому время от времени необходимо отражать и оценивать свою жизненную ситуацию в целом.

Инструкция:

1. Отметьте точкой на каждой спице колеса то, как вы оцениваете свое состояние в данный момент.
2. Проведите линию, последовательно соединяющую эти точки друг с другом.
3. Сравните контуры «идеального колеса» с той фигурой, которая получилась после соединения точек.

Теперь попробуйте оценить для себя:

Какая сфера жизнедеятельности у вас наиболее благополучна?

Какая наименее благополучна?

Рассмотрите получившийся от соединения точек контур. Похож ли он на круг? Может ли ваше колесо «катиться по жизни»? Какие чувства оно у вас вызывает?

Что бы вам хотелось изменить?

Перечислите шаги, которые вам необходимо сделать, чтобы достичь этих изменений в будущем.

Итог: составление своей психограммы консультанта.

6.3. Техники психологического консультирования. Классификация техник, используемых в психологическом консультировании.

Базовые техники:

«техники первого эшелона»; предназначены для понимания клиента и его проблемы; наиболее экологичны и используются на всех этапах консультирования; могут сочетаться с любым стилем и направлением психологического консультирования и психотерапии.

Активное слушание: безмолвное слушание, повторение, перефразирование, резюмирование, уточнение, развитие мыслей собеседника.

Эмпатическое слушание: эмпатические высказывания («отражение чувств»), «вентиляция чувств», эмоциональное резюме, акцентирование эмоциональных слов.

Вопросы, используемые консультантом.

По формальной структуре все вопросительные высказывания (вопросы) можно разделить на открытые и закрытые вопросы.

Открытые вопросы-это вопросительные высказывания:

• которые содержат вопросительные слова (что, кто, где, почему, какие);

• которые предполагают многообразие вариантов ответа.

В свою очередь открытые вопросы могут различаться по положению вопросительного слова. Сравните восприятие двух открытых вопросов: Где вы работаете? и Вы работаете где?

Закрытые вопросы-это вопросительные высказывания,(1)которые в своей формулировке предлагают готовый вариант ответа,(2)отвечая на которые,человек может ограничиться одним из двух ответов:«Да» или «Нет».

Закрытые вопросы могут быть определенными, т.е. содержать конкретный вариант ответа («Вы работаете в школе?»),а также неопределенными т.е.содержать неопределенное местоимение или общее понятие («Вы где-то работаете?»).

Закрытые вопросы можно также различать по содержанию, например: общие и специальные (конкретные) вопросы. В первом случае предлагается обобщенный вариант ответа, во втором—более конкретный. Сравните: «Вы чувствуете неприятные ощущения?»или«Вы чувствуете страх?».

В литературе по психологическому консультированию традиционно принято считать, что открытые вопросы лучше закрытых, т.к. они, предоставляют больше свободы для ответа и не предлагают готовых вариантов. В отличие от них закрытые вопросы считаются «плохими», поскольку они ограничивают клиента и снимают с него ответственность.

В то же время, следует отметить, что каждая из вышеупомянутых групп вопросов имеет свои плюсы и минусы, и нельзя категорически отказываться от одних в пользу других. Например, Р. Кочюнас пишет, что не всем клиентам нравятся открытые вопросы; у некоторых они повышают ощущение угрозы и увеличивают беспокойство. Отчасти это связано с тем, что консультант, задавая открытый вопрос, сам остается «закрытым» для клиента, т.к. клиент не знает, как консультант отнесется к его ответу. Задавая же закрытый вопрос и предлагая в своей формулировке вариант ответа, консультант «приоткрывает» себя и свое отношение к этому ответу, которое выражается в его интонации. В этом смысле закрытые вопросы (с интонацией, выражающей принятие) более предпочтительны в ситуации общения с неразговорчивым («закрытым») клиентом (например, с подростком), который на любой открытый вопрос отвечает:«Не знаю».

Открытые вопросы требуют больших интеллектуальных усилий от клиента, а закрытые вопросы-от консультанта, поскольку в первом случае консультант просто спрашивает, а в последнем случае он должен предложить клиенту вариант ответа.

Тезис об «ограничивающем» характере закрытых вопросов также можно подвергнуть сомнению. Один из определяющих признаков закрытых вопросов: «человек может ограничиться одним из двух ответов...»,- не означает, что отвечающий всегда ограничивается только ответами «Да» или «Нет». Закрытый вопрос всегда оставляет за отвечающим выбор:

1) просто согласиться или не согласиться с предлагаемым вариантом, т.е. ответить «Да» или «Нет»;

2) предоставить дополнительно к этому более или менее развернутую информацию.

Сравнивая эффективность открытых и закрытых вопросов на практике, можно сделать следующий вывод: открытые вопросы лучше использовать, когда собеседник достаточно общителен и активен вербально. Закрытые вопросы помогают в ситуациях:

1) когда собеседник не склонен много говорить и часто на вопросы консультанта отвечает «Не знаю», или, напротив;

2) когда он говорит слишком много и у консультанта появляется необходимость ограничить его вербальную активность.

Если собеседник на открытые вопросы отвечает«Не знаю», значит, пора переходить к закрытым вопросам. Если собеседник на закрытые вопросы стал давать развернутые ответы, значит, можно задавать открытые вопросы.

К этому надо добавить, что многие техники активного и эмпатического слушания опираются именно на закрытые вопросы. Закрытые вопросы позволяют уточнить информацию, расставить акценты, сохранить логическую структуру беседы. На закрытых вопросах основан так называемый «метод Сократа», а также техника «накопления согласия».

Алекситимия.

Термин «алекситимия» означает, что человек не может выразить в словах свое эмоциональное состояние, чувства, настроение и т.д. Обычно психиатры и неврологи рассматривают затруднения в вербализации человеком своих чувств как симптом органического поражения головного мозга (врожденного или приобретенного), при котором повреждаются центры, ответственные за функцию распознавания и вербального определения эмоций. Но в нашем случае—в контексте психологического консультирования—нас будет интересовать не органическая, а функциональная алекситимия.

Функциональная алекситимия означает трудности в вербальном описании эмоционального опыта, не связанные с какими-либо органическими расстройствами.

Рассмотрим различные виды функциональной алекситимии:

Педагогическая алекситимия.

Одна из причин педагогической алекситимии заключается в том, что люди не связывают то, что с ними происходит—свой эмоциональный опыт, свои ощущения и т.д.—с определенными названиями. Для того, чтобы разобраться в этом виде алекситимии, нам необходимо задуматься как вообще человек узнает о том, что такое-то ощущение соответствует такому-то чувству? Очевидно, это знание он приобретает еще в детстве, и оно как-то связано с его воспитанием. Как же ребенок узнает о том, что он чувствует? Видимо, первыми ему должны сообщить об этом его родители, связывая то или иное его состояние, поведение с соответствующими словами. Среди родителей ответственность за развитие эмоциональной лексики в первую очередь возлагается на мать. Ребёнок усваивает, что за определенными названиями, так называемой эмоциональной лексикой, закрепляется определенное эмоциональное содержание, или эмоциональный концепт, т.е. комплекс эмоциональных впечатлений, ощущений и других реакций. Если же по каким-либо причинам человек не приобретает опыта обозначения чувств (например, на эмоциональный опыт ребенка не обращалось специального внимания), то он приобретает педагогическую алекситимию, или имеет весьма скудный запас эмоциональной лексики.

Для полноценного усвоения эмоциональной лексики необходимо наличие в педагогическом прошлом человека «вербальной обработки» эмоционально значимых ситуаций, включающей обязательно три компонента (условия):

1) достаточно большой запас эмоциональной лексики у родителей;

2) факт обозначения родителями эмоциональной реакции ребенка тем или иным словом или словосочетанием, относящимся к эмоциональной лексике;

3) факт позитивного принятия эмоциональной реакции ребенка его родителями.

В дальнейшем наличие первого и второго компонентов обеспечивает знание эмоциональной лексики, а наличие третьего компонента позволяет применять эти знания по отношению к себе.

Чаще всего жертвами педагогической алекситимии становятся мальчики (т.е. будущие мужчины). Видимо, в основном это связано с социокультурными факторами, в частности с тендерными педагогическими стереотипами, ограничивающими, во-первых, вербальную коммуникацию родителей с мальчиками в эмоционально значимых ситуациях, а во-вторых, окрашивающими эту коммуникацию в негативные тона. В результате мы имеем «настоящих мужчин», т.е.мужчин, которые «не распускают нюни», «не жалуются», «не плачут» и т.д. Конечно, педагогически обусловленные социокультурные стереотипы «закрытого», «сдержанного», «невозмутимого» и т.д. человека присущи не только мужчинам, но и женщинам. Последние также ограничиваются в выражении своих чувств. Помимо несомненных социальных преимуществ такого воспитания, мы встречаемся с рядом серьезных проблем психологического и медицинского характера. В частности, по данным некоторых исследований, имеется корреляция между распространением психосоматических заболеваний и алекситимией.

Психологическая алекситимия.

Психологическая алекситимия—следующий вид приобретенной алекситимии, он тесно переплетается с педагогической, но в то же время имеет

свои специфические индивидуально-психологические факторы. Например, это может быть негативное отношение к тому или иному эмоциональному опыту и, как следствие, «вытеснение» этого опыта. Человек не то, чтобы не знает, как называется то или иное чувство, он в данном случае не ощущает (не осознает) его в себе. Грань между этими двумя способами не взаимодействия со своими чувствами весьма зыбкая: человек едва ли может осознавать то, что не может назвать, и наоборот, он не может назвать то, что не может осознать.

В другом случае человек может достаточно позитивно относиться к своему эмоциональному опыту и достаточно хорошо ощущать его, но тем не менее он не может описать этот опыт в словах. Причины этому могут быть самые разные. Например, многообразие чувств, которые испытывает человек. В этом случае человек чувствует слишком много, чтобы просто ответить на вопрос «Что вы чувствуете?». Другая причина—противоречивость чувств, которые испытывает индивид. В этом случае вопрос «Что вы чувствуете?» вводит его в замешательство, т.к. отвечая на него, он будет противоречить сам себе или выглядеть крайне нелогичным или просто «ненормальным».

Психотравматическая алекситимия это частный случай психологической алекситимии, обусловленный наличием психотравмирующей ситуации, при которой блокируется переживание тех или иных чувств в силу их высокой интенсивности, в силу того, что на них наложен «социальный запрет» или их не принято выражать вслух, в силу их резкого несоответствия собственной Я-концепции, в силу боязни «не справиться со своими эмоциями, если они начнут выходить» и т.д. Защита от мучительного переживания чувств, возникающих в психотравмирующей ситуации, естественным образом приводит к «вытеснению» этих чувств из сферы осознавания и к невозможности их последующего вербального описания и выражения.

Ситуативная алекситимия это также частный случай психологической алекситимии, обусловленный ситуативно-коммуникативными факторами: стеснение, стыд, нежелание «раскрываться», недоверие к консультанту, отсутствие гарантий психологической безопасности, боязнь быть не понятым,

боязнь осуждения и т.д. Эти и другие причины могут вызывать алекситимию, которая консультантом будет восприниматься как «сопротивление» и вызовет ответные непрофессиональные реакции.

Лингвистическая алекситимия. Наконец, можно говорить об алекситимии, которая зависит не столько от педагогического прошлого или психологического настоящего, сколько связана с принципиальной—связанной с языком-не возможностью найти слова для обозначения внутреннего опыта.

С одной стороны, язык—это средство, помогающее человеку определить себя. Но, с другой стороны, язык—это социальный («массовый») феномен, и определения, созданные с помощью него—это уже готовые усредненные («стандартизированные») определения, далеко не всегда подходящие для описания индивидуального («личного») внутреннего опыта. Если человек будет пользоваться своими собственными индивидуализированными определениями, он просто может оказаться не понятым другими людьми, поэтому неизбежно человек вынужден прибегать к уже устоявшимся языковым формам вербальной репрезентации чувств («эмоциональной лексике»).

Кроме этого существует еще один чисто семиотический фактор, затрудняющий вербальное выражение эмоционального опыта: языковой знак-это не совсем адекватный инструмент для обозначения внутр

енней реальности. Еще Ф.Ницше писал, что интроспективный язык не способен уловить тонкости психической жизни человека. Это приводит к тому, что человек просто «не всматривается» в ту часть психического опыта, для которой «недостает слов», «потому что там трудно точно мыслить». Другими словами, человек может лишь смутно осознавать то, что не выражено в словах, поскольку для сознания человека «там, где прекращается область слова, прекращается также область бытия». Гнев, ненависть, любовь, сострадание, страсть, радость, горе—все это имена для обозначения крайних состояний: средние и низкие степени их ускользают от нас, между тем они-то и ткут тонкую паутину, составляющую наш характер и нашу судьбу.

Таким образом, тонкость, индивидуальность, изменчивость внутреннего мира не может полнокровно существовать в языке как «более грубой среде». Эта не поддающаяся описанию часть психической реальности продолжает существовать лишь в области нерефлектируемого, а значит—неосознаваемого.

А. Маслоу считал, что язык предназначен для описания «внешней», а не психической реальности. И хотя, по его мнению, этот недостаток действительно может быть в какой-то мере восполнен поэтическим или возвышенным стилем, но большинство переживаний все равно остаются невыразимыми и вообще не могут быть описаны никакими словами. Не предназначенные непосредственно для описания психической жизни языковые знаки могут служить по отношению к ней лишь опосредованным иносказательным средством. Эмоциональная лексика-это попытка определить скрытое внутреннее через явное внешнее—попытка часто неудачная, но единственно возможная.

Любопытно, что, по словам О.Мандельштама, именно в русской поэзии чаще, чем в какой-либо другой, повторяется тема сомнения в способности слова к выражению чувств. И это, несмотря на то, что, по исследованиям А.Вежбицкой, именно в русском языке более всего, по сравнению с другими языками, разработано поле эмоциональной лексики, отражающей самые разные нюансы психического опыта и осознания.

Таким образом, ответ «Не знаю», который может иногда очень раздражать консультанта,-это нормальная реакция на невозможность уложить в имеющиеся слова богатство психического опыта, это искренняя, но неудачная попытка подобрать название для событий своей внутренней жизни. Именно в этот момент—перед лицом спрашивающего консультанта—человек особенно ощущает диссонанс между вопросом «Что вы чувствуете?» и многообразием своего эмоционального опыта. Возможно, клиенты, не отвечающие на этот вопрос, напротив, слишком хорошо чувствуют то, что с ними происходит, и одновременно с этим они понимают, что не могут найти подходящих слов для описания своих чувств, что «мысль изреченная есть ложь».

Подводя итоги обсуждения темы функциональной алекситимии, следует заметить, что все ее виды (педагогическая, психологическая и лингвистическая) очень тесно взаимосвязаны. В каждом конкретном случае было бы очень трудно определить, почему человек не может вербализовать свой эмоциональный опыт, например, связано ли это многообразием чувств, которые он испытывает (психологический фактор), или с объективными ограничениями эмоциональной лексики, существующими в языке (лингвистический фактор), или с недостаточным словарем (активным и пассивным) эмоциональной лексики у данного человека (педагогический фактор). Тем не менее, одна из главных задач психолога-консультанта, от которой зависит успех его работы, состоит в том, чтобы помочь клиенту преодолеть функциональную алекситимию, с какими бы факторами ни была она связана. Это означает, что консультант не просто ограничивается вопросом «Что вы чувствуете?», а берет на себя ответственность за процесс совместного поиска подходящих слов для описания эмоционального опыта клиента

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

7.1. Типовые контрольные задания.

Примерные темы рефератов и контрольных работ.

1. Консультирование в системе психологической службы.
2. История развития представлений о психологическом консультировании и психологических практиках.
3. Основные подходы и формы в психологическом консультировании.
4. Строение психологического консультирования: компоненты, позиции, структуры, функции, процессы и инструменты.
5. Проблема личности, мотивации психолога в психологическом консультировании.
6. Методы психологической диагностики в психологическом консультировании.
7. Индивидуальное психологическое консультирование: формы, методы,

техники.

8.Дистанционные методы психологического консультирования.

9. Выделить и сравнить методологические основания нескольких (на выбор) консультативных концепций.

10.Раскрыть подходы персонологов-консультантов, изучающих личность в разных парадигмах (телесной, субъектной, бихевиоральной,НЛПи)

Тематика эссе

1. Внутренние коллизии в моей жизненной истории.
2. Разрушительные сценарии индивидуальной жизни
3. Продемонстрировать на примере текстов применение объяснительных принципов в понимании и интерпретировании локуса жалобы клиента.
4. Описать одну из моделей с концептуальным обоснованием техники консультативной работы.
5. Сделайте реконструкцию категориальной системы одной из моделей (по выбору) консультативного сеанса.
6. Найти в разных теориях личности идеи,применимые в развивающем консультировании личности
7. Проанализировать концепции ученых,изучающих личность в разных парадигмах(телесно-ориентированной, кататимно-имагинативной, социальной,бихевиоральной.психоаналитической и т.д.).
8. Идеи, которые эффективно преломляются в консультативном сеттинге,на основе подходов экзистенциальной,глубинной,гуманистической или трансактной психотерапии личности.
9. Реконструируйте ряд бинарных методологических принципов,лежащих в основе консультативного процесса.
10. Постройте личностную модель профессионала-консультанта на основе Вашей Я-концепции.
11. Специфика консультирования в зависимости от гендерных, этнических и возрастных закономерностей
12. Моменты индивидуального проживания своего несовершенства.

Контрольные вопросы для итоговой аттестации.

1. Каким образом могут быть связаны между собой личностные и межличностные проблемы у одного и того же человека?
2. Каковы возможные причины трудностей, возникающих в сфере межличностных отношений людей?
3. Что и как следует учитывать психологу-консультанту, проводящему психологическое консультирование по вопросу отсутствия взаимных симпатий между людьми?
4. Каковы основные этапы практической работы психолога-консультанта с клиентом, жалующимся на неспособность быть самим собой?
5. Что может сделать психолог-консультант для клиента в том случае, если у клиента обнаружатся проблемы, касающиеся сферы его деловых взаимоотношений с людьми?
6. В чем проявляется и как практически решается проблема неумения клиента подчиняться другим людям?
7. Каковы основные проблемы (вопросы), которые возникают в практике проведения семейного психологического консультирования?
8. В чем может проявляться психологическая несовместимость супругов в семье: по характеру, взглядам, привычкам и т.п.?.
9. Какие факторы необходимо принимать во внимание, пытаясь изменить психологию другого человека?
10. Какие рекомендации общего характера психолог-консультант может предложить клиенту, обратившемуся к нему за помощью в решении проблем, возникших во взаимоотношениях с родителями?
11. Каковы основные проблемы, которые возникают во взаимоотношениях между родителями и детьми и могут быть успешно решены в процессе проведения психологического консультирования?
12. По какому плану желательно проводить психологическое консультирование в случае разногласий родителей по вопросам обучения и

воспитания детей?

13. Каковы психологические особенности родителей, которые чаще всего обращаются в психологическую консультацию по вопросу об аномалиях в психологии и поведении их детей?

14. Как организовать психологическое консультирование в том случае, если родители ребенка желают как можно раньше приступить к его обучению?

15. Какие рекомендации можно дать родителям и учителям по обучению и воспитанию нестандартного ребенка?

16. Что такое личные (персональные) жизненные неудачи человека?

17. Каковы типичные жизненные неудачи, с которым клиенты чаще всего обращаются в психологическую консультацию?

18. Что представляет собой начальный этап проведения психологического консультирования по проблеме слабого развития у клиента определенных потребностей и интересов?

19. Какие психологические факты о природе мотивации поведения человека желательно сообщить клиенту в процессе его консультирования по данной теме?

20. По какому плану целесообразно вести психологическое консультирование в случае недостаточно высокого развития у клиента значимых интересов и потребностей?

21. Каковы особенности проведения каждого этапа психологического консультирования на тему недостатка мотивации у клиента?

22. Каковы типичные жалобы клиента на проблемы эмоционального характера?

23. Какие рекомендации психолог-консультант может предложить клиенту в разных случаях нарушений его эмоциональной жизни?

24. Каковы вероятные причины неудач клиента в исправлении недостатков своего темперамента и характера?

25. Что такое психологический комплекс? Почему психологические комплексы человека являются такими устойчивыми?

26. С помощью каких аргументов консультант-психолог может убедить клиента в необходимости избавиться от переживаний, связанных с комплексами.

27. Каковы основные причины, по которым люди обращаются в психологическую консультацию по поводу психогенных заболеваний?

28. Как проводить психологическое консультирование в том случае, если непредсказуемая изменчивость настроения клиента вызывает у него состояние подавленности?

29. Что представляют собой депрессивные состояния?

30. Какова типичная процедура проведения психологического консультирования на тему о депрессивных состояниях?

31.Что может рекомендовать психолог-консультант клиенту в случае его повышенной утомляемости?

32.В чем проявляются эмоциональные расстройства человека, требующие проведения психологического консультирования?

33.Каковы типичные эмоциональные проблемы человека?

34.Какие сведения об эмоциях человека психологу-консультанту желательно сообщить клиенту?

35.Какими могут быть практические действия клиента в том случае, если он сам не в состоянии контролировать свои эмоции (что ему на этот счет может посоветовать психолог-консультант)?

36.Каковы причины эмоционально безразличного отношения человека к происходящему вокруг него и каковы способы практического решения этой проблемы?

37.Каковы основные проблемы регулирования деловых отношений между руководителем и подчиненными, которые можно практически решить в результате психологического консультирования?

38.Какие рекомендации консультант может дать руководителю коллектива относительно принятия им оптимальных решений по деловым вопросам?

39 .Что желательно знать и учитывать клиенту в связи с обращением с просьбами и реагированием на просьбы?

40. Что представляют собой формы речевого этикета, касающиеся обращения с просьбами и реагирования на просьбы?

41. Что понимать под результативностью психологического консультирования?

42. Какими могут быть практические результаты психологического консультирования?

43. Каковы вероятные причины отрицательных результатов психологического консультирования?

44. По каким признакам можно определенно судить о том, что психологическое консультирование прошло успешно?

45. Какие результаты психологического консультирования можно назвать неопределенными или спорными?

46. Каковы возможные объективные и субъективные причины невысокой результативности психологического консультирования?

47. Каким образом, по каким конкретным критериям практически оцениваются результаты психологического консультирования?

48. Каковы процедуры оценки результатов психологического консультирования?

49. Каковы достоинства и недостатки разных процедур оценки результатов психологического консультирования, оптимальные условия их применения?

50. Каковы основные причины недостаточной результативности психологического консультирования?

Б) Примерные тестовые задания. Контрольно-измерительные задания для самопроверки.

1. Женщина средних лет, мать-одиночка жалуется на отсутствие психологической близости с дочкой 14 лет, снижение успеваемости у дочери. Дочь требует одежду, которую мать не одобряет, тайком от матери курит. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

2. За психологической помощью обратилась молодая супружеская пара. Муж жалуется на постоянные мелочные придирки к нему супруги. Муж на это реагирует вспышками гнева, бранью, угрозами развода. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

3. За психологической помощью обратилась молодая супружеская пара. Супруга жалуется на то, что муж не хочет ей помогать по хозяйству, а она очень устает, поскольку целый день вынуждена находиться в квартире одна с маленьким ребенком. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

4. В психологическую консультацию обратились молодые супруги, у которых есть сын 8 месяцев. Интересуются, как правильно воспитывать детей. Волнует, что ребенок очень тревожный, много плачет, не дает по ночам уснуть. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

5. В психологическую консультацию обратилась молодая женщина по поводу проблем, связанных с воспитанием сына 11 лет. Неожиданно сын заявил, что в школу он больше ходить не будет, так как ему дома больше нравится. В течении недели вся расширенная семья по очереди вела с мальчиком беседы в надежде убедить его ходить в школу. И не убедила. Учится средне. Конфликтов или напряженности в отношениях со сверстниками не наблюдалось. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

6. Молодая женщина жалуется на упадок сил, подавленное настроение, внезапные вспышки агрессии. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

7. За психологической помощью обратилась женщина 30 лет. Не замужем. Живет в одной квартире с отцом и матерью. Замуж выходить она не намерена – не хочет возиться с хозяйством, ребенком. Но мать настаивает на замужестве, причем в форме крика, скандалов. Запрос: «Как мне добиться того, чтобы мать, наконец, оставила меня в покое?». Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

8. За помощью к школьному психологу обратилась учительница. Запрос: «Как мне добиться дисциплины в классе? Как мне успокоить класс? Все время шум. Меня никто не слушает». Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

9. В психологическую консультацию обратилась за помощью молодая женщина. Запрос: С момента появления на свет грудного ребенка муж потерял интерес и к ней, и к ребенку. Ни в чем ей не помогает, домой стал приходить редко. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

10. За психологической помощью обратилась молодая женщина 25 лет. Запрос: «Как мне заставить себя просыпаться рано утром, ехать на работу (3 часа) в общественном транспорте, при этом еще хорошо учиться и не лениться. В последнее время жизнь для меня потеряла интерес и смысл. Понимаю, что надо работать, учиться, делать карьеру, но сил для этого уже нет». Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

11. Молодой человек заявил о том, что он собрался покончить жизнь самоубийством. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

12. Молодой человек проучился три года на юридическом факультете престижного вуза. Но вот сейчас ему кажется, что он не верно выбрал направление учебы. Возможно, ему стоило бы поступить на медицинский факультет и стать врачом. Он просит помощи психолога в том, чтобы разобраться с этими сомнениями. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

13. Молодой человек уже несколько раз терпит фиаско в попытках утвердиться на работе. Обычно, сначала все бывает хорошо, его легко берут на высокооплачиваемую и престижную работу. Он начинает пользоваться авторитетом в коллективе. Но потом, через некоторое время, начальствующее лицо начинает придираться и, в конце концов, просит уйти. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

14. В консультацию обратился мужчина 30 лет. Он считает себя слишком мягким человеком. Полагает, что время требует напористых, агрессивных, не прощающих ошибок. Недавно на работе один из сослуживцев плохо отозвался о его матери. Выяснение отношений получилось слишком шумным с его стороны. В результате его уволили. Каких же людей требует время? Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

15. В консультацию обратилась девушка, которая работает официанткой в баре. Уже несколько месяцев заведующей не платит всем сотрудникам зарплату. Хотя старается изображать себя щедрым. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

16.В консультацию обратилась молодая супруга 26 лет. Свекровь постоянно настраивает своего сына против нее. Хочет их поссорить. Разработать программу работы с данным консультативным случаем. Изложить возможные методы и способы оказания воздействия.

7.2. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности магистрантов, характеризующих этапы формирования компетенций.

Контроль за ходом учебного процесса и успеваемостью магистрантов в ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный университет» осуществляется посредством модульно-рейтинговой системы.Учебный рейтинг магистранта – это показатель успеваемости в баллах, это суммарная оценка за его текущую учёбу, уровень посещаемости занятий, научную и творческую деятельность, результаты рубежного (модульная работа) и итогового (экзамен) контроля.

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающая из текущего контроля - 60% и промежуточного контроля - 40%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий15 баллов,
- участие на практических занятиях -20 баллов,
- выполнение лабораторных заданий -10 баллов,
- выполнение домашних (аудиторных) проектных работ -15 баллов.

Промежуточный (рубежный) контроль по дисциплине включает:

- устный опрос - 15_ баллов,
- письменная контрольная работа - 15 баллов,
- тестирование -10баллов.

Итоговый контроль знаний, умений и компетенций магистрантов, формируемых дисциплиной «Консультативная психология», проводится в виде экзамена в форме письменной работы, устного опроса или компьютерного тестирования.

Критерии оценки знаний магистрантов на семинарских занятиях

100 баллов –магистрант показал глубокие и систематизированные знания учебного материала по теме; глубоко усвоил учебную литературу; хорошо знаком с научной литературой; активно использовал материалы из первоисточников; цитировал различных авторов; принимал активное участии в обсуждении узловых вопросов на всём протяжении семинарского занятия; умеет глубоко и всесторонне анализировать те или иные исторические события; в совершенстве владеет

соответствующей терминологией; материал излагает чётко и лингвистически грамотно; отличается способностью давать собственные оценки, делать выводы, проводить параллели и самостоятельно рассуждать.

90 баллов –магистрант показал полные знания учебно-программного материала по теме; хорошо усвоил учебную литературу; знаком с научной литературой; использовал материалы из первоисточников; цитировал различных авторов; принимал активное участии в обсуждении узловых вопросов; проявил способность к научному анализу материала; хорошо владеет соответствующей терминологией; материал излагается последовательно и логично; отличается способностью давать собственные оценки, делать выводы, рассуждать; показал высокий уровень исполнения заданий, но допускает отдельные неточности общего характера.

80 баллов –магистрант показал достаточно полное знание учебно-программного материала; усвоил основную литературу, рекомендованную программой; владеет методом комплексного анализа; показал способность аргументировать свою точку зрения с использованием материала из первоисточников; правильно ответил практически на все вопросы преподавателя в рамках обсуждаемой темы; систематически участвовал в групповых обсуждениях; не допускал в ответе существенных неточностей.

70 баллов –магистрант показал достаточно полное знание учебного материала, не допускал в ответе существенных неточностей, активно работал на семинарском занятии, показал систематический характер знаний по дисциплине, цитирует первоисточники, но не может теоретически обосновать некоторые выводы.

60 баллов –магистрант обладает хорошими знаниями по всем вопросам темы семинарского занятия, не допускал в ответе существенных неточностей, самостоятельно выполнил основные предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, отличается достаточной активностью на семинарском занятии; умеет делать выводы без существенных ошибок, но при этом не дан анализ информации из первоисточников.

50 баллов –усвоил лишь часть программного материала, вместе с тем ответ его стилистически грамотный, умеет логически рассуждать; допустил одну существенную или несколько несущественных ошибок; знает терминологию; умеет делать выводы и проводить некоторые параллели.

40 баллов –магистрант знает лишь часть программного материала, не отличался активностью на семинарском занятии; усвоил не всю основную литературу, рекомендованную программой; нет систематического и последовательного изложения материала; в ответах допустил достаточное количество несущественных ошибок в определении понятий и категорий, дат и т.п.; умеет делать выводы без существенных ошибок; наличие грамматических и стилистических ошибок и др.

30 баллов –магистрант имеет недостаточно полный объём знаний в рамках образовательного стандарта; знает лишь отдельные вопросы темы, кроме того допускает серьёзные ошибки и неточности; наличие в ответе стилистических и логических ошибок.

20 баллов – у магистранта лишь фрагментарные знания или отсутствие знаний по значительной части заданной темы; не знает основную литературу; не принимал участия в обсуждении вопросов по теме семинарского занятия; допускал существенные ошибки при ответе; студент не умеет использовать научную терминологию дисциплины; наличие в ответе стилистических и логических ошибок.

10 балл — отсутствие знаний по теме или отказ от ответа.

Рейтинговые показатели магистранта определяются следующим образом:

Каждый из трёх видов учебного контроля – текущий, рубежный и итоговый – основаны на 100 бальной системе оценивания уровня усвоения студентами программного материала. В том числе каждый ответ студента на семинарском занятии, независимо от его формы, оценивается по 100 бальной шкале, а при подведении итогов выводится средний рейтинговый балл по текущему контролю.

Например, магистрант по первому модулю набрал за текущую работу 70 баллов (максимум 100 баллов), а на рубежном контроле 80 баллов (максимум 100 баллов). Тогда суммарный балл по первому дисциплинарному модулю составить: 75 баллов (70 + 80 = 75 баллов). По второму модулю студент набрал 80 баллов, по третьему – 60 баллов, по четвёртому – 90 баллов. В таком случае средний балл студента по итогам изучения четырёх дисциплинарных модулей т.е. промежуточной аттестации (промежуточного контроля) составит 76 баллов ((75 + 80 + 60 + 90 / 4 = 76).

Экзамен или итоговый контроль преследует цель оценить работу магистрнта за курс или семестр, уровень его теоретических знаний, умение анализировать информацию, развитие творческого мышления, приобретение навыков самостоятельной работы. Экзамены может проводиться в форме компьютерного тестирования, либо по билетам в устной или письменной форме. Ответ студента на экзамене оценивается также по 100 бальной шкале.

Учебный рейтинг студента определяется по сумме промежуточной аттестации и экзамена (итогового контроля) следующим образом. Например, студент по результатам промежуточного контроля получил 78 баллов, а на экзамене – 90 баллов. В таком случае средний балл составить 84 балла.

$$\frac{76 + 90 + 83}{3} = 83$$

Шкала диапазона для перевода рейтингового балла по дисциплине с учётом итогового контроля в «5»- балльную систему.

0 – 50 баллов – «неудовлетворительно»;

51 – 65 баллов – «удовлетворительно»;

66 – 85 баллов – «хорошо»;

86 – 100 баллов – «отлично».

8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

а) адрес сайта курса:

Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучением: [база данных] / Даг. гос. ун-т. – Махачкала, г. – Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. – URL: http://moodle.dgu.ru/.;

http://eor.dgu.ru/Default/NProfileUMK/?code=37.03.01&profileId=4284

б). Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.

А) Основная литература:

1. Абрамова Г.С. Психологическое консультирование. Теория и практика. М.: «Графика», 2017.- 319с
2. Амбрумова А.Г. Телефонная психотерапевтическая консультирование: телефон доверия в системе социально-психологической службы. Методические рекомендации / А.Г. Абрумова, А.М. Полев. – М.,2017.
3. Изард К.Э. Психология эмоций. / К.Э. Изард. СПб.: «Питер», 2014.
4. Зотов М.В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция /М.В. Зотов. СПб.: «Речь», 2019.
5. Меновщиков В.Ю. Введение в психологическое консультирование. М., 2015.
6. Мантрова, М. С. Психологическое консультирование [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / М.С. Мантрова. - 2-е изд. - Москва :ФЛИНТА, 2017 - 116 с. - Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/97120
7. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической психологии. М., 2012.
8. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. /Н.В. Тарабрина. СПб.: «Питер», 2015.
9. К .Ягнюк. Терапевтическая встреча и ключевые навыки в психотерапии. М.,2021.-349с.
10. Ялом И. Вопрос смерти и жизни. М.: Эксмо, 2021.

Б) Дополнительная литература:

1. Айсина Р.М. Индивидуальное психологическое консультирование. Основы теории и практики. Учебное пособие. М.: Риор,2018.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуального консультирования. М.,2014.
3. Красило А.И.Психологическое консультирование посттравматических состояний. Учебное издание. М.:МПСИ,2013.
4. Берн Э. Трансакционный анализ в психотерапии. М.: Эксмо, 2019.
5. Лисбет Ф. Брюдаль. Психические кризисы в новой перспективе. СПб.: Европейский дом, 2014.
6. Магомед-Эминов М.Ш. Позитивная психология. в 2 т. М.,2007.

7. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб., 2014.
8. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии. /Под ред.М.К.Тутушкиной. СПб:Дидактика Плюс, 2013.
9. Рассказова Е.И.Клиническая психология сна и его нарушений : [монография]./Рассказова Е.И., А.Ш. Тхостов. М. : Смысл, 2012. 319 с.
10. Степанова Л. Психологическое консультирование. М., 2017.-374 с

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины. Федеральные образовательные ресурсы, электронно-библиотечные системы:

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 –Режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp (дата обращения: 01.04.2017). – Яз. рус., англ.

2. Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучением: [база данных] / Даг. гос. ун-т. – Махачкала, г. – Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. – URL: http://moodle.dgu.ru/ (дата обращения: 22.03.2018).

3. Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. – Махачкала, 2010 – Режим доступа: http://elib.dgu.ru, свободный (дата обращения: 21.03.2018

4. Федеральный портал «Российское образование» // Электронный ресурс [Режим доступа: свободный] http://www.edu.ru/

5. Федеральный центр информационно-образовательный ресурсов // Электронный ресурс [Режим доступа: свободный] http://fcior.edu.ru/

6. Российский портал открытогообразования // Электронный ресурс [Режим доступа: свободный] http://openet.edu.ru/.

7.Каталог образовательных ресурсов сети Интернет // Электронный ресурс [Режим доступа: свободный] http://katalog.iot.ru/

8. Электронно-библиотечная система «AgriLib» // Электронный ресурс [Режим доступа: свободный] http://ebs.rgazu.ru/.

9. Электронно-библиотечная система «КнигаФонд» // Электронный ресурс [Режим доступа: свободный] http://www.knigafund.ru/.

10.Библиотека «Книгосайт» // Электронный ресурс [Режим доступа: свободный] http://knigosite.ru/

11.Базы данных EBSCO: Counselling psychologists as scientist-practitioners: Finding unity in diversity. By: Vespia, Kristin M.; Sauer, Eric M.; Lyddon, William J. Counselling Psychology Quarterly. Sep. 2006. Vol. 19. Issue 3. P. 223-227, 5 p; DOI: 10.1080/09515070600960506.

10. Методические рекомендации для обучающихся по освоению дисциплины «Современные модели индивидуального консультирования».

Рекомендации по изучению теоретической части дисциплины. Изучение дисциплины «Консультативная психология» требует систематического и последовательного накопления знаний, Обучающимся магистрантам необходимо перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, доступную в электронной образовательной среде Университета.

Это позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы. На отдельные лекции целесообразно приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции. Перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

Лекция является главным звеном дидактического цикла обучения в отечественной высшей школе. Несмотря на развитие современных технологий и появление новых методик обучения лекция остаётся основной формой учебного процесса. Она представляет собой последовательное и систематическое изложение учебного материала, разбор какой-либо узловой проблемы. Вузовская лекция ориентирована на формирование у магистрантов информативной основы для последующего глубокого усвоения материала методом самостоятельной работы, призвана помочь магистранту сформировать собственный взгляд на ту или иную проблему.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Посещение лекций является одним из важнейших факторов, характеризующих отношение обучающегося к учебному процессу в целом, и к данной дисциплине в частности. А при текущем и итоговом контроле знаний удельный вес субъективных критериев у каждого преподавателя довольно высок. Следует помнить, что лекция – это не монолог преподавателя.

Вопросы, заданные лектору по изучаемой теме, помогут лучше разобраться в ней не только Вам, но и всем остальным магистрантам, присутствующим на лекции.

Несмотря на то, что каждому обучающемуся предоставляется доступ к компьютерным презентациям всего лекционного материала, рекомендуется делать конспекты лекций, в которых необходимо фиксировать наиболее важные моменты, связанные с освоением того или иного теоретического вопроса.

Чтобы лекция была дидактически эффективной, студент при конспектировании излагаемого лектором материала должен придерживаться определённых правил:

1. Очень важно уловить нить рассуждений преподавателя и следовать ей на всём протяжении лекции;

2. Нет необходимости записывать каждое слово лектора, значительно важнее уметь выделять наиболее узловые моменты и фиксировать их на бумажном или электронном носителе. Конспект лекции не может полностью заменить учебник и исторический источник, он лишь должен служить основой для дальнейшей самостоятельной работы студента;

3. Если что-то не успели написать, ни в коем случае нельзя просить у лектора повторить или переспрашивать у соседа. Тем самым вы сбиваете преподавателя с нити рассуждений и отвлекаете других от познавательного процесса. Просто оставьте свободное место с тем, чтобы могли в дальнейшем дописать незаконченную фразу;

4. Необходимо обращать внимание на новую терминологию, записывать её с тем, чтобы в дальнейшем самостоятельно и более подробно изучить смысл каждого из них;

5. Особое внимание следует обращать на выводы по каждому вопросу, записывать их;

6. Если в процессе лекции у вас возникли вопросы к преподавателю, сформулируйте их, запишите с тем, чтобы после занятия или в специально отведённое для этого дополнительное время могли задать ему.

Рекомендации по подготовке к практическим занятиям. Обучающая функция практических занятий заключается в освоении практических навыков

разработки и реализации моделей, позволяющих решать прикладные задачи из будущей профессиональной деятельности магистрантов.

Развивающая функция практических занятий реализуется через ориентацию обучающегося на самостоятельное решение отдельных проблем из будущей профессиональной деятельности с помощью специальных методов и инструментов реализации консультативных задач.

Воспитательная функция практических занятий заключена в тесном контакте преподавателя с каждым магистрантом, позволяющем максимально эффективно воздействовать на мировоззрение магистранта, на формирование у магистрантов навыков культуры общения и чувства профессиональной этики.

Организующая функция практических занятий предусматривает управление самостоятельной работой магистрантов как в процессе практических занятий,так и после них. В ходе практических и лабораторных занятий осваиваются алгоритмы решения профессиональных задач и реализацииконсультативных моделей, которые создают базис для дальнейшей самостоятельной работы магистрантов, для формирования навыков исследовательской работы, для генерации новых знаний через использование различного рода информационных ресурсов.

При подготовке к семинарскому занятию магистранту необходимо внимательно изучить конспект лекции и рекомендованную преподавателем литературу и электронные ресурсы. При этом желательно законспектировать обязательную литературу, выписать необходимые сведения из источников и подходящие цитаты.

Основными структурными элементами практических занятий являются:

- обсуждение преподавателем совместно со магистрантами темы занятий с пояснением ее взаимосвязи с будущей профессиональной деятельностью;
- освоение алгоритма и самостоятельно решения ситуационных и других задач;
- консультации преподавателя во время занятий;
- обсуждение и оценка полученных результатов;
- письменный или устный отчет магистрантов о выполнении заданий;

- текущий контроль знаний.

Существуют разные формы проведения семинарского занятия: фронтальный опрос, коллоквиум, обсуждение реферата, доклад с последующим его обсуждением, групповое тестирование по кейс-заданиям, диспут, сбор и обработка хрестоматийного материала. В какой форме пройдёт семинара по той или иной теме определяет преподаватель.

Рейтинговый балл магистранта на каждом занятии зависит от его инициативности, качества выполненной работы, аргументированности выступления, характера использованного материала и т.д. Важно помнить, что значительно повышает качество ответа, соответственно выше рейтинговый текущий балл в случае использования и цитирования в ответе первоисточника.

В современной практике вузовского образования, в частности в Дагестанском государственном университете, в качестве системы анализа учебной деятельности магистрантов применяется модульно-рейтинговая система оценивания знаний и контроля самостоятельной работы студента. Рейтинговая система оценивания предполагает 100 бальное оценивание работы студентов

Рекомендации по организации самостоятельной работы. Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме дисциплины обучающимся предлагается перечень заданий для самостоятельной работы. К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению. Обучающимся следует выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения.

Постоянный текущий контроль знаний (после изучения каждой темы и раздела) позволяет обучающемуся систематизировать знания как в разрезе отдельных тем, так и отдельных разделов дисциплины.

В ходе индивидуального опроса преподаватель должен проверить правильность выполнения задания и уровень освоения обучающимся данной темы. При индивидуальном опросе преподаватель обращает особое внимание на уровень креативных знаний магистрантов содержания вопросов темы. По результатам опроса по каждой теме обучающемуся выставляется модульная оценка.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Современные модели психологии индивидуального консультирования», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Основными образовательными технологиями, используемыми в обучении по дисциплине, являются: технологии активного и интерактивного обучения – дискуссии, использование методики активного проблемно-ситуационного анализа во время проведения семинарских занятий, круглый стол, выступление с докладом с последующим его обсуждением и т.д.

Успешному освоению дисциплины способствуют применение в образовательном процессе информационных технологий, в частности, внедрённой в ДГУ программы интерактивного обучения на платформе Moodle, позволяющей работать как в режиме of-line, так и в on-line.

Компьютерное и мультимедийное оборудование (демонстрация рисунков, схем, таблиц по темам дисциплины);электронная библиотека (изучение труднодоступных изданий, подборок научных статей, электронных вариантов монографий, пособий, диссертаций и авторефератов). Магистранты могут использовать электронную почту, списки рассылки, группы новостей, чат, программы для общения в реальном режиме времени, интернет телефон, поисковые системы, видеозаписи, презентационные материалы.

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Современные модели психологии индивидуального консультирования»

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине

«Консультативная психология» предусмотрены следующие технические средства и мультимедийное оборудование обеспечение:

-видео-аудиовизуальные средства обучения;

–компьютер, проектор, экран для демонстрации;

-презентационный материал магистрантов (портфолио, сценарии и модели консультативной работы).

При проведении итогового контроля (экзамена) методом компьютерного тестирования используются сертифицированные банки тестовых заданий ДГУ и лицензионная тестирующая программная оболочка.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ОПОП ВО по направлению 01.03.01 Математика.