

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Панарин Андрей Александрович

Должность: Ректор

Дата подписания: 2024.01.30 15:35:10

Уникальный программный ключ:

a5da3d9896e9d535380e3f9a7da4832154ef8302



Образовательная автономная некоммерческая организация высшего образования  
**«МОСКОВСКИЙ ПСИХОЛОГО-СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Лицензия № 1478 от 28 мая 2015 г., серия 90Л01 № 0008476 (бессрочная)  
Идентификационный номер государственной аккредитации № 2783 от 07 марта 2018 года, серия 90А01 №0002920 (до 07 марта 2024 года)

**УТВЕРЖДАЮ**

Первый проректор

Замолоцких

Е.Г.

« 30 » января 2023 г.

**Факультет психологии**

**Рабочая программа учебной дисциплины**

**Практикум по когнитивным видам психотерапии**

Направление подготовки

37.04.01 Психология

Направленность (профиль) программы "Консультативная психология"

Квалификация (степень) выпускника:

Магистр

Форма обучения:

Очная, очно-заочная

Составитель программы:

Матвеева Инна Петровна,

канд. социол. наук,

доцент кафедры консультативной психологии

Москва 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Аннотация к дисциплине.....	3
2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы.....	4
3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	4
3.1 Объем дисциплины по видам учебных занятий (в часах).....	5
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	5
4.1 Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	5
4.2 Содержание дисциплины, структурированное по разделам.....	8
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	11
6. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Государственная инновационная политика» .....	13
6.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания .....	13
6.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.....	15
6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.....	16
6.3.1. Типовые задания для проведения текущего контроля обучающихся.....	16
6.3.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся.....	19
6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	20
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	21
8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....	22
9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	26
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	26
10.1 Лицензионное программное обеспечение.....	26
10.2. Электронно-библиотечная система.....	26
10.3. Современные профессиональные баз данных.....	26
10.4. Информационные справочные системы.....	27
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	27
12. Лист регистрации изменений.....	28

## **1. Аннотация к дисциплине**

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования-бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденным приказом Минобрнауки России от 29.07.2020 г. № 839 (зарегистрирован в Минюсте РФ от 21.08. 2020 г. № 59374) (далее - ФГОС ВО, Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования);

- приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 № 245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (зарегистрирован в Минюсте РФ от 21.08. 2021 г. № 64644);

- учебными планами (очной и очно-заочной форм обучения), составленными на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.04.01 Психология, направленность (профиль) программы «Консультативная психология».

### **Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Настоящая дисциплина включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений, Блока 1 учебных планов по направлению подготовки 37.04.01 Психология, уровень магистр.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 семестре для обучающихся на очной и на 1 курсе во 2 семестре для обучающихся на очно-заочной форме обучения, форма контроля для всех форм обучения – зачет

### **Цель изучения дисциплины:**

Дисциплина «Практикум по когнитивным видам психотерапии» включает 16 тем. Темы объединены в четыре дидактические единицы: «Место психологического консультирования и психотерапии среди видов психологической помощи», «организация психологического консультирования» и «Психотерапевтический процесс и особенности его организации», «Профессиональная подготовка и профессионально важные качества специалиста, оказывающего психологическую помощь».

**Цель** изучения дисциплины «Практикум по когнитивным видам психотерапии» - развитие у студентов целостного мировоззрения и ориентации применительно к консультированию и немедицинской психотерапии.

### **Задачи дисциплины:**

- представить студентам концепцию и мировоззрение, рассматриваемых направлений в области психотерапии детей и подростков;
- показать как методы, теория и практика могут быть интегрированы в общий подход к психологическому консультированию и терапии;
- разграничить концепции интервьюирования, консультирования и психотерапии;
- поднять важную проблему этических критериев в профессиональной психологической помощи.
- обучить методам и приемам психоконсультирования и психотерапии.

**Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:**

УК-1 - Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

ПК-4 - Способен проводить психологическое консультирование субъектов образовательного процесса

ПК-5 - Способен оказать психологическую помощь социально уязвимым слоям населения и лицам попавшим в трудную жизненную ситуацию

### **3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **(ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ)**

Освоение дисциплины «Практикум по когнитивным видам психотерапии» направлено на формирование следующих планируемых результатов обучения студентов по дисциплине. Планируемые результаты обучения (ПРО) студентов по этой дисциплине являются составной частью планируемых результатов освоения образовательной программы и определяют следующие требования. После освоения дисциплины студенты должны:

**Овладеть компетенциями:**

#### **4. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Для изучения дисциплины, необходимы знания и умения из дисциплин, изучаемых ранее по учебному плану:

1. «Психологическая диагностика»;
2. «Психология семьи»;
3. «Основы психологического консультирования»

Согласно учебному плану дисциплина «Практикум по когнитивным видам психотерапии» изучается в 4 семестре 2 курса при очной, очно-заочной форме обучения.

Компетенции, знания и умения, а также опыт деятельности, приобретаемые студентами после изучения дисциплины будут использоваться ими в ходе осуществления профессиональной деятельности.

### **5. ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ И ИХ ТРУДОЕМКОСТЬ**

#### **заочная форма обучения**

Вид учебной работы	Всего зачетных единиц (академических часов – ак. ч.)	Семестр
		8
Общая трудоемкость дисциплины	3 (108)	3 (108)
Аудиторные занятия (контактная работа обучающихся с преподавателем), из них:	12	12
- лекции (Л)	4	4

- семинарские занятия (СЗ)	8	8
- практические занятия (ПЗ)		
- лабораторные занятия (ЛЗ)		
Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе:	96	96
- курсовая работа (проект)		
- контрольная работа	10	10
- доклад (реферат)		
- расчетно-графическая работа		
Вид промежуточной аттестации	Зачет	Зачет

## 6. ТЕМАТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Наименование модуля (дидактические единицы)	№ пп	Тема	Перечень планируемых результатов обучения (ПРО)
1	Место психологического консультирования и психотерапии среди видов психологической помощи	1	Виды психологической помощи	ПК-17
		2	Механизмы оказания психологической помощи в различных направлениях	ОПК-7 ПК-31
		3	Показания к консультированию и психотерапии	ПК-35 ПК-36
		4	Условия проведения психологического консультирования и психотерапии	ПК-37
2	Организация психологического консультирования	5	Цели и задачи психологического консультирования	ПК-17 ОПК-7
		6	Принципы психологического консультирования	ПК-31
		7	Этапы и техники консультативной беседы. Назначение консультативных техник.	ПК-35 ПК-36

		8	Особенности консультирования семей с детьми с ОВЗ	ПК-37
3	Психотерапевтический процесс и особенности его организации	9	Виды психотерапии	ПК-17
		10	Диагностика в психотерапии	ОПК-7
		11	Методы психотерапии	ПК-31
		12	Специфика детской, групповой и семейной психотерапии	ПК-35 ПК-36
4	Профессионально - значимые качества личности психолога – консультанта	13	Роль и место консультанта в консультировании	ПК-17 ОПК-7
		14	Психологический портрет эффективного консультанта	ПК-31
		15	Влияние профессиональной деятельности на личность консультанта	ПК-35 ПК-36
		16	Профессиональная подготовка консультанта	ПК-37

## 7. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### заочная форма обучения

№ п.п.	Темы дисциплины	Трудоемкость	Лекции	СЗ	ПЗ	ЛР	СРС
1	Виды психологической помощи	6,75	0,25	0,5			6
2	Механизмы оказания психологической помощи в различных направлениях	6,75	0,25	0,5			6
3	Показания к консультированию и психотерапии	6,75	0,25	0,5			6
4	Условия проведения психологического	6,75	0,25	0,5			6

	консультирования и психотерапии						
5	Цели и задачи психологического консультирования	6,75	0,25	0,5			6
6	Принципы психологического консультирования	6,75	0,25	0,5			6
7	Этапы и техники консультативной беседы. Назначение консультативных техник.	6,75	0,25	0,5			6
8	Особенности консультирования семей с детьми с ОВЗ	6,75	0,25	0,5			6
9	Виды психотерапии	6,75	0,25	0,5			6
10	Диагностика в психотерапии	6,75	0,25	0,5			6
11	Методы психотерапии	6,75	0,25	0,5			6
12	Специфика детской, групповой и семейной психотерапии	6,75	0,25	0,5			6
13	Роль и место консультанта в консультировании	6,75	0,25	0,5			6
14	Психологический портрет эффективного консультанта	6,75	0,25	0,5			6
15	Влияние профессиональной деятельности на личность консультанта	6,75	0,25	0,5			
16	Профессиональная подготовка	6,75	0,25	0,5			6

	консультанта						
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>8</b>			<b>96</b>

## **8. СЕМИНАРСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

Учебным планом предусмотрено проведение семинарских занятий по дисциплине. Рекомендуемые темы для проведения семинарских занятий:

**при очной форме обучения:**

1. Виды психологической помощи.
2. Механизмы оказания психологической помощи в различных направлениях.
3. Показания к консультированию и психотерапии.
4. Условия проведения психологического консультирования и психотерапии.
5. Цели и задачи психологического консультирования.
6. Принципы психологического консультирования.
7. Этапы и техники консультативной беседы. Назначение консультативных техник.
8. Особенности консультирования семей с детьми с ОВЗ.
9. Виды психотерапии.
10. Диагностика в психотерапии.
11. Методы психотерапии.
12. Специфика детской, групповой и семейной психотерапии.
13. Роль и место консультанта в консультировании.
14. Психологический портрет эффективного консультанта.
15. Влияние профессиональной деятельности на личность консультанта.
16. Профессиональная подготовка консультанта.

## **9. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

### **Тема 1. Психологическое консультирование и психотерапия. Разница**

Если у вас уже имеется личный опыт проведения психологического консультирования, то выполните, пожалуйста, следующие два задания:

1. Вспомните, с какими проблемами к вам за консультацией обращались клиенты в течение двух последних месяцев.
2. В соответствии с приведенной в данной главе классификацией установите, какими по своим индивидуальным психологическим особенностям чаще всего оказывались те люди, которые обращались к вам за консультацией. Попробуйте объяснить, почему именно эти люди и именно к вам обратились за психологической помощью.

Если у вас еще нет собственного опыта проведения психологического консультирования, то выполните, пожалуйста, следующие задания:

1. Определите, каким из видов психологического консультирования вам хотелось бы заниматься больше всего. Чем вызвано такое ваше желание?
2. На что в первую очередь необходимо обратить внимание для того, чтобы ваше первое психологическое консультирование оказалось достаточно результативным?

### **Тема 2. Практическая работа психолога.**



1. Проиграйте полностью с кем-либо сцену встречи клиента в психологической консультации, взяв на себя роль психолога-консультанта.

2. Обратитесь к кому-либо как к потенциальному клиенту с типичными фразами речевого этикета, уместными в момент встречи клиента в психологической консультации.

3. Проиграйте с кем-либо сцену, в которой вы будете исполнять роль психолога-консультанта, а другой человек – роль клиента. При этом потенциальный клиент должен будет вам возражать и выражать недовольство тем, как проводится психологическая консультация. Ваша задача – успокоить клиента, используя для этого рекомендованные в данной главе приемы.

1. Поупражняйтесь с несколькими людьми в использовании приема зеркализации во время разговора с ними.

2. Используйте прием парафразы в общении с несколькими людьми.

3. Попробуйте на практике в разговоре с людьми прием обобщения.

4. Попытайтесь в общении с разными людьми практически использовать особенности их речи, а также скопировать их манеру и стиль общения.

5. Выучите наизусть те слова, которые следует употреблять психологу-консультанту в момент расставания с клиентом по окончании консультации.

6. Взяв на себя роль психолога-консультанта, начните беседу с потенциальным клиентом, который только что пришел в психологическую консультацию.

7. Снимите психологическую напряженность у клиента при помощи тех приемов, которые рекомендованы в этой главе.

8. Разговаривая с кем-либо из знакомых людей, открыто выразите ему вербальную поддержку, продемонстрировав на практике соответствующую процедуру психологического консультирования.

9. Выслушав клиента, оцените его проблему, предложив ему несколько вариантов ее решения. Обоснуйте каждый из предложенных вариантов, рассмотрев его достоинства и недостатки.

10. Ведя разговоры с разными людьми и рассматривая их как потенциальных клиентов, постарайтесь оценить этих людей психологически, как личностей, воспользовавшись для этого теми признаками, которые были указаны в данной главе.

11. Понаблюдайте за работой какого-либо психолога-консультанта или за своей собственной работой в роли психолога-консультанта.

Выявите и опишите ошибки, которые в процессе проведения консультирования совершил этот психолог-консультант или вы сами в роли консультанта.

### **Тема 3. Практическая психотерапия.**

1. Определите, какое психотерапевтическое воздействие на клиента оказывают проективные методы психодиагностики (для этого необходимо будет взять какой-либо проективный психологический тест и провести с его помощью психологическое обследование человека, который может стать потенциальным клиентом).

2. Предположим, что к вам как к психологу-консультанту обратился родитель с просьбой дать ему практические рекомендации о том, стоит или не стоит отдавать ребенка в школу в возрасте до семи лет. Какие психодиагностические методики вы в данном случае можете использовать для того, чтобы изучить ребенка и дать его родителю обоснованные психологические рекомендации?

3. Какими тестами, предназначенными для диагностики уровня психологического

развития ребенка, вы воспользуетесь на практике, если проблема, с которой клиент – родитель ребенка – обратился к вам, состоит в том, что ребенок плохо учится в начальных классах школы?

### **Тема 3. Психотерапевтическая диагностика.**

1. Попробуйте определить, есть ли у вас персональные, личностные качества, которые необходимы хорошо профессионально подготовленному психологу-консультанту.

2. Дайте своему ответу на предыдущий вопрос развернутое аргументированное объяснение, обратив особое внимание на то, чего вам в данный момент еще не хватает для того, чтобы стать хорошим психологом-консультантом.

3. Если у вас имеется такая возможность, то внимательно понаблюдайте за работой какого-либо хорошо вам знакомого психолога-консультанта. Определите, в какой степени он сам в процессе консультирования соблюдает основные положения этического кодекса практического психолога.

4. Сообщите ему о своих наблюдениях и обсудите с ним результаты этих наблюдений.

5. Сформулируйте для себя самые практические выводы из результатов проведенного наблюдения.

### **Тема 4. Профессиональная идентичность психолога/психотерапевт.**

1. Определите, есть ли у вас те знания и умения, которые необходимы психологу-консультанту в работе.

2. Установите, каких психологических качеств, знаний и умений вам не хватает для того, чтобы стать высококвалифицированным консультантом-психологом.

3. С учетом ответов на сформулированные выше вопросы наметьте конкретный план повышения своей профессиональной квалификации в качестве психолога-консультанта.

## **10. ЛАБОРАТОРНЫЕ ЗАНЯТИЯ**

Учебным планом не предусмотрено.

## **11. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ**

### **11.1. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Рекомендуются следующие виды самостоятельной работы:

- изучение теоретического материала с использованием курса лекций и рекомендованной литературы;
- подготовка к зачету в соответствии с перечнем контрольных вопросов для аттестации;
- подготовка к практическим занятиям, самостоятельный поиск материала, работа с первоисточниками;
- дидактическое тестирование.

В комплект учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся входят:

- методические указания по освоению дисциплины;

- курс лекций;
- глоссарий;
- банк тестовых заданий;
- фонд оценочных средств.

## **11.2. КУРСОВАЯ РАБОТА (ПРОЕКТ)**

Учебным планом не предусмотрено.

## **11.3. ТЕМЫ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ**

Учебным планом не предусмотрено.

## **12. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

### **12.1. ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ ЗАЧЕТА**

1. Виды психологической помощи.
2. Механизмы оказания психологической помощи в различных направлениях.
3. Показания к консультированию и психотерапии.
4. Условия проведения психологического консультирования и психотерапии.
5. Цели и задачи психологического консультирования.
6. Принципы психологического консультирования.
7. Этапы и техники консультативной беседы. Назначение консультативных техник.
8. Особенности консультирования семей с детьми с ОВЗ.
9. Виды психотерапии.
10. Диагностика в психотерапии.
11. Методы психотерапии.
12. Специфика детской, групповой и семейной психотерапии.
13. Роль и место консультанта в консультировании.
14. Психологический портрет эффективного консультанта.
15. Влияние профессиональной деятельности на личность консультанта.
16. Профессиональная подготовка консультанта.

### **12.2. ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ ВАРИАНТ ТЕСТА**

#### ***Задание 1.***

Психологическое консультирование – это форма работы:

- индивидуальная с неглубоким вмешательством в психическую жизнь человека**
- групповая с глубоким вмешательством
- индивидуальная с глубоким вмешательством
- групповая с неглубоким вмешательством в психическую жизнь человека

#### ***Задание 2.***

Психотерапия – это форма работы:

- индивидуальная или групповая с глубоким вмешательством**
- индивидуальная с глубоким вмешательством в психическую жизнь человека
- индивидуальная с неглубоким вмешательством
- групповая с неглубоким вмешательством

**Задание 3.**

Избавление человека от психологических проблем (например, застенчивости или повышенной конфликтности) может быть достигнуто путем:

**психотерапии**  
тренинга  
психологического консультирования  
психокоррекции

**Задание 4.**

Три компонента профессиональной подготовки в психотерапии:

**теория, практика с супервизией, личная терапия**  
практика, супервизия, личная терапия  
теория, практика, супервизия  
теория терапии, теория консультирования, практика

**Задание 5.**

«Запрет на двойные отношения» не позволяет:

**вступать с клиентом в какие-либо отношения, кроме отношений «психолог-клиент»**  
выступать одновременно психологом и клиентом  
принимать двух клиентов одновременно  
работать с двумя клиентами, которые являются друг другу родственниками

**Задание 6.**

Психологическое консультирование не подходит для:

**детей до подросткового возраста**  
подростков  
пожилых людей  
инвалидов.

**Задание 7.**

Прием психолога называется

**сессия**  
аудиенция  
прием  
скрининг

**Задание 8.**

Совокупность всех условий проведения консультативной или терапевтической работы:

**сеттинг**  
экипировка  
аранжировка  
снаряжение

**Задание 9.**

Терапевтический контракт – это:

- устное соглашение терапевта и клиента об условиях и целях работы
- письменное соглашение терапевта и клиента
- юридически оформленное письменное соглашение психолога и клиента
- устное соглашение терапевта и клиента об условиях и целях работы в присутствии постороннего лица

**Задание 10.**

Психотерапия с «закрытым концом» завершается:

- по окончании оговоренного в контракте количества встреч**
- когда решит клиент
- когда решит терапевт
- когда решение будет обоюдным

**Задание 11.**

Какую реплику можно обозначить как отражение чувств

- «Кажется, Вам сейчас очень грустно»**
- «Вы говорите, что очень рады?»
- «Что Вы чувствуете?»;
- «И Вы говорите, что Вам грустно?»

**Задание 12.**

Кратковременная психотерапия, ставящая целью избавление от заикания:

- симптоматическая**
- каузальная
- суггестивная
- недирективная

**Задание 13.**

Внушение под гипнозом может относиться к терапии

- суггестивной**
- директивной
- несуггестивной
- каузальной

**Задание 14.**

Каузальной называется психотерапия, направленная на:

- работу с причинами симптомов**
- снятие отдельных симптомов
- внушение
- на глубокое погружение в психику клиента

**Задание 15.**

Выражение психологической проблемы в действиях без ее осознания:

- отыгрывание**
- обыгрывание
- перенос
- контрперенос

**Задание 16.**

Когда психолог чувствует то же, что чувствует в переносе его клиент, это:

- согласующийся контрперенос**
- неосознаваемый перенос
- негативный перенос
- дополнительный контрперенос

**Задание 17.**

Когда клиент в длительной работе демонстрирует сопротивление,

- с ним работают, проясняя его для клиента**
- с ним работают, не проясняя его для клиента
- его игнорируют
- вступают с ним в закрытую конфронтацию

**Задание 18.**

Реплика детского терапевта «Ты носишь на руках куклу» является:

- комментированием**
- метафорой
- конфронтацией
- интерпретацией.

**Задание 19.**

Фраза «Вы говорите, что не сердитесь, но Ваши кулаки сжаты», это:

- конфронтация**
- контейнирование
- комментирование
- отражение чувств

**Задание 20.**

Беседы с клиентом с диагностической целью, предваряющие психотерапию:

- диагностическое интервью**
- клиническое интервью
- диагностический опрос
- информирование терапевта

## **13. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

### **13.1. ОСНОВНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия / Р. Кочюнас, М.: «Академический проект», 2010г.- 234 с. \*
2. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье / Р. Мэй, М.: «Ин-т общегуманитарных исследований», 2012г. – 256 с. \*

### **13.2. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Мальцева Т. В., Реуцкая И. Е. Профессиональное психологическое консультирование: учебное пособие. - М.: Юнити-Дана, 2015. - 144 с.\*
2. Якиманская И.С., Биктина Н.Н. Психологическое консультирование: учебное пособие – М: Оренбургский государственный университет, 2015 – 230 с.\*

3.\*- источники из ЭБС электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» - [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

### 13.3 РЕСУРСНЫЕ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online» - <http://biblioclub.ru>
2. Психолого-педагогическая библиотека - <http://www.koob.ru/>
3. Научная электронная библиотека elibrary.ru - [http://elibrary.ru/project\\_authors.asp](http://elibrary.ru/project_authors.asp)

## 14. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Основы психологического консультирования и психотерапия» для студентов, обучающихся по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, осуществляется в виде лекционных и семинарских занятий, в ходе самостоятельной работы. В ходе самостоятельной работы студенты должны подготовиться к семинарским занятиям, изучить лекционные материалы и другие источники (учебники и учебно-методические пособия), подготовиться к ответам на контрольные вопросы и тестовые задания.

Дисциплина «Основы психологического консультирования и психотерапия» включает 16 тем.

Для проведения лекционных занятий предлагается следующая тематика, в соответствии с 7 разделом рабочей программы дисциплины:

### очная форма обучения

1. Виды психологической помощи
2. Механизмы оказания психологической помощи в различных направлениях
3. Показания к консультированию и психотерапии
4. Условия проведения психологического консультирования и психотерапии
5. Цели и задачи психологического консультирования
6. Принципы психологического консультирования
7. Этапы и техники консультативной беседы. Назначение консультативных техник.
8. Особенности консультирования семей с детьми с ОВЗ
9. Виды психотерапии
10. Диагностика в психотерапии
11. Методы психотерапии
12. Специфика детской, групповой и семейной психотерапии
13. Роль и место консультанта в консультировании
14. Психологический портрет эффективного консультанта
15. Влияние профессиональной деятельности на личность консультанта
16. Профессиональная подготовка консультанта

**Лекция** – форма обучения студентов, при которой преподаватель последовательно излагает основной материал темы учебной дисциплины. Лекция – это важный источник информации по каждой учебной дисциплине. Она ориентирует студента в основных проблемах изучаемого курса, направляет самостоятельную работу над ним. Для лекций по каждому предмету должна быть отдельная тетрадь для лекций. Прежде всего, запишите имя, отчество и фамилию лектора, оставьте место для списка рекомендованной литературы, пособий, справочников.

Будьте внимательны, когда лектор объявляет тему лекции, объясняет Вам место, которое занимает новый предмет в Вашей подготовке и чему новому Вы сможете научиться. Опытный студент знает, что, как правило, на первой лекции преподаватель обосновывает свои требования, раскрывает особенности чтения курса и способы сдачи зачета или экзамена.

Отступите поля, которые понадобятся для различных пометок, замечаний и вопросов.

Запись содержания лекций очень индивидуальна, именно поэтому трудно пользоваться чужими конспектами.

Не стесняйтесь задавать вопросы преподавателю! Чем больше у Вас будет информации, тем свободнее и увереннее Вы будете себя чувствовать!

#### **Базовые рекомендации:**

- не старайтесь дословно конспектировать лекции, выделяйте основные положения, старайтесь понять логику лектора;
- точно записывайте определения, законы, понятия, формулы, теоремы и т.д.;
- передавайте излагаемый материал лектором своими словами;
- наиболее важные положения лекции выделяйте подчеркиванием;
- создайте свою систему сокращения слов;
- привыкайте просматривать, перечитывать перед новой лекцией предыдущую информацию;
- дополняйте материал лекции информацией;
- задавайте вопросы лектору;
- обязательно вовремя пополняйте возникшие пробелы.

#### **Правила тактичного поведения и эффективного слушания на лекциях:**

- Слушать (и слышать) другого человека - это настоящее искусство, которое очень пригодится в будущей профессиональной деятельности психолога.

- Если преподаватель «скучный», но Вы чувствуете, что он действительно владеет материалом, то скука - это уже Ваша личная проблема (стоит вообще спросить себя, а настоящий ли Вы студент, если Вам не интересна лекция специалиста?).

Существует очень полезный прием, позволяющий студенту-психологу оставаться в творческом напряжении даже на лекциях заведомо «неинтересных» преподавателях. Представьте, что перед Вами клиент, который что-то знает, но ему трудно это сказать (а в консультативной практике с такими ситуациями постоянно приходится сталкиваться). Очень многое здесь зависит от того, поможет ли слушающий говорящему лучше изложить свои мысли (или сообщить свои знания). Но как может помочь «скучному» преподавателю студент, да еще в большой аудитории, когда даже вопросы задавать неприлично?

Прием прост – постарайтесь всем своим видом показать, что Вам «все-таки интересно» и Вы «все-таки верите», что преподаватель вот-вот скажет что-то очень важное. И если в аудитории найдутся хотя бы несколько таких студентов, внимательно и уважительно слушающих преподавателя, то может произойти «маленькое чудо», когда преподаватель «вдруг» заговорит с увлечением, начнет рассуждать смело и с озорством (иногда преподаватели сами ищут в аудитории внимательные и заинтересованные лица и начинают читать свои лекции, частенько поглядывая на таких студентов, как бы «вдохновляясь» их доброжелательным вниманием). Если это кажется невероятным (типа того, что «чудес не бывает»), просто вспомните себя в подобных ситуациях, когда с приятным собеседником-слушателем Вы вдруг обнаруживаете, что говорите намного увереннее и даже интереснее для самого себя. Но «маленького чуда» может и не произойти, и тогда главное - не обижаться на преподавателя (как не



обижается на своего «так и не разговорившегося» клиента опытный психолог-консультант). Считайте, что Вам не удалось «заинтересовать» преподавателя своим вниманием (он просто не поверил в то, что Вам действительно интересно).

- Чтобы быть более «естественным» и чтобы преподаватель все-таки поверил в вашу заинтересованность его лекцией, можно использовать еще один прием. Постарайтесь молча к чему-то «придаться» в его высказываниях. И когда вы найдете слабое звено в рассуждениях преподавателя (а при желании это несложно сделать даже на лекциях признанных психологических авторитетов), попробуйте «про себя» поспорить с преподавателем или хотя бы послушайте, не станет ли сам преподаватель «опровергать себя» (иногда опытные преподаватели сначала подбрасывают провокационные идеи, а затем как бы сами с собой спорят). В любом случае, несогласие с преподавателем - это прекрасная основа для диалога (в данном случае - для «внутреннего диалога»), который уже после лекции, на семинаре может превратиться в диалог реальный. Естественно, не следует извращать данный прием и всем своим видом показывать преподавателю, что Вы его «презираете», что он «ничтожество» и т. п. Критика (особенно критика преподавателя) должна быть конструктивной и доброжелательной. Будущему психологу вообще противопоказано «демонстративное презрение» к кому бы то ни было (с соответствующими «вытаращенными глазами» и «фыркающим ротиком») - это скорее, признак «пациента», чем специалиста-человековеда...

- Если Вы в чем-то не согласны (или не понимаете) с преподавателем, то совсем не обязательно тут же перебивать его и, тем более, высказывать свои представления, даже если они и кажутся Вам верными. Перебивание преподавателя на полуслове - это верный признак невоспитанности. А вопросы следует задавать либо после занятий (для этого их надо кратко записать, чтобы не забыть), либо выбрав момент, когда преподаватель сделал хотя бы небольшую паузу, и обязательно извинившись. Неужели не приятно самому почувствовать себя воспитанным человеком, да еще на глазах у целой аудитории?

#### **Правила конспектирования на лекциях:**

- Не следует пытаться записывать подряд все то, о чем говорит преподаватель. Даже если студент владеет стенографией, записывать все высказывания просто не имеет смысла: важно уловить главную мысль и основные факты.

- Желательно оставлять на страницах поля для своих заметок (и делать эти заметки либо во время самой лекции, либо при подготовке к семинарам и экзаменам).

- Естественно, желательно использовать при конспектировании сокращения, которые каждый может «разработать» для себя самостоятельно (лишь бы самому легко было потом разобраться с этими сокращениями).

- Стараться поменьше использовать на лекциях диктофоны, поскольку потом трудно будет «декодировать» неразборчивый голос преподавателя, все равно потом придется переписывать лекцию (а с голоса очень трудно готовиться к ответственным экзаменам), наконец, диктофоны часто отвлекают преподавателя тем, что студент ничего не делает на лекции (за него, якобы «работает» техника) и обычно просто сидит, глядя на преподавателя немигающими глазами (взглядом немного скучающего «удава»), а преподаватель чувствует себя неуютно и вместо того, чтобы свободно размышлять над проблемой, читает лекцию намного хуже, чем он мог бы это сделать (и это не только наши личные впечатления: очень многие преподаватели рассказывают о подобных случаях). Особенно все это забавно (и печально, одновременно) в аудиториях будущих психологов, которые все-таки должны учиться чувствовать ситуацию и как-то положительно влиять на общую психологическую атмосферу занятия...

Для проведения семинарских занятий предлагается следующая тематика, в соответствии с 8 разделом рабочей программы дисциплины:

**при заочной форме обучения:**

1. Виды психологической помощи
2. Механизмы оказания психологической помощи в различных направлениях
3. Показания к консультированию и психотерапии
4. Условия проведения психологического консультирования и психотерапии
5. Цели и задачи психологического консультирования
6. Принципы психологического консультирования
7. Этапы и техники консультативной беседы. Назначение консультативных техник.
8. Особенности консультирования семей с детьми с ОВЗ
9. Виды психотерапии
10. Диагностика в психотерапии
11. Методы психотерапии
12. Специфика детской, групповой и семейной психотерапии
13. Роль и место консультанта в консультировании
14. Психологический портрет эффективного консультанта
15. Влияние профессиональной деятельности на личность консультанта
16. Профессиональная подготовка консультанта

**Семинарское занятие** – это одна из форм учебной работы, которая ориентирована на закрепление изученного теоретического материала, его более глубокое усвоение и формирование умения применять теоретические знания в практических, прикладных целях.

Особое внимание на семинарских занятиях уделяется выработке учебных или профессиональных навыков. Такие навыки формируются в процессе выполнения конкретных заданий – упражнений, задач и т.п. – под руководством и контролем преподавателя.

Готовясь к семинарскому занятию, тема которого всегда заранее известна, студент должен освежить в памяти теоретические сведения, полученные на лекциях и в процессе самостоятельной работы, подобрать необходимую учебную и справочную литературу. Только это обеспечит высокую эффективность учебных занятий.

Отличительной особенностью семинарских занятий является активное участие самих студентов в объяснении вынесенных на рассмотрение проблем, вопросов; преподаватель, давая студентам возможность свободно высказаться по обсуждаемому вопросу, только помогает им правильно построить обсуждение. Такая учебная цель занятия требует, чтобы учащиеся были хорошо подготовлены к нему. В противном случае занятие не будет действенным и может превратиться в скучный обмен вопросами и ответами между преподавателем и студентами.

**При подготовке к семинарскому занятию:**

- проанализируйте тему занятия, подумайте о цели и основных проблемах, вынесенных на обсуждение;
- внимательно прочитайте материал, данный преподавателем по этой теме на лекции;
- изучите рекомендованную литературу, делая при этом конспекты прочитанного или выписки, которые понадобятся при обсуждении на занятии;
- постарайтесь сформулировать свое мнение по каждому вопросу и аргументировать его обосновать;

- запишите возникшие во время самостоятельной работы с учебниками и научной литературой вопросы, чтобы затем на семинарском занятии получить на них ответы.

#### **В процессе работы на семинарском занятии:**

- внимательно слушайте выступления других участников занятия, старайтесь соотносить, сопоставить их высказывания со своим мнением;

- активно участвуйте в обсуждении рассматриваемых вопросов, не бойтесь высказывать свое мнение, но старайтесь, чтобы оно было подкреплено убедительными доводами;

- если вы не согласны с чьим-то мнением, смело критикуйте его, но помните, что критика должна быть обоснованной и конструктивной, т.е. нести в себе какое-то конкретное предложение в качестве альтернативы;

- после семинарского занятия кратко сформулируйте окончательный правильный ответ на вопросы, которые были рассмотрены.

Семинарское занятие помогает студентам глубоко овладеть предметом, способствует развитию у них умения самостоятельно работать с учебной литературой и первоисточниками, освоению ими методов научной работы и приобретению навыков научной аргументации, научного мышления. Преподавателю же работа студента на семинарском занятии позволяет судить о том, насколько успешно и с каким желанием он осваивает материал курса.

Методические указания и рекомендации по другим видам учебной работы, например, по написанию курсовой работы (проекта) или контрольной работы, представлены в соответствующих изданиях. При выполнении курсовой работы (проекта), контрольной работы, написании доклада или реферата, эссе и др. следует руководствоваться специальными методическими указаниями. Эти методические указания и рекомендации размещены в системе дистанционного обучения «Прометей», в библиотеке и на профильных кафедрах вуза.)

## **15. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

### **15.1. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

1. Информационно-правовая система «Консультант+»
2. Информационно-справочная система «LexPro»
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>
4. [www.garant.ru](http://www.garant.ru) Информационно-правовая система Гарант

### **15.2. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

1. Помещение, отвечающее требованиям санитарно-эпидемиологического контроля и противопожарной безопасности.
2. Компьютерная и офисная техника.

## 12. Лист регистрации изменений

Рабочая программа учебной дисциплины обсуждена и утверждена на заседании Ученого совета от «25» апреля 2022 г. протокол № 9

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Утверждена решением Ученого совета на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень магистратуры), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 29 июля 2020 г. N 841	Протокол заседания Ученого совета от «25» апреля 2022 года протокол № 9	
2.			
3.			