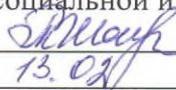


Учреждение образования «Гомельский государственный университет  
имени Франциска Скорины»

Факультет психологии и педагогики

Кафедра социальной и педагогической психологии

СОГЛАСОВАНО  
Заведующий кафедрой  
социальной и педагогической психологии  
 Т.Г.Шатюк  
13.02 2020 г.

СОГЛАСОВАНО  
Декан факультета  
психологии и педагогики  
 В.А.Бейзеров  
17.02 2020 г.

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

### ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

для специальности 1-86 01 01-02 Социальная работа (социально-  
психологическая деятельность)

Составитель:

Маркевич О.В., старший преподаватель кафедры социальной и педагогической психологии

Рассмотрено на заседании  
кафедры социальной и педагогической психологии  
13.02 2020 г., протокол № 8.

Рассмотрено и утверждено  
на заседании научно-методического совета  
26.02 2020 г., протокол № 4.

Гомель, 2020

# СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка

## 1 Теоретический раздел

Лекция 1 Смысл и специфика психологической помощи

Лекция 2 Процесс психологической помощи, процедурные и процессуальные моменты встречи в оказании психологической помощи

Лекция 3 Процесс психологической помощи, консультативная беседа как метод оказания психологической помощи

Лекция 4 Этапы процесса (ситуации) психологической помощи

Лекция 5 Основные формы работы в оказании психологической помощи

## 2 Практический раздел: планы практических / семинарских занятий

Занятие 1. Смысл и специфика психологической помощи

Занятия 2-9. Теоретические основания психологической помощи

Занятия 10-12. Этапы процесса (ситуации) психологической помощи

Занятия 13. Основные формы работы в оказании психологической помощи

Занятие 14. Квалификация, функции и этика специалиста

Методические рекомендации по организации и выполнению управляемой самостоятельной работы

## 3 Раздел контроля знаний

1. Темы реферативных работ

2. Защита проектов

3. Презентации, абстракты-памятки

4. Контрольная работа

## 4 Вспомогательный раздел

Учебно-методическая карта дисциплины

Литература

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Психологическая помощь включает в себя многообразие теорий и практик, варьирующихся до многообразных техник социально-психологического тренинга, понятий и методов, без которых отношения психолога-консультанта и его клиента могут легко разрушиться, а сама психологическая помощь превратиться в простое сочувствие.

Социальному работнику, включенному и в социально-психологическую деятельность по профессии необходимо решать широкий круг многочисленных и многообразных психологических проблем. Поэтому учебный план подготовки специалистов с профессиональной квалификацией «Специалист по социальной работе-психолог» предусматривает изучение дисциплины «Основы психологической помощи».

В представленном учебно-методическом комплексе отражены вся специфика изучения студентами дисциплины, спектр проблем, методов и требований, предъявляемых к специалисту в данной области. Большое внимание уделяется освещению социально-культурного, исторического контекста возникновения профессии, анализу сложившихся традиций и намечающихся перспектив деятельности, связанной с психологической помощью личности и обществу. Рассматриваются конкретные проблемы, теории, практики и нормативные требования применительно к личности и деятельности специалиста, занятого в области психологической помощи.

Целью разработанного УМК является помощь в овладении студентами основ теории и практики психологической помощи и консультирования, а также особенностями организации ее реализации в деятельности как социального работника, так и практического психолога.

Задачами курса «Основы психологической помощи» в данном ЭУМК являются:

- ознакомление с понятиями, отражающими содержание дисциплины, основными представлениями о психологической помощи и консультировании;
- овладение технологиями, методами и методиками оказания видов психологической помощи личности и группе;
- формирование умений и навыков организации, конструирования и проведения различных форм психологической помощи и консультирования.

В результате изучения дисциплины «Основы психологической помощи» студент должен:

### **знать:**

- основные направления психологической помощи;
- основные средства психологической помощи;
- теоретические основания психологической помощи;
- методы и способы оценки эффективности психологической помощи.

### **уметь:**

- определять наиболее адекватный для решения проблем клиента вид психологической помощи;

- проводить психологические тренинги;
- проводить индивидуальную и групповую психотерапию, психологическое консультирование;
- оценивать эффективность психологической помощи;
- осуществлять диагностику личности, психического состояния клиента;
- устанавливать эмпатический контакт с клиентом.

**владеть:**

- современными методами установления эмпатического контакта с клиентом;
- современными технологиями оказания психологической помощи;
- методами оценки эффективности психологической помощи.

**Требования к академическим компетенциям специалиста**

Специалист должен:

АК-1. Уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач.

АК-3. Владеть исследовательскими навыками.

АК-4. Уметь работать самостоятельно.

АК-5. Быть способным выработать новые идеи (креативность).

АК-6. Владеть междисциплинарным подходом при решении проблем.

АК-8. Иметь лингвистические навыки (устная и письменная коммуникация).

АК-9. Уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни.

**Требования к социально-личностным компетенциям специалиста**

Специалист должен:

СЛК-1. Обладать качествами гражданственности.

СЛК-2. Быть способным к социальному взаимодействию.

СЛК-3. Обладать способностью к межличностным коммуникациям.

СЛК-4. Владеть навыками здорового образа жизни.

СЛК-7. Опирается в своей работе на профессиональные этические нормы и стандарты поведения.

**Требования к профессиональным компетенциям специалиста.**

Специалист должен быть способен:

Научно-исследовательская деятельность.

ПК-1. Использовать различные методологии познания и преобразования социальной и психической реальности.

ПК-2. Анализировать современные тенденции и проблемы психологической науки.

ПК-3. Определять основные закономерности и процессы социальной и психической жизни.

ПК-4. Квалифицированно участвовать в научных исследованиях в области психологии.

ПК-5. Ориентироваться в перспективных направлениях современной психологии.

ЭУМК по курсу «Основы психологической помощи» включает в себя тексты лекций, элементы учебной программы курса, тестовые задания, тематику рефератов, УСР, планы практических занятий, перечень литературы. Общее количество часов по представленному курсу «Основы

психологической помощи» для студентов дневной формы обучения – 170 (4,5 зачетные единицы); аудиторное количество часов – 68, из них: лекции – 40 часов, практические занятия – 28 часов, в т.ч. УСР- 16. Форма отчетности – экзамен (3 курс).

Для студентов заочной формы обучения общее количество часов – 170 (4,5 зачетные единицы); аудиторное количество часов – 18, из них: лекции – 12 часов, практические занятия – 6 часов. Форма отчетности – экзамен (4 курс).

Материалы ЭУМК четко и логично структурированы. Внедрение ЭУМК в учебный процесс будет способствовать всестороннему изучению дисциплины, позволит стимулировать и организовать самостоятельную работу студентов, индивидуализировать обучение, совершенствовать контроль и самоконтроль, в целом повысит результативность учебного процесса.

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### Лекция 1 Смысл и специфика психологической помощи

1. Определения понятия психологической помощи.
2. Становление психологической помощи как социального института и профессии.
3. Средства, функции, цели и задачи психологической помощи.

#### *1. Определение понятия психологической помощи.*

Что представляет собой такое понятие, как «психологическая помощь»?

Каковы истоки соответствующей деятельности, диапазон применения и возможности?

Каковы концепции и методы, лежащие в ее основе?

Каковы требования к профессионалу в этой области?

В чем, наконец, причины столь позднего объявления, по сравнению с другими странами, соответствующей дисциплины в постсоветском обществе и каковы перспективы ее развития?

Раскрытие этих и других фундаментальных вопросов, требующих освещения в процессе овладения сложной и тонкой областью прикладной психологии, призванной обеспечить психологическую помощь личности и сообществу, и составляет то самое развертывание исходного содержания психологической помощи.

В самом общем виде психологическая помощь в психологических словарях трактуется как профессиональная помощь психолога в разрешении психологических проблем клиента.

С большей детализацией это понятие уточняется в другом справочном издании по психологии: «Психологическая помощь - вид помощи, который оказывает квалифицированный психолог человеку или группе людей в оптимизации психофизиологических состояний, познавательных процессов, поведения, общения, реализации индивидуальной и особенно групповой деятельности».

Понятие «психологическая помощь» отражает некоторую реальность, психосоциальную практику, полем деятельности которой является совокупность вопросов, затруднений и проблем, относящихся к психической жизни человека. Уже такое допущение требует, в свою очередь, уточнения границ понятий «психика», «психическое». И здесь небезосновательным критерием может послужить широко распространившееся в последние десятилетия в отечественной и в зарубежной психологии представление о человеке как о трехуровневом единстве: физическом (body), психоэмоциональном (mind) и духовном (spirit). Даже такое схематическое членение понимания человека довольно явно указывает на сферу приложения усилий, отражаемых словосочетанием «психологическая помощь». Очевидно, что областью деятельности соответствующего

специалиста является широкий круг проблем, относящихся именно к среднему звену указанного понятия.

Психологическая помощь есть область и способ деятельности, предназначенные для содействия человеку и сообществу в решении разнообразных проблем, порождаемых душевной жизнью человека в социуме. Понимание проблематики психологической помощи связано с пониманием психики как пространства (уровня, способа) человеческого бытия, многообразие и многогранность которого и определяет совокупность проблем в деятельности соответствующего специалиста: межличностные отношения, эмоциональные внутриличностные (как глубинные, так и ситуативные) конфликты и переживания; проблемы социализации (выбор профессии, создание семьи, разные формы общественных отправлений), проблемы персонализации (возрастные и экзистенциальные), т.е. весь спектр эмоционально-смысловой жизни человека как общественного существа, наделенного психикой.

Что же является определяющим в содержании психологической помощи?

Содержание психологической помощи заключается в обеспечении эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки человеку или сообществу в трудных ситуациях, возникающих в ходе их личностного или социального бытия.

Тот же инстинкт помощи существует и у животных. В человеческом же обществе феномен помощи существовал всегда, хотя в качестве социального института возник и оформился только к середине XX века, вызвав к жизни появление целого ряда новых профессионалов: социальный работник, психолог-консультант, психолог-психотерапевт. И это помимо уже традиционных фигур священника, психиатра и психоаналитика.

Определение психологической помощи не может не зависеть от используемого психологического подхода, от длительности предполагаемого консультирования, от уровня и количества участников процесса, а также от многих других факторов.

## ***2. Становление психологической помощи как социального института и профессии.***

Традиции взаимопомощи среди людей уходят корнями вглубь тысячелетий. Тексты Священного Писания пронизаны великой идеей милосердия, изгоняющей «нечистый дух» болезней, пороков и заблуждений, несущей животворный свет веры, надежды и любви.

К.Г. Юнг писал, что «религии - суть системы исцеления психического нездоровья», а П. Флоренский употребил понятие «духовная ортопедия», когда в своем произведении «Столп и утверждение истины» писал о необходимости и предназначении духовной и душевной поддержки.

В появлении же профессий, непосредственно относящихся именно к психологической помощи (на основании данных современной литературы) можно выделить шесть основных предпосылок:

1. Развитие экспериментальной психологии (первая психологическая лаборатория В. Вундта в Лейпциге 1879).

2. Формирование нового, гуманного и научного подхода к людям, страдающим психическими заболеваниями (Ф. Пинель в 1793 г. снял цепи с пациентов психиатрической лечебницы; Ж. Шарко и П. Жане описали психическое расстройство «истерия» с обоснованием катарсическо-гипнотического метода его излечения; Дж. Брейер и З. Фрейд открыли в 1905 г. бледную спирохету - материальная обусловленность поражения психических функций); возникновения психоанализа.

3. Развитие психологического тестирования и движения за умственную гигиену (деятельность Ф. Гальтона и Ф. Бине, создавшего первые тесты IQ; Э. Торндайк и К. Бирса, организовавших в начале XX столетия в США Общество умственной гигиены).

4. Возникновение в Бостоне в первом десятилетии XX в. (Ф. Парсон) консультирования, связанного с выбором профессии и предназначавшегося для помощи человеку в выборе подходящей работы во имя «полезной и счастливой жизни».

5. Возникновение и утверждение в 1940-х годах в США «недирективной психотерапии» К. Роджерса, который ввел в психотерапию философию экзистенциализма, отказался от термина «пациент» в пользу термина «клиент» и закрепил в общественном сознании представление о психологической помощи, каковым оно является в настоящее время.

6. Возникновение в годы, предшествовавшие Второй мировой войне, института религиозного попечительства и социальных работников. Являясь выпускниками совмещенных факультетов философии и теологии, эти специалисты были призваны оказывать наставническую и практическую помощь лицам, попавшим в трудную эмоциональную ситуацию.

Таким образом, к 50-м годам XX века многообразные течения в психологической, психотерапевтической, социальной и религиозной практике привели к оформлению специфической области человеческой деятельности, получившей название «counseling» (консультирование, наставничество, психологическое вспомоществование, помощь).

Очевидным является также социально-экономический контекст эпохи, на протяжении которой возникли основные источники, составившие в своей совокупности новую общественную практику и новый социальный институт. Начиная с конца XIX столетия и вплоть до 20-х годов XX века почти все течения возникли в результате промышленной революции: индустриализации, появления новых транспортных средств и новых профессий, повышения уровня напряженности в социальных отношениях и массовой безработицы, связанной с переселением больших масс людей в города. Кроме этого, огромную роль сыграли и такие обстоятельства, как завершение эпохи классической рациональности в научном познании, осмыслением глобальной по своим последствиям идеи исчезновения Бога (слова Ницше: «Бог умер»). Это привело к осознанию необходимости существования в мире на основе нового принципа – личной ответственности и личного выбора.

Все это составило тот фундамент, в рамках которого психологическая помощь личности и сообществу получила развитие как особый социальный и профессиональный институт.

### ***3. Средства, функции, цели и задачи психологической помощи.***

Каковы же в самом общем виде задачи психологической помощи?

В толковых словарях (Даля или Ожегова), в словаре древнегреческого языка среди значений слова «терапэя» определение «лечение» находится только на шестом месте после таких понятий, как «служение», «забота», «попечение». Но понятийное значение отличается от словесного. Из практических значений задачи не сводимы к какому-либо одному понятийному ряду (по причине различной трактовки психологической помощи в той или иной психотехнической концепции, по причине различных, в зависимости от концепций, трактовок самих понятий «человек и личность» в общенаучных аспектах, разнообразии проблематики, с которой приходится иметь дело психологу). Это не позволяет обобщить, скажем, задачи психологической помощи подростку (в его конкретной житейской ситуации), супружеской паре в предразводном состоянии или руководителю предприятия при решении социально-психологического конфликта.

Для определения задач психологической помощи выделим несколько предметных перспектив (доминант) консультативной практики.

#### ***1) Личность***

В конкретной ситуации человек, обратившийся за помощью, заранее не только предполагает, но как бы и предписывает психологу учесть весь спектр личностной проблематики. Поэтому это могут быть задачи: самоопределения (идентичности), выбора (принятия решения), самосознания (личностной рефлексии), совладания с кризисной ситуацией и т.п. Здесь цели и задачи определяются самим клиентом.

#### ***2) Сам процесс оказания психологической помощи.***

Самостоятельными задачами являются: установление отношений доверия и принятия; обеспечение динамики рабочих отношений, ведущей к осознанию и возможному разрешению психологических проблем клиента; проработка или снятие психологических защит; определение и использование степени воздействия на клиента.

Самостоятельными задачами становятся определение форм и техник ведения начального интервью, сроков совместной работы и способов завершения психологической помощи.

Третья группа задач относится к психологической помощи коллективу предприятия, школы и т.п.: адекватная ориентировка в ситуации, идентификация и локализация конфликта; снятие социально-психологической напряженности, помощь в ценностно-смысловой переориентации группы, повышение сплоченности.

Особые задачи, стоящие перед профессионалом, - это задачи, которые касаются не процесса психологической помощи, а задачи, относящиеся к профессиональному, личностному развитию и благополучию, к

профессиональному мастерству. Недостаточная проработанность личностных проблем (фрустрированных или нереалистичных потребностей, фантазий, страхов, конфликтов, защит, ценностных смыслов, мотивов и т.п.) и недостаточная профессиональная подготовка легко могут вместо психологической помощи травмировать как клиента, так и консультанта и добавить к неразрешенным проблемам психогенные расстройства.

Вопросы для самоконтроля:

1. Дайте определения понятия психологической помощи, прокомментируйте их содержание.
2. Охарактеризуйте каждый этап становления психологической помощи как социального института и профессии.
3. Подготовьте вопросы для круглого стола по проблемам психологической помощи.
4. В чем состоит основная проблематика развития и области применения современной психологической помощи?
5. Разъясните и прокомментируйте высказывание Ницше: «Бог умер».

## **Лекция 2 Процесс психологической помощи**

1. Составляющие ситуации общения клиента с психологом-консультантом.
2. Процедурные и процессуальные моменты встречи в оказании психологической помощи.
3. Условия успешного осуществления первой консультативной беседы.

### ***1. Составляющие ситуации общения клиента с психологом-консультантом.***

Ситуация общения клиента с психологом-консультантом включает следующие составляющие: 1) личность клиента и его переживания; 2) личность психолога-консультанта в единстве его самостных и функциональных образований; 3) взаимоотношения между клиентом и психологом.

Анализируя ситуацию обращения клиента к представителю любой другой профессии (юристу, учителю, врачу, священнику, руководителю и др.), потребитель: а) знает, чего хочет; б) осведомлен в той или иной мере о нормах взаимоотношений с представителем данной профессии; в) достаточно хорошо понимает меру ответственности и ограничений – свою и профессионала, к которому обращается, например, понимает возможность, что результат не зависит исключительно от квалификации специалиста и его рекомендаций.

В области психологической помощи существуют вполне определенные трудности, связанные со спецификой профессии и с неопределенностью статуса психолога-консультанта в обществе:

- 1) Психолог-консультант работает не с ситуацией, а с переживаниями, с системой ценностей, отношений и состояний человека.
- 2) Прояснение подлинных мотивов или жизненных смыслов человека в процессе получения психологической помощи может вообще сделать излишней саму жизненную ситуацию, раз она имеет причину психологических проблем клиента.
- 3) В других профессиях межличностные отношения играют важную роль, а иногда не играют никакой роли, не говоря уже о личностных достоинствах специалиста, а в психологии в результате психологической помощи важен характер, динамика, своеобразие межличностных отношений, личностные качества психолога-консультанта.

В одном из американских учебников по психологическому консультированию (Belkin G.) говорится: «Если бы психологическая помощь сводилась только к приемам, необходимость в самих консультантах была бы ничтожной».

К. Роджерс в своей книге «О том, как становятся личностью» поместил целый ряд вопросов, освещающих именно человеческое, личностное «измерение» в практике психологической помощи: «Могу ли я быть личностью, которая воспринимается как заслуживающая доверие?»; «Могу ли я быть достаточно выразительным?»; «Могу ли я позволить себе испытывать положительные чувства к другому?»; «Способен ли я быть достаточно сильной личностью, чтобы отделить себя от другого?»; «Достаточно ли я внутренне защищен, чтобы позволить себе это разьединение?»; «Могу ли я позволить себе полностью войти в мир чувств и смыслов другого и увидеть их так, как видит он?»; «Способен ли я принять его таким, какой он есть?»

Структура процесса принятия человека человеком

притяжение	отталкивание
опознание-аттракция	опознание-дистракция
идентификация	дифференциация
потребность принадлежности	потребность независимости
приближение	дистанцирование
выделение из общего ряда	помещение в общий ряд
доверие	недоверие
инициация (принятие)	отвержение (исключение)

Очевидно, что нарушение процесса на любом из уровней делает невозможным полноценное принятие.

**2. *Процедурные и процессуальные моменты встречи в оказании психологической помощи.***

Процесс психологической помощи начинается со встречи - одного из ценностных понятий в современной гуманистической и консультативной психологии, привнесенное в психологию из экзистенциализма.

Охарактеризуем процедурные и процессуальные моменты встречи в оказании психологической помощи, придающих ей профессиональную содержательность.

Из исследований установлено, что решающими для начальной ориентировки в партнере, «оспособлении» себя (термин Г.П. Щедровицкого) в ситуации общения, формирования собственного самоощущения, влияющего на выбор той или иной стратегии поведения с собеседником, являются первые 4 минуты контакта. Именно они наиболее трудны для обоих партнеров.

За это время происходит выработка неосознаваемых, но стратегически важных решений, относящихся к принятию партнера, к оценке его личности и прогнозированию возможных отношений.

Первые минуты встречи чрезвычайно важны как безустановочное пространство для формирования первого впечатления о человеке и оценки личностного (психотерапевтического) потенциала клиента.

Из трех фаз любого человеческого общения – начала отношений, их развития, динамики и прекращения – первая фаза является ключевой, особенно в ситуациях оказания психологической помощи.

В проживании первой встречи с клиентом нет ни одной детали, не имеющей значения для успешного осуществления первого контакта: от выражения лица, взгляда, интонации и расстояния до клиента (оптимальное 1,5 м) до введения клиента в консультативную работу. Конечно, вся последующая психологическая работа не может определяться первой встречей, и проживание психологической помощи как переобучения, просвещения или психотерапии проходит несколько этапов, но в консультативной работе, в частности, дело может ограничиться и одной беседой. Вот почему начальному контакту придается такое большое значение.

### ***3. Условия успешного осуществления первой консультативной беседы.***

Что необходимо для успешного осуществления первой консультативной беседы?

Рассмотрим условия успешного осуществления первой консультативной беседы:

**Информация.** Желательно, чтобы до первой встречи, допустим, во время записи на консультацию, клиент сообщил о себе ориентирующие формальные сведения (имя и фамилия, возраст, профессия и образование, семейный статус, кем направлен, имеет ли опыт общения с психологом). Это освобождает рабочее время для содержательной работы.

**Психодиагностическое обследование.** В ряде случаев, например, профконсультации, полезной оказывается предварительная личностная диагностика. Это облегчает ориентировку в личностных особенностях

клиента и его состоянии. Если обследование проводится до консультативной беседы, лучше, чтобы проводил его не сам психолог-консультант, а его коллеги.

Что нежелательно для успешного проведения первой встречи?

Нежелательно нагружать себя информацией о личности и жизни клиента, которая не исходит лично от него. Нежелательно спорить с клиентом – это не профессионально, непрофессионально опровергать его утверждения (это не означает, что психолог обязан во всем соглашаться с клиентом, разделять его заблуждения); хвалить клиента или обнадеживать; давать ложные обещания; интерпретировать его поведение или давать оценку действиям и поступкам; задавать клиенту дополнительные вопросы о сторонах жизни или проблемах, к которым он особенно чувствителен; убеждать клиента в необходимости работы с вами; поддерживать клиента в его нападках на других лиц (родители, дети, супруг, другой специалист и т.п.).

Следует также учитывать тенденции в восприятии психологов-консультантов. Из психологических исследований известны, по крайней мере, особенности восприятия клиентами психологов-консультантов: физически привлекательные психологи воспринимаются более положительно; одни и те же психологи воспринимаются по-разному в зависимости от того, с какой проблемой приходит клиент (люди склонны полагаться на тех профессионалов, чьи социокультурные или мировоззренческие ценности не расходятся с их собственными; люди по-разному оценивают степень соответствия психолога принятым в обществе социальным нормам благополучия и статуса (семейное положение, соответствие «лику профессии», степень видимого благополучия и т.д.). Эти и многие другие обстоятельства, а также репутация и авторитет играют свою роль в проведении первой консультативной беседы.

Вопросы для самоконтроля:

1. Охарактеризуйте составляющие ситуации общения клиента с психологом-консультантом. Как вы думаете, почему первые 4 минуты контакта наиболее трудны для партнеров общения?
2. Объясните структуру процесса принятия человека человеком. В чем причины притяжения / отталкивания?
3. Разъясните и прокомментируйте процедурные и процессуальные моменты встречи в оказании психологической помощи.
4. Что необходимо учитывать для успешного осуществления первой консультативной беседы? Что нежелательно для успешного проведения первой встречи?
5. Каковы особенности восприятия клиентами психологов-консультантов?

### **Лекция 3 Процесс психологической помощи**

1. Консультативная беседа как метод оказания психологической помощи.
2. Начальная консультативная беседа, ее цели и задачи, условия завершения.
3. Основные коммуникативные техники в консультативной беседе и этикет.

### ***1. Консультативная беседа как метод оказания психологической помощи.***

Консультативная беседа – один из основных методов оказания психологической помощи, часто именуемый в среде профессионалов как «глубинное интервью».

Консультативная беседа – это личностно-ориентированное общение, в котором осуществляется ориентировка в личностных особенностях и проблемах клиента, устанавливается и поддерживается партнерский стиль отношения (на равных), оказывается требуемая психологическая помощь в соответствии с потребностями, проблематикой и характером консультативной работы. Консультативная беседа, в зависимости от этапа работы, бывает начальной, процессуальной, завершающей и поддерживающей.

### ***2. Начальная консультативная беседа, ее цели и задачи, условия завершения.***

В задачи начальной консультативной беседы входят: расположение клиента к себе и снятие напряжения; установление контакта; поощрение обсуждения проблематики и определение временных и других возможностей клиента для совместной работы; предоставление информации; установление рабочих (сотруднических, партнерских) отношений с клиентом – того, что называется «рабочий контакт»; поощрение самопонимания, собственной активности и ответственности клиента; формирование реалистичных ожиданий в отношении совместной работы.

Трудная задача – поощрение клиента рассказывать о себе и своих проблемах. Даже если клиент испытывает доверие к консультанту и не чувствует никаких межличностных барьеров, в действие могут включаться психологические защиты, поскольку подчас интимные проблемы могут обсуждаться. Если к тому же человек обратился за помощью не сам, а был направлен другим специалистом, сопротивление нередко представляет собой значительное затруднение для консультанта. Ни один человек, в каком бы возрасте он ни был, не придет к другому без причины просто так, «по душам» поговорить на темы, которые не всегда можно открыть и самому себе.

Проговаривание, признание субъективных барьеров, которые пришлось преодолеть клиенту, выражение в связи с этим уважения и понимающего отношения – один из возможных ключей к снижению сопротивления. Вопросы, относящиеся к состоянию клиента, к его самоощущению в обстановке консультирования также помогают снять

напряжение. Задача психолога-консультанта состоит в том, чтобы послужить катализатором, «облегчителем» процесса коммуникации. Важно прочувствовать человека, уловить его нужды, переживания, устремления.

Недаром Фрейд говорил о том, что «тайна человека сочится через поры его кожи». Хотя клиент может прямо и не сказать о том, что его волнует больше всего (он может не осознавать свои подлинные проблемы), уже первая встреча дает богатый материал для понимания личности, вероятной проблематики и нужд клиента.

Завершение первой консультативной беседы – не менее важное дело, чем ее начало. Критерии положительного завершения именно первой встречи очень важны.

Практика показывает, что именно последние минуты первой встречи могут вызвать ощущение дискомфорта у консультанта и у консультируемого. Основанием для возникновения чувства разочарования, ощущения непонятости является ощущение незавершенности ситуации. Так, например, у врача пациент получает направление на анализ или рецепт, у юриста – консультацию и руководство к действию, а у психолога? Поэтому существенным моментом является словесное завершение встречи при потенциальной незавершенности ситуации. Приведем примеры вариантов завершения первой встречи:

- К сожалению, на сегодня наше время истекло. Наша следующая встреча, как мы говорили, может состояться во вторник в 14 часов. Если вы примете окончательное решение о нашей совместной работе в том объеме, который мы обозначили, пожалуйста, позвоните мне накануне.

- Что ж, сегодня нам удалось, если и не полностью, то, по крайней мере, отчасти, увидеть, что с вами происходит. Надеюсь, наша дальнейшая работа позволит углубить процесс. Итак, до вторника?

- Сегодня мы о многом переговорили... И, знаете, мне кажется, что еще больше осталось невысказанным. Если вы действительно решили разобраться и с этой ситуацией, и в себе, я буду ждать вашего звонка до конца недели, чтобы точнее оговорить дату и расписание нашей работы.

Таким образом, первая встреча вводит клиента в контекст психологической помощи как специфической по содержанию и по целям психосоциальной практики. Конечно, она далеко не исчерпывает весь многосложный репертуар психотехник, которыми пользуется психолог в зависимости от проблематики клиента, интенсивности и характера психологической помощи и собственных предпочтений. Детально техники консультативной работы рассматриваются в курсе психоконсультирования.

### ***3. Основные коммуникативные техники в консультативной беседе и этикет.***

Чем менее опытен консультант, тем более значимы для него коммуникативные техники. Приемы и методики позволяют избежать чувства неуверенности, обратиться к авторитету технических приемов, прибегнуть к ним в ситуациях, когда не вполне ясен ход вещей.

По мере углубления в практику психологической помощи психолог, для которого благополучие клиента, содержание и оценка результатов деятельности, собственный опыт начинают приобретать большее значение, может обнаружить, что, несмотря на требование положительного отношения к клиенту, например, в роджерсианской традиции, данный конкретный клиент никак не вызывает положительных чувств, а даже наоборот. Или же психолог, предпочитающий трансперсональную психологию, обнаруживает, что в конкретном случае концепция «субличностей» не работает, потому что эмоциональная травма захватывает всего человека, а не отдельные стороны. В таких случаях побеждают индивидуальный стиль и опыт профессионала (обобщенный инвариант, содержащий коммуникативные техники и приемы универсального характера):

- Молчание.
- Эмпатическое слушание.
- Прояснение.
- Рефлексивная вербализация.
- Интерпретация.

*Например,*

*На вопрос о семейной жизни клиент долго рассказывал, какая у него чудесная жена.*

*Клиент. Она изумительная женщина... Просто изумительная...*

*Психолог. В таком случае, с нею, наверное, нелегко жить?*

*Клиент. Да, черт побери! Не то слово...*

*Интерпретация требует особой техники подачи: желательно смягчать интерпретацию словами «возможно», «наверное», «может быть», «складывается впечатление». Категоричность может превратить интерпретацию в средство усугубления защит и сопротивления.*

- Самораскрытие.
- Конфронтация.

*Например:*

*Клиент. Знаете, я у вас уже у третьего консультируюсь, и впечатление одно: или я чего-то не понимаю, или меня не хотят понять.*

*Психолог (после паузы). Не кажется ли вам, что один из способов ухода от напряжения, связанного с усилиями понять, – это посещение психологов? Выгода получается многократная: чувство собственной значимости возрастает (ведь я – загадка), ответственность с себя снимается – «пусть они думают», откладывается принятие решения. Не так ли?*

- Подведение итогов (при завершении первой встречи).

Помимо профессиональных, технических аспектов психологической помощи в процессе установления отношений, возникает множество других вопросов, характеризующих профессиональный этикет поведения.

- Курение.
- Ведение записей.
- Частые опоздания.
- Вопросы оплаты (частная практика).
- Ориентировка клиента во времени.
- Одежда и имидж психолога-консультанта.

Вопросы для самоконтроля:

1. Охарактеризуйте составляющие ситуации общения клиента с психологом-консультантом. Как вы думаете, почему первые 4 минуты контакта наиболее трудны для партнеров общения?
2. Объясните структуру процесса принятия человека человеком. В чем причины притяжения / отталкивания?
3. Разъясните и прокомментируйте процедурные и процессуальные моменты встречи в оказании психологической помощи.
4. Что необходимо учитывать для успешного осуществления первой консультативной беседы? Что нежелательно для успешного проведения первой встречи?
5. Каковы особенности восприятия клиентами психологов-консультантов?

#### **Лекция 4 Этапы процесса (ситуации) психологической помощи**

1. Этапы процесса психологической помощи:
2. Параметры перспективы совместной работы

##### ***1. Этапы процесса психологической помощи.***

Психологическая помощь во всех своих разновидностях (если не ограничивается однократной ситуативной консультацией) независимо от формы осуществления, индивидуальной или групповой, проходит несколько стадий (в функциональном и содержательном смысле этапов).

I. Начальный этап. Этап вхождения в ситуацию психологической помощи.

Ориентировка в проблеме, установление контакта и рабочих отношений, принятие решения о проживании предложенного консультативного курса – по времени этот этап может занять одну встречу или развернуться в продолжение нескольких бесед. Формальное согласие войти в ситуацию психологической помощи не означает фактического принятия ее клиентом. И только после завершения процесса принятия личности психолога-консультанта клиент сможет принять саму ситуацию психологической помощи.

II. Этап действия и проживания ситуации психологической помощи.

Включает в себя работу с личностным материалом клиента: переживаниями, отношениями, чувствами, снами, ценностными смыслами. Это пространство для возникновения и проявления специфических психологических феноменов, свойственных консультативной работе, формируемых консультативной парадигмой и техникой.

III. Этап вхождения в новый опыт.

Это стадия личностных трансформаций и попыток приобщения к иному способу проживания жизни, свободному от прежних заблуждений и

проблем. На данном этапе психологической помощи клиент переводит свое новое постижение себя и мира в пространство действий, формирует новые мотивы и цели, новые жизненные ценности и стратегии, испытывает удивление, сомнение, восторг, ощущение преодоления прежних препятствий, нахождение выхода и – вместе с тем – сомнения, желание поддержки из-за того, «что же со мной было». Это этап расставания с собой прежним и возврата к «подлинному себе».

IV. Последний этап – этап вхождения в повседневность, обогащенную новым опытом.

Это заключительная стадия основной психологической консультативной работы, важен во многих отношениях. Его значимость отражают специфические задачи, стоящие перед психологом.

Каждый из указанных этапов имеет свою длительность. В зависимости от специфики проблемы, подхода, возможностей клиента и психолога длительность совместной работы колеблется от одной встречи до нескольких месяцев и лет. При этом работа может ограничиться или прерваться на любом из этапов (за исключением классического психоанализа, где весь курс занимает от 5 до 20 лет).

Практика отечественных специалистов свидетельствует, что психологическая помощь в наших условиях ограничивается несколькими встречами (от 1 до 40 часов).

## ***2. Параметры перспективы совместной работы.***

В самом начале процесса психологической помощи возникает важнейший вопрос – ориентировка в личностном потенциале клиента и прогноз перспектив совместной работы.

В психологической литературе выделены следующие параметры, существенные для ориентировки в клиенте, возможных сроков работы и ее успешности (они учитываются на начальном этапе работы даже во время первой встречи).

### Параметры, влияющие на оценку перспектив совместной работы в ситуации психологической помощи

Положительный признак:

- клиент физически и психически здоров
- возраст до 45 лет (не затруднено переобучение)
- клиент осознает наличие у него проблемы и адекватно мотивирован в принятии помощи
- клиент готов принять на себя ответственность в совместной деятельности
- не имел вовсе или имел положительный опыт работы с психологом
- незначительные жалобы на отношения в родительской семье
- адекватные самооценка и самоуважение, уровень притязаний
- клиент способен справляться со стрессом без регрессивных или репрессивных реакций
- благоприятные житейские обстоятельства
- психологическая проблема ситуативна, форма адекватна содержанию

- клиент – социально зрелая личность (наличие образования, профессии, семьи, материальная независимость, взрослость)
- ситуация психологической помощи не налагает чрезмерных издержек (во времени, деньгах, поездках и т.п.)

#### Отрицательный признак:

- клиент не здоров (например, имеет инвалидность, диагноз)
- возраст клиента свыше 45 лет (затруднено переобучение)
- не осознает наличие проблемы, немотивирован, просто «решил попробовать»
- не готов принять ответственность («делайте что хотите»)
- имел отрицательный опыт работы с психологом
- была / есть дисгармония в родительской семье
- неадекватность самооценки, амбициозный уровень притязаний
- прибегает к алкоголю, медикаментам и др.
- неблагоприятные (плохие жизненные условия)
- психологическая проблема имеет давнюю (хроническую) форму
- дефекты в образовании, материальная зависимость, инфантильность
- ситуация психологической помощи влечет чрезмерные издержки (во времени, деньгах, поездках и т.п.)

#### Значимыми для психолога показателями являются:

- высокий уровень культуры и профессиональной подготовки;
- сензитивность и способность рефлексии в отношении процессов, происходящих и в нем, и в клиенте;
- личностная емкость, жизнелюбие и способность к партнерству с клиентом;
- сбалансированность и удовлетворенность собственных базисных ценностей (финансовых, личностных и сексуальных в том числе);
- способность и умение выдерживать превратности работы с данным типом клиента (удары по самолюбию, интенсивность сопротивления или переноса, притворство и т.п.);
- физическое, психическое и личностное здоровье психолога (от чувства юмора и знания собственных ограничений до адекватной энергетике).

Прогноз успешности совместной работы всегда обоюден, поскольку включает немаловажный фактор, как вера в успех!

#### Вопросы для самоконтроля:

1. Охарактеризуйте условия работы и задачи психолога на начальном этапе ситуации психологической помощи. Как вы думаете, почему этот этап так сложен для клиента?
2. Объясните особенности стадии действия и проживания ситуации психологической помощи для клиента. Каковы задачи психолога на этом этапе?
3. Разъясните и прокомментируйте характеристики этапа вхождения в новый опыт и заключительного этапа для консультанта и для клиента.

4. Какие положительные признаки необходимо учитывать для успешного осуществления ситуации психологической помощи? Прокомментируйте отрицательные признаки, приведите примеры.
5. Каковы значимые особенности психологов-консультантов для успешной совместной работы в ситуации психологической помощи?

## ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### *Примерный план практических / семинарских занятий*

#### **Занятие 1. Смысл и специфика психологической помощи**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Становление психологической помощи как социального института и профессии (эссе-размышление).
2. Развитие экспериментальной психологии, формирование гуманного подхода к людям, страдающим психическими заболеваниями.
3. Развитие психологического тестирования. Развитие психологического тестирования и консультирования, утверждение «недирективной психотерапии».

#### **Занятие 2 – 9. Теоретические основания психологической помощи**

Структура проектов «Описание консультативного процесса»:

- А. Общие положения теории и характеристика концепции (гlossарий – термины, понятия, незнакомые моменты концепции и т.д.).
- Б. Цели психологической помощи в рамках теории.
- В. Позиция психолога или консультанта.
- Г. Позиция клиента.
- Д. Психотехники (название, объяснение, примеры, элементы видео и т.д.).
- Е. Общая характеристика концепции, общие выводы, резюме.  
(Абстракты для группы, презентации, инсценировки и др.)

Темы проектов:

- АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ - К.Г. Юнг
- ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ - А. Адлер
- ГУМАНИСТИЧЕСКИЙ ПСИХОАНАЛИЗ - Э. Фромм
- НЕОФРЕЙДИЗМ - Г. Салливан, К. Хорни, Э. Берн
- ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ - Скиннер, Уотсон
- КОГНИТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ:  
РАЦИОНАЛЬНО-ЭМОТИВНАЯ ТЕРАПИЯ - А. Эллис  
КОГНИТИВНАЯ ТЕРАПИЯ - А. Бек  
РЕАЛЬНОСТНАЯ ТЕРАПИЯ - У. Глассер
- ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ:  
ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ  
ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ К. Роджерса
- ГЕШТАЛЬТТЕРАПИЯ - Ф. Перлз
- ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ - С. Гроф
- НАПРАВЛЕНИЯ КЛАССИЧЕСКОЙ РУССКОЙ ФИЛОСОФИИ
- НОВЕЙШИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

#### **Занятия 10-12. Этапы процесса (ситуации) психологической помощи**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Психологическая помощь как возможность понимания мотивов, ценностей, целей клиента.
2. Обеспечение условий для личностной рефлексии и проживания ситуации свободного и ответственного выбора.
3. Подбадривание клиента и подчеркивание временных границ травмировавшей проблематики и консультативного процесса.  
(работа с ситуациями)

### **Занятие 13. Основные формы работы в оказании психологической помощи**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Характеристика индивидуальной работы психологической помощи.
2. Характеристика групповых форм работы психологической помощи.
3. Разновидности психологических тренингов.
4. Семейная психотерапия.
5. Особенности кризисного вмешательства.
6. Психологическая реабилитация.

### **Занятие 14. Квалификация, функции и этика специалиста**

*Вопросы для обсуждения:*

1. Характеристика специалистов, оказывающих психологическую помощь.
2. Этические и правовые аспекты оказания психологической помощи.
3. Общие и специфические этические требования в оказании психологической помощи.  
(Закон РБ «Об оказании психологической помощи»)

## **Методические рекомендации по организации и выполнению управляемой самостоятельной работы**

Тема 1. Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире (*анализ и защита научных статей по современной проблематике оказания психологической помощи – интерактивная лекция*).

Тема 2. Теоретические основания психологической помощи.

А) Задания, формирующие знания по учебному материалу на уровне узнавания:

1. Объясните понятия:

- психологическая помощь;
- теоретическая и практическая готовность к оказанию психологической помощи;
- предпосылки развития института психологической помощи.

*Форма выполнения задания – индивидуальная.*

*Форма контроля выполнения задания – устное/письменное сообщение.*

Б) Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения:

1. Теоретические основы психологической помощи (психотехники в различных теоретических направлениях).
2. Специфика психологической помощи в рамках различных теоретических ориентаций (цели и задачи).
3. Характер теоретического подхода как основание выделения вида психологической помощи.

*Форма выполнения задания – индивидуальная (в диадах).*

*Форма контроля выполнения задания – устное сообщение и групповое обсуждение.*

В) Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний:

- Подготовка проекта на тему: «Теоретические основы психологической помощи» и его разъяснение.
- Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире (*анализ научных статей*).

*Форма выполнения задания – индивидуальная (в диадах, мини-группах).*

*Форма контроля выполнения задания – защита проектов, проверка абстрактов и групповое обсуждение.*

*Учебно-методическое обеспечение:*

- 1 Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. Учеб. пособие для студ. психол. факультет. и отделен. ун-в / А.Ф. Бондаренко. – М.: Класс, 2003.
- 2 Бэндлер, Р. и др. Семейная психотерапия. – Воронеж: Модэк, 1993.
- 3 Василюк, Ф. Е. Психология переживаний / Ф. Е. Василюк. – М.: МГУ, 1984.
- 4 Василюк, Ф. Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи // *Вопр. психологии*, №5, 1988.
- 5 Гингер, С. Гештальт: искусство контакта / С. Гингер. - М. 2002.
- 6 Емельянова, Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования / Е. В. Емельянова. – СПб.: Речь, 2004.
- 7 Зейгарник, Б. В. Теории личности в зарубежной психологии / Б. В. Зейгарник. – М.: МГУ, 1982.

Тема 3. Этапы процесса (ситуации) психологической помощи (*защита ситуаций, требующих оказания психологической помощи – индивидуальная работа*).

Тема 4. Квалификация, функции и этика специалиста.

А) Задания, формирующие знания по учебному материалу на уровне узнавания:

Объясните:

- Характеристика специалистов, оказывающих психологическую помощь.

*Форма выполнения задания – индивидуальная.*

*Форма контроля выполнения задания – устное (письменное) сообщение.*

Б) Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения:

1. Прокомментируйте, в чем состоят этические и правовые аспекты оказания психологической помощи.

*Форма выполнения задания* – индивидуальная.

*Форма контроля выполнения задания* – устное (письменное) сообщение и групповое обсуждение.

В) Задания, формирующие компетенции на уровне применение полученных знаний:

1. Разъясните квалификацию, функции и этику специалиста, оказывающего психологическую помощь личности, группе.

2. Каковы общие и специфические этические требования в оказании психологической помощи (*Закон РБ «Об оказании психологической помощи»*)?

3. Разработайте этапы ситуации психологической помощи (*работа с ситуациями*).

*Форма выполнения задания* – индивидуальная (в диадах, мини-группах).

*Форма контроля выполнения задания* – экспресс-обсуждение абстрактов или конспектов темы.

*Учебно-методическое обеспечение:*

- 1 Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. Учеб. пособие для студ. психол. факультет. и отделен. ун-в / А.Ф. Бондаренко. – М.: Класс, 2003.
- 2 Бэндлер, Р. и др. Семейная психотерапия. – Воронеж: Модэк, 1993.
- 3 Василюк, Ф. Е. Психология переживаний / Ф. Е. Василюк. – М.: МГУ, 1984.
- 4 Гингер, С. Гештальт: искусство контакта / С. Гингер. - М. 2002.
- 5 Емельянова, Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования / Е. В. Емельянова. – СПб.: Речь, 2004.
- 6 Зейгарник, Б. В. Теории личности в зарубежной психологии / Б. В. Зейгарник. – М.: МГУ, 1982.

## РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

*Реферативные работы  
Защита проектов*

### *Темы реферативных работ*

1. Становление психологической помощи как социального института и профессии
2. Формирование гуманного и научного подхода к людям, страдающим психическими заболеваниями
3. Развитие психологического тестирования и движения за умственную гигиену
4. Возникновение консультирования, связанного с выбором профессии
5. Личность клиента и его переживания
6. Личность психолога в единстве его самостных и функциональных образований
7. Взаимоотношения между клиентом и психологом
8. Адлеровское направление в психологической помощи
9. Терапия поведения в психологической помощи
10. Рационально-эмоциональная терапия в психологической помощи
11. Ориентированная на клиента терапия в психологической помощи
12. Экзистенциальная терапия в психологической помощи
13. Проблематика психологической помощи в общем контексте отечественной психологии
14. Современные тенденции и проблемы в теории и практике психологической помощи
15. Индивидуальная и групповая формы работы в зависимости от специфики конкретной ситуации психологической помощи
16. Семейная психотерапия и семейное консультирование: тренинг эффективности родителя, поведенческая терапия, конкурентная терапия
17. Кризисное вмешательство
18. Психологическая реабилитация
19. Области психологического консультирования
20. Основные принципы взаимодействия психолога и клиента в процессе оказания психологической помощи
21. Коммуникативные техники в консультативной беседе и этикет
22. Формирование навыков и умений адекватного эмоционального реагирования
23. Этические и правовые аспекты оказания психологической помощи
24. Общие и специфические этические требования в оказании психологической помощи
25. Методы оценки эффективности психологической помощи

## 1. Вспомогательный раздел

### УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ ДНЕВНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Формы контроля знаний
		Лекции	Практические (семинарские) занятия	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа УСР	
1	2	3	4	5	6	9
1	<p><b>Смысл и специфика психологической помощи</b></p> <p>1.Определения понятия психологической помощи.</p> <p>2.Становление психологической помощи как социального института и профессии.</p> <p>3.Цели и задачи психологической помощи.</p> <p>1.Развитие экспериментальной психологии, формирование гуманного подхода к людям, страдающим психическими заболеваниями.</p> <p>2.Развитие психологического тестирования и консультирования, связанного с выбором профессии.</p> <p>3.Области применения науки и искусства психологической помощи в современном мире.</p> <p>1.Становление психологической помощи как социального института и профессии (эссе-размышление).</p> <p>2.Развитие экспериментальной психологии, формирование гуманного подхода к людям с психическими заболеваниями.</p> <p>3.Развитие психологического тестирования и консультирования, утверждение «недирективной психотерапии».</p>	2				Защита эссе  Подготовка абстрактов
2	<p><b>Процесс психологической помощи</b></p> <p>1.Составляющие ситуации общения клиента с психологом-консультантом.</p> <p>2.Процедурные и процессуальные моменты встречи в оказании психологической помощи.</p> <p>3.Условия успешного осуществления первой консультативной беседы.</p> <p>1.Консультативная беседа как метод оказания психологической помощи.</p> <p>2.Начальная консультативная беседа, ее цели и задачи, условия завершения первой</p>	2				

	<p>консультативной беседы.</p> <p>3.Основные коммуникативные техники в консультативной беседе и этикет.</p> <p><i>Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире (интерактивная лекция)</i></p>	2			4	Анализ и защита научных статей
3	<p><b>Теоретические основания психологической помощи</b></p> <p>1.Теоретические основы психологической помощи.</p> <p>2.Специфика психологической помощи в рамках различных теоретических ориентаций.</p> <p>3.Характер теоретического подхода как основание выделения вида психологической помощи.</p> <p>1.Использование характера теоретического подхода в качестве основания для выделения видов психологической помощи.</p> <p>2.Характеристика классического психоаналитического направления психологической помощи (З. Фрейд).</p> <p>3.Описание консультативного процесса в аналитической психологии (К.Г. Юнг).</p> <p>1.Описание консультативного процесса в индивидуальной психологии (А. Адлер).</p> <p>2.Особенности гуманистического психоанализа в практике психологической помощи (Э. Фромм).</p> <p>3.Терапия неопрейдизма (Э. Берн).</p> <p>1.Терапия неопрейдизма (Г. Салливан).</p> <p>2.Терапия неопрейдизма (К. Хорни).</p> <p>3.Особенности поведенческого направления в практике психологической помощи (Скиннер, Уотсон).</p> <p>1.Особенности когнитивного направления в практике психологической помощи.</p> <p>2.Характеристика консультативного процесса в рационально-эмотивной терапии (А. Ellis).</p> <p>3.Характеристика консультативного процесса в когнитивной терапии А. Бека.</p> <p>1.Характеристика консультативного процесса в реальностной терапии У. Глассера.</p> <p>2.Особенности гуманистической психологии в практике психологической помощи.</p> <p>3.Характеристика терапии, ориентированной на клиента (С. Rogers).</p> <p>1.Особенности экзистенциальной психотерапии в практике психологической</p>	2	2	2	2	<p>Защита проектов</p> <p>Подготовка абстрактов</p> <p>Подготовка и защита презентаций</p>

	<p>помощи.</p> <p>2.Характеристика консультативного процесса в гештальттерапии.</p> <p>3.Современные проблемы в теории и практике психологической помощи.</p> <p>1.Характеристика консультативного процесса в трансперсональной психотерапии (С. Гроф).</p> <p>2.Характеристика направлений классической русской философии (понятия «человек», «личность», «душа». «дух», «Я», «бытие» и др.).</p> <p>3.Проблематика психологической помощи в отечественной психологии.</p> <p>1.Особенности новейших направлений психологической помощи.</p> <p>2.Характеристика консультативного процесса в новейших психологических направлениях (НЛП, арт-терапия, гипноз, тренинги, погружение, коучинг и т.д.).</p> <p>3.Проблематика психологической помощи в отечественной психологии.</p>		2			
4	<p><b>Этапы процесса (ситуации) психологической помощи</b></p> <p>1.Общая характеристика процесса психологической помощи.</p> <p>2.Начальный этап вхождения в ситуацию психологической помощи.</p> <p>3.Этап действия и проживания ситуации психологической помощи.</p> <p>1.Этап вхождения в новый опыт.</p> <p>2.Этап вхождения в повседневность, обогащенный новым опытом.</p> <p>3.Оценка перспектив совместной работы.</p> <p>1.Психологическая помощь как возможность понимания мотивов, ценностей, целей клиента.</p> <p>2.Обеспечение условий для личностной рефлексии и проживания ситуации свободного выбора.</p> <p>3.Подбадривание клиента и подчеркивание временных границ травмировавшей проблематики и консультативного процесса. <i>(работа с ситуациями)</i></p> <p>1.Задачи психолога в процессе психологической помощи на различных этапах.</p> <p>2.Консультирование в рамках школьной психологической службы.</p> <p>3.Консультирование в рамках учреждений образования.</p>	2	2	2	2	Защита ситуаций, требующих психологической помощи (работа в мини-группах)

	<p><i>(работа с ситуациями)</i></p> <p>1. Консультирование в рамках профконсультации.</p> <p>2. Структурирование процесса психологической помощи, ее профессиональная содержательность.</p> <p>3. Временные границы травмировавшей проблематики и консультативного процесса.</p> <p><i>(работа с ситуациями)</i></p> <p>1. Психологическая помощь как возможность понимания мотивов, ценностей, целей клиента.</p> <p>2. Обеспечение условий для личностной рефлексии.</p> <p>3. Подбадривание клиента и подчеркивание временных границ травмировавшей проблематики и консультативного процесса</p> <p><i>(работа с ситуациями).</i></p>		2		4	Защита ситуаций, требующих психологической помощи (индивидуальная работа)
5	<p><b>Основные формы работы в оказании психологической помощи</b></p> <p>1. Проблема классификации видов (форм) психологической помощи.</p> <p>2. Основные организационные формы оказания психологической помощи.</p> <p>3. Консультативный контакт, виды психологического консультирования.</p> <p>1. Характеристика индивидуальной работы психологической помощи.</p> <p>2. Характеристика групповых форм работы психологической помощи.</p> <p>3. Разновидности психологических тренингов.</p> <p>1. Семейная психотерапия.</p> <p>2. Особенности кризисного вмешательства.</p> <p>3. Психологическая реабилитация.</p>	2	2			Составление методической папки (наборы тренинговых программ и упражнений-заданий)
6	<p><b>Квалификация, функции и этика специалиста</b></p> <p>1. Портрет современного клиента, общая характеристика.</p> <p>2. Типы личности клиента в психологической практике.</p> <p>3. Ошибки в психологической помощи.</p> <p>1. Характеристика специалистов, оказывающих психологическую помощь.</p> <p>2. Этические и правовые аспекты оказания психологической помощи.</p> <p>3. Общие и специфические этические требования в оказании психологической помощи.</p> <p><i>(Закон РБ «Об оказании психологической помощи»)</i></p>	2	2		4	Защита конспекта, Разъяснение статей Закона
7	<b>Методы оценки эффективности</b>					

	<b>психологической помощи</b> ( <i>интерактивная лекция</i> ) 1.Степень прогнозируемости эффективности психологической помощи. 2.Оценка перспектив оказания психологической помощи. 3.Объективные критерии эффективности психологической помощи.	2				Составление абстрактов-памяток  Анализ научных публикаций
	1.Степень прогнозируемости эффективности психологической помощи. 2.Оценка перспектив оказания психологической помощи. 3.Субъективная оценка эффективности психологической помощи.	2				
	<b>Всего часов по дисциплине</b>	<b>24</b>	<b>28</b>		<b>16</b>	<b>экзамен</b>

### **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

Номер раздела, темы, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Формы контроля знаний
		Лекции	Практические (семинарские) занятия	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа УСР	
1	2	3	4	5	6	9
1	<b>Смысл и специфика психологической помощи</b> 1.Определения понятия психологической помощи. 2.Становление психологической помощи как социального института и профессии. 3.Цели и задачи психологической помощи.  1.Становление психологической помощи как социального института и профессии (эссе-размышление). 2.Развитие экспериментальной психологии, формирование гуманного подхода к людям с психическими заболеваниями. 3.Развитие психологического тестирования и консультирования, утверждение «недирективной психотерапии».	2	2			Защита эссе  Подготовка абстрактов
2	<b>Процесс психологической помощи</b> 1.Составляющие ситуации общения клиента с психологом-консультантом. 2.Процедурные и процессуальные моменты встречи в оказании психологической помощи. 3.Условия успешного осуществления первой	2				

	<p>консультативной беседы.</p> <p>1.Консультативная беседа как метод оказания психологической помощи.</p> <p>2.Начальная консультативная беседа, ее цели и задачи, условия завершения первой консультативной беседы.</p> <p>3.Основные коммуникативные техники в консультативной беседе и этикет.</p> <p>4.<i>Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире (интерактивная лекция)</i></p>	2				Анализ и защита научных статей
3	<p><b>Теоретические основания психологической помощи</b></p> <p>1.Использование характера теоретического подхода в качестве основания для выделения видов психологической помощи.</p> <p>2.Характеристика классического психоаналитического направления психологической помощи (З. Фрейд).</p> <p>3.Описание консультативного процесса в аналитической психологии (К.Г. Юнг).</p> <p>1.Описание консультативного процесса в индивидуальной психологии (А. Адлер).</p> <p>2.Особенности гуманистического психоанализа в практике психологической помощи (Э. Фромм).</p> <p>3.Терапия неопрейдизма (Э. Берн).</p> <p>1.Терапия неопрейдизма (Г. Салливан).</p> <p>2.Терапия неопрейдизма (К. Хорни).</p> <p>3.Особенности поведенческого направления в практике психологической помощи (Скиннер, Уотсон).</p> <p>1.Особенности когнитивного направления в практике психологической помощи.</p> <p>2.Характеристика консультативного процесса в рационально-эмотивной терапии (А. Ellis).</p> <p>3.Характеристика консультативного процесса в когнитивной терапии А. Бека.</p> <p>1.Характеристика консультативного процесса в реальностной терапии У. Глассера.</p> <p>2.Особенности гуманистической психологии в практике психологической помощи.</p> <p>3.Характеристика терапии, ориентированной на клиента (С. Rogers).</p> <p>1.Особенности экзистенциальной психотерапии в практике психологической помощи.</p> <p>2.Характеристика консультативного процесса в гештальттерапии.</p>	САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ			Подготовка абстрактов	

	<p>3.Современные проблемы в теории и практике психологической помощи.</p> <p>1.Характеристика консультативного процесса в трансперсональной психотерапии (С. Гроф).</p> <p>2.Характеристика направлений классической русской философии (понятия «человек», «личность», «душа». «дух», «Я», «бытие» и др.).</p> <p>3.Проблематика психологической помощи в отечественной психологии.</p> <p>1.Особенности новейших направлений психологической помощи.</p> <p>2.Характеристика консультативного процесса в новейших психологических направлениях (НЛП, арт-терапия, гипноз, тренинги, погружение, коучинг и т.д.).</p> <p>3.Проблематика психологической помощи в отечественной психологии.</p>					
4	<p><b>Этапы процесса (ситуации) психологической помощи</b></p> <p>1. Этапы процесса психологической помощи:</p> <p>1.1 Начальный этап вхождения в ситуацию психологической помощи.</p> <p>1.2. Этап действия и проживания ситуации психологической помощи.</p> <p>1.3. Этап вхождения в новый опыт.</p> <p>1.4. Этап вхождения в повседневность, обогащенный новым опытом.</p> <p>1.Психологическая помощь как возможность понимания мотивов, ценностей, целей клиента.</p> <p>2.Обеспечение условий для личностной рефлексии и проживания ситуации свободного выбора.</p> <p>3.Подбадривание клиента и подчеркивание временных границ травмировавшей проблематики и консультативного процесса. <i>(работа с ситуациями)</i></p> <p>1.Задачи психолога в процессе психологической помощи на различных этапах.</p> <p>2.Консультирование в рамках школьной психологической службы.</p> <p>3.Консультирование в рамках учреждений образования. <i>(работа с ситуациями)</i></p>	2				
			2			Защита ситуаций, требующих психологической помощи (работа в мини-группах)
5	<p><b>Основные формы работы в оказании психологической помощи</b></p> <p>1.Проблема классификации видов (форм) психологической помощи.</p> <p>2.Основные организационные формы оказания психологической помощи.</p>	САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ			Защита ситуаций, требующих психологической помощи	

	3.Консультативный контакт, виды психологического консультирования.					(индивидуальная работа)
6	<b>Квалификация, функции и этика специалиста</b> 1.Характеристика специалистов, оказывающих психологическую помощь. 2.Этические и правовые аспекты оказания психологической помощи. 3.Общие и специфические этические требования в оказании психологической помощи. (Закон РБ «Об оказании психологической помощи»)	САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ				
7	<b>Методы оценки эффективности психологической помощи</b> (интерактивная лекция) 1.Степень прогнозируемости и оценка эффективности психологической помощи. 2.Объективные критерии эффективности психологической помощи. 3.Субъективная оценка эффективности психологической помощи.	2				Составление абстрактов-памяток  Анализ научных публикаций
	<b>Всего часов по дисциплине</b>	<b>12</b>	<b>6</b>			<b>Экзамен</b>

## *Рекомендуемая литература*

### **ОСНОВНАЯ**

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология / Г. С. Абрамова. – М.: Прометей, 2018. – 496 с.
2. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер. – М.: Академ. Проект, 2015. – 202 с.
3. Алешина, Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю.Е. Алешина. – М.: Класс, 2004. – 208 с.
4. Бардиер, Г. Ошибки психологической помощи: сущность // Психология, №4, 2013.
5. Берн, Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Э. Берн. – М.: Эксмо, 2016. – 576 с.
6. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. Учеб. пособие для студ. психол. факультет. и отделен. ун-в / А.Ф. Бондаренко. – М.: Класс, 2003. – 336 с.
7. Бондаренко, А. Ф. Социальная психотерапия личности (психосемантический подход) / А.Ф. Бондаренко. – К.: КГПИИЯ, 2001. – 189 с.
8. Братусь, Б. С. Христианская психология в контексте научного мировоззрения / Б.С. Братусь. – М.: Изд. Никая, 2017. – 528 с.
9. Бурно, М. Е. Клиническая психотерапия / М.Е. Бурно. – М.: Академический проект, 2006. – 800с.
10. Бурно, М. Е. Терапия творческим самовыражением / М.Е. Бурно. – М.: Медицина, 2012. – 520 с.
11. Бэндлер, Р. и др. Семейная психотерапия и НЛП. – М: Институт общегум. исследов., 2017. – 160 с.
12. Василюк, Ф. Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. – М.: МГУ, 1994. – 200 с.
13. Василюк, Ф. Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи // Вопр. психологии, №5, 2007.
14. Гингер, С. Гештальт: искусство контакта / С. Гингер. – М: Академический проект, 2010. – 192 с.
15. Емельянова, Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования / Е.В. Емельянова. – СПб.: Речь, 2012. – 280 с.
16. Зейгарник, Б. В. Теории личности в зарубежной психологии / Б.В. Зейгарник. – М. Книга по требованию, 2013. – 128 с.
17. Кори Дж., Кори М., Колланэн П., Рассел Дж. М. Техники групповой психотерапии. - СПб., 2011.
18. Коттлер, Дж. Совершенный психотерапевт: Работа с трудными клиентами / Дж. Коттлер. - СПб.: Питер, 2012. – 352 с.
19. Любинская, А. Ф. Объективные критерии эффективности консультативной помощи // Психологическая служба, №3, 2015.
20. Малейчук, Г. И. Портрет современного клиента, общая характеристика // Журнал практической психологии и психоанализа, №2, 2016.

21. Малкина-Пых, И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2008. – 928 с.
22. Меновщиков, В. Ю. Введение в психологическое консультирование / В.Ю. Меновщиков. – М.: Смысл, 2019. – 111 с.
23. Новикова, М. В. Психологическая помощь ребенку в кризисной ситуации / М.В. Новикова. - М.: Генезис, 2011. -128 с.
24. Олиферович, Н. И. Индивидуальное психологическое консультирование: Теория и практика / Н.И. Олиферович. - Мн.: Тесей, 2015. – 264 с.
25. Уотсон, Дж. Психология с точки зрения бихевиориста // Хрестоматия по истории психологии / Ред. Гальперин П.Я., Ждан Д. Н. – М.: МГУ. Публикатор 2016. – С.17-18
26. Франкл, В. Страдания от бессмысленной жизни / В. Франкл. Перев. С. Панков – М.: Ridero, 2019. – 368 с.
27. Фрейд, З. Психология бессознательного / З. Фрейд. – СПб.: Питер, 2018. – 528 с.
28. Фромм, Э. Искусство любить / Э. Фромм. – М.: АСТ, 2017. – 386 с.
29. Чернявская, А. Г. Психотерапия: шаг за шагом: учеб.-практ руководство / А.Г. Чернявская. - Мн.: Тетра систем, 2015. – 512 с.
30. Юнг, К. Г. Проблемы души нашего времени / К.Г. Юнг. – СПб.: Питер, 2017. – 355 с.
31. Ялом, И. Групповая психотерапия: Теория и практика. 5-е изд. / И. Ялом. - М., 2018. – 512 с.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

1. Василюк, Ф. Е. От психологической практики к психотехнической теории // Моск. психотерапевт. журнал, 1992, №1. – С. 15-32.
2. Вачков, И. В. Приключения во внутреннем мире: Психология для старшеклассников / И. В. Вачков. – СПб.: Питер, 2008. – 128 с.
3. Евтихов, О. В. Практика психологического тренинга / О.В. Евтихов. – СПб.: Речь, 2004. – 256 с.
4. Карвасарский, Б. Д. Психотерапия / Б.Д. Карвасарский. – М.: Куб, 2002. – 304 с.
5. Нечаев, А. П. Психология и школа / А. П. Нечаев. – М., 1997. – 378 с.
6. Олиферович, Н. И. Зинкевич-Куземкина, Т. А. Велента, Т. Ф. Психология семейных кризисов / Н.И. Олиферович, Т.А. Зинкевич-Куземкина, Т.Ф. Велента. – СПб.: Речь, 2008 г. – 360 с.
7. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология: учеб. пособие / Л.А. Пергаменщик. - Мн.: Вышэйшая школа, 2004. – 288 с.
8. Петровская, Л. А. Компетентность в общении: социально-психологический тренинг / Л.А. Петровская. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 216 с.
9. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога / Е. И. Рогов. – М.: Гум изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 384 с.

10. Рудестам, К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – СПб.: Питер, 1998. – 368 с.
11. Сизанов, А. Н. Психологические игры / А. Н. Сизанов. – Мн., 1995. – 189 с.
12. Шевардян, Г. М. Основы психотерапии / Г.М. Шевардян. – СПб.: Питер, 2007. - 208 с.
13. Яковлева, Е. Л. Психология развития творческого потенциала личности / Е.Л. Яковлева. – М.: Моск. психолого-соц. инст. 1997. – 224 с.
14. Ялом, И. Психотерапевтические истории / И. Ялом. - М.: Эксмо, 2005. – 375 с.