

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Б1.В.ДВ.04.01 Основы психологического консультирования и психотерапии**

**Автор:** К.п.н.доцент кафедры общей психологии, А.И.Зуфман., ст.преподаватель кафедры общей психологии Юдина Т.О.

**Код и наименование направления подготовки, профиля:**  
37.03.01 Психология (Liberal Arts)

**Квалификация (степень) выпускника:** бакалавр  
**Форма обучения:** очная

**Цель освоения дисциплины:**

Сформировать компетенции применения техник и методов в области консультативной психологии и психотерапии

**План курса:**

**Тема 1. Определение, основные принципы и различия психологического консультирования, психологической коррекции и психотерапии**

Цели и задачи психологического консультирования. Структура консультативного процесса. Определение понятия психологического консультирования, его место и роль в системе психологической помощи. Определение целей и задач консультирования в отечественной психологической традиции: Ю.Е. Алешина, Г.С. Абрамова, Р. Кочунас. Понятие о психическом здоровье и полноценно функционирующей личности. Цели и задачи психологического консультирования с точки зрения различных теоретических подходов. Виды психологического консультирования. Дифференциация понятий психологическое консультирование, психологическая коррекция, психотерапия.

**Тема 2. Этические и правовые аспекты консультирования**

Этические нормы психолога-консультанта: конфиденциальность, основания для нарушения конфиденциальности, неманипулятивный подход, разграничение личных и профессиональных отношений, профессионализм. Этические ограничения при работе с отдельными членами семьи. Ориентация на проблему клиента, его нормы и ценности. Границы компетентности психолога-консультанта. Условия консультативного контракта. Санкции при нарушении контракта. Переадресация клиентов. Документация. Гражданская и уголовная ответственность. Права клиентов и информация о клиентах. Психолог-консультант в суде.

**Тема 3. Личностно-профессиональные качества эффективного консультанта**

Личность консультанта как необходимая составляющая эффективного процесса консультирования. Понятие личной и социальной зрелости консультанта. Необходимость поддержания и повышения профессионального уровня консультанта, образования консультанта, обучения профессиональных консультантов. Теоретическая и системная подготовка консультантов, системы консультирования, участие консультантов в смежных видах деятельности.

**Тема 4. Структура и этапы консультативного процесса\* (практ. продг)**

Многообразие подходов к процессу психологического консультирования и его этапов. Этап установления раппорта. Вербальные и невербальные способы установления раппорта. Этап субъективного изложения жалоб. Приемы вовлечения клиента в

свободное рассказывание. Способы задавания вопросов. Приемы эмпатического слушания. Приемы отражения содержания: повтор, парафраз, резюмирование. Значение паузы в речи клиента. Дифференциация запроса. Конструктивные и неконструктивные виды запросов. Трансформация запроса. Этап анализа проблемы. Формулировка и прояснение гипотез относительно психологической проблемы, источников и причин ее возникновения. Способы проверки консультативных гипотез. Этап проработки проблемы.

Завершение консультативного процесса Подведение итогов. Типы итогов. Актуализация личностного ресурса клиента.

### **Тема 5. Психодинамическая модель психологического консультирования**

«Психоанализ», «психоаналитическая терапия», «психоаналитическое консультирование», соотношение понятий. Понятие о полноценно функционирующей личности в психоаналитической парадигме.

Ортодоксальный психоанализ как теория личности и терапевтический метод. Основные понятия психоанализа. Представление о структуре личности. Понятие внутриличностного конфликта. Природа невроза. Аналитическая психология К.Г. Юнга. Теория развития личности от Персоны к Самости. Понятие индивидуации.

Личностная проблематика в социокультурном контексте: А.Адлер и К.Хорни. Комплекс неполноценности и его истоки в теории А.Адлера. Стремление к превосходству. Социокультурная теория К.Хорни: потребность в удовлетворении и безопасности как системообразующие факторы развития личности. Базальная тревога. Работа с внутриличностными конфликтами в хорнианском психоанализе. Развитие психоанализа в теории объектных отношений как основа современной модели психоаналитического консультирования. Понятие переноса, контрпереноса. Соппротивление клиента. Модель диалогического анализа консультативного процесса.

### **Тема 6. Теория и практика поведенческого консультирования.**

Причины появления поведенческого подхода. Теоретические основы поведенческой модели консультирования: классическая теория И.П. Павлова, идеи Д.Уотсона, Э. Торндайка, теория оперантного научения Б.Скинера.

Процессуальные особенности поведенческого консультирования: позиция консультанта, тип отношений клиента и консультанта, структура консультативных сессий. Представление о норме и цели консультативной работы. Уровни поведенческого консультирования. Изменение поведения. Изменение функциональных и интегративных характеристик личности.

Базовые техники поведенческого направления. Техника систематической десенсибилизации Д.Вольпе, области применения. Методики, основанные на принципах положительного и отрицательного подкрепления. Эффективность и ограничения поведенческого консультирования

### **Тема 7. Когнитивно-ориентированное консультирование.**

Теоретические источники когнитивно-ориентированного консультирования. Модель когнитивно-ориентированного консультирования, основанная на концепции А.Бека. Теоретические положения концепции А.Бека. Процесс переработки информации и систематическое предубеждение. Когнитивный сдвиг. Когнитивные модели эмоциональных расстройств. Содержание консультативного процесса по А.Беку. Трансформация дисфункциональных убеждений. Технические процедуры: переоценка, метафора, декатастрофизация, модифицирующее воображение.

Модель рационально-эмотивной терапии А.Эллиса. АВС-модель. Общая стратегия РЭТ. Приемы выявления иррациональных установок, работа с «долженствованиями». Реконструкция системы убеждений. Взаимоотношения консультант-клиент в рационально-эмотивной терапии. Технические приемы: научный опрос, сократовский диалог, драматизация, моделирование, эмоционально-насыщенное разубеждение,

домашние задания, библиотерапия.

### **Тема 8. Гуманистически-ориентированное консультирование. Клиент-центрированный подход.**

Общее представление о гуманистической парадигме в психологическом консультировании. Истоки гуманистической психологии. Основные представители: К.Роджерс, В. Франкл, В. Сатир, Р. Мэй, Дж. Бьюдженталь и др.

Принципы гуманистически-ориентированного консультирования. Триада К.Роджерса: эмпатия, конгруэнтность, безусловное позитивное принятие. Понятие эмпатии. Эмпатия и оценка. Понятие конгруэнтности. Условное и безусловное принятие. Представление о свободе в гуманистическом консультировании.

Основные техники гуманистического консультирования. Активное слушание, эмпатическое слушание, принцип эмоционального резонанса.

### **Тема 9. Экзистенциальное консультирование.**

Понятие личности в экзистенциализме (И. Ялом, Бьюдженталь). Основные понятия экзистенциальной психотерапии. Основные постулаты экзистенциальной психотерапии. Основные функции экзистенциального психотерапевта. Особенности экзистенциального подхода. Экзистенциальные данности: смерть, изоляция, свобода, бессмысленность существования. Влияние экзистенциальных переживаний на симптомообразование и развитие личности человека. Понятие экзистенциальных кризисов. Идентификация механизмов психологической защиты и помощь клиенту в осознании их наивности. Основные принципы и методы работы в рамках экзистенциального подхода. Самораскрытие консультанта и его формы. Столкновение с реалистичными ограничениями. Противостояние экзистенциальной вине и фасилитация принятия решений.

### **Тема 10. Логотерапия**

Основные теоретические положения о природе и потребностях человека в логотерапии В. Франкла. Понятие «экзистенциальный вакуум», «ноогенный невроз», «массовая невротическая триада». Причины распространенности экзистенциального вакуума в сообществе. Цель, методы и последовательность работы с клиентом в рамках логотерапии.

### **Тема 11. Гештальт - консультирование.**

XX век и появление гештальт-терапии. Ф. Перлз – автор гештальт-терапии. Осознание. Концептуальная база гештальт-терапии, источники, отношения гештальт-терапии с другими психологическими и психотерапевтическими подходами. Осознание как процесс. Телесные, эмоциональные и интеллектуальные аспекты осознания. Гештальт как форма организации сознания. Формирование и разрушение гештальта. Понятие контакта. Фазы цикла контакта. Контакт как цикл формирования гештальта. Творческое приспособление и манипулирование средой. Теория контакта в гештальт-терапии. Значение настоящего и саморегуляция. Цикл контакта. Теория self. Симптом как форма контакта. Основные принципы гештальт-терапевтической работы с симптомом. Возникновение симптома у терапевта. Психологические, психосоматические и соматические симптомы как реакция приспособления. Сущность диалогической позиции терапевта. Соотношение терапевтической задачи, терапевтических техник и диалога. Феноменологический подход как методологическая основа гештальт-терапии. Наблюдение и эксперимент. Механизмы прерывания контакта и групповая динамика. Основные рабочие проблемы гештальт-терапевта. Феноменология клиента и терапевта. Телесные, эмоциональные и интеллектуальные реакции в непрерывном континууме осознания. Гештальт-терапия как процесс-ориентированный творческий подход. Эмоциональные и телесные реакции терапевта как терапевтический инструмент. Предъявление терапевта в сессии. Модели подходов к телесным и психическим феноменам в психотерапии и гештальт-терапии.

**Тема 12. Групповое консультирование.**

Основные принципы группового консультирования. Виды групп. Формы групповой работы. Позиция ведущего. Формы сопротивления в группе. Особенности групповой работы в закрытых группах. Ограничения групповой работы. Работа в группе как важный этап в индивидуальном консультировании.

**Тема 13. Возрастные аспекты в психологическом консультировании.**

Психологическое консультирование по вопросам детско-родительских отношений. Особенности консультирования детей и подростков. Основные методы. Психотерапия возрастных кризисов.

**Тема 14. Подходы к семейному консультированию**

Пять главных подходов к брачному консультированию: психоаналитическая теория, теория социального научения, системная теория семьи Боуэна, структурно-стратегический и рационально-эмотивный подходы. Понятие циклов, кризисов семьи. Использование теорий индивидуального и группового консультирования в терапии семьи. Особенности семейного консультирования проблемных семей (зависимости, хронические заболевания, инвалиды)

**Тема 15. Определение и содержание основных понятий психотерапии и психокоррекции.**

Определение психотерапии и содержание основных понятий. Определение психокоррекции, общие и отличительные черты от психотерапии. История психотерапии. Механизмы лечебного действия психотерапии и психокоррекции. Взаимоотношение врача, клинического психолога и больного в психотерапии и психокоррекции. Оценка эффективности психотерапии и психокоррекции. Альтернативная психотерапия.

**Тема 16. Основные направления психотерапии и психокоррекции.**

Основные формы психотерапии и психокоррекции. Принципы классификации в психотерапии. Динамическое направление в психотерапии. Когнитивно-поведенческое направление в психотерапии. Суггестивное направление в психотерапии. Арттерапия. Кризисная психотерапия. Терминальная психотерапия. Краткосрочная психотерапия. Интегративные тенденции в психотерапии.

**Формы текущего контроля и промежуточной аттестации.**

4.1.1. В ходе реализации дисциплины *Б1.В.ДВ.04.01 Основы психологического консультирования и психотерапии* используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

- при проведении занятий семинарского типа:
  - ответ на практическом(семинарском) занятии;
  - контрольная работа
  - доклад
  - кейсы

**Экзамен проводится с применением следующих методов (средств): устный экзамен, состоящий из ответа на вопросы.**

**Основная литература:**

1. Психологическое консультирование: хрестоматия/ — Саратов: Вузовское образование, 2019.— 189 с.— <http://www.iprbookshop.ru/90576.html>
2. Степанова Л.Г. Психологическое консультирование: учебное пособие/ Степанова Л.Г.— Минск: Вышэйшая школа, 2017.— 336 с.— <http://www.iprbookshop.ru/90817.html>.
3. Забродин Ю.М. Психологическое консультирование [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ю.М. Забродин, В.Э. Пахальян. — Электрон. текстовые данные. — Сара-

- тов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 286 с. — 978-5-4486-0385-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/76805.html>
4. Системная психотерапия супружеских пар / А.Я. Варга [и др.].— Москва: Когито-Центр, 2017.— 343 с.— <http://www.iprbookshop.ru/88058.html>