

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАЗАНСКИЙ (ПРИВОЛЖСКИЙ) ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЕЛАБУЖСКИЙ ИНСТИТУТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ



Исмаилова Наиля Иркиновна

Индивидуальное психологическое консультирование

Краткий конспект лекций

Казань – 2014

Направление: 050400.62 Психолого-педагогическое образование

Название учебного плана: Психология образования

Дисциплина: «Индивидуальное психологическое консультирование»

(бакалавриат, 4 курс, 8 семестр; очное обучение)

Количество часов: 144 (в том числе: лекции - 16, практические занятия - 30, самостоятельная работа – 54, КСР - 8), форма контроля: экзамен

Аннотация: Курс «Индивидуальное психологическое консультирование» - дисциплина, призванная углубить, на основе интеграции психологических и педагогических знаний студентов, их профессиональные представления о психологическом консультировании, как о специфическом виде психологической помощи.

Кроме сообщения студентам специальных знаний, формирования и развития у них специальных консультативных умений и навыков, она призвана актуализировать их прошлые учебные достижения в области общей, возрастной, социальной психологии, а также смежных наук, таких как, философия, педагогика.

В ЭОР представлены темы и содержание лекционных занятий. Дисциплина имеет выраженный прикладной характер, поэтому практические занятия с разбором консультационных ситуаций проводятся в аудитории в присутствии преподавателя.

Темы:

Тема 1. Введение в психологическое консультирование.

Тема 2. Теоретические основы психологического консультирования.

Тема 3. Техники психологического консультирования.

Тема 4. Виды психологического консультирования

Ключевые слова: генез психологической проблемы, принципы психологического консультирования, подходы к практике психологического консультирования.

Автор курса: Исмаилова Наиля Иркиновна, старший преподаватель кафедры психологии, тел.:(88557) 7-87-49, +79173911873, email: ismailova01@mail.ru

Дата начала эксплуатации: 1 февраля 2015 г.

Доступность: записанные на курс пользователи

Язык интерфейса: русский

URL: <http://tulpar.kfu.ru/course/view.php?id=2091>

Оглавление

Тема 1. Введение в психологическое консультирование.	5
Тема 2. Теоретические основы психологического консультирования.	12
Тема 3. Техники психологического консультирования.	23
Тема 4. Виды психологического консультирования.	28
Информационные источники	35
Глоссарий	37
Вопросы к экзамену	48

Тема 1 . Введение в психологическое консультирование

Лекция 1

Аннотация. В данной теме рассматриваются история развития психологической помощи, сущность и специфика психологического консультирования, цели, задачи, принципы, виды психологического консультирования. Особое внимание обращается на сходства и различия трех видов психологической помощи: психологическое консультирование, психокоррекция, психотерапия.

Ключевые слова: психологическое консультирование, клиент, индивид, эмпатия, конгруэнтность, виды психологической помощи, психотерапия, коррекция.

Методические указания по изучению темы.

Вначале необходимо изучить теоретическую часть с определениями основных понятий. После этого следует ответить на контрольные вопросы. Файл с ответами необходимо прикрепить и отправить на проверку преподавателю.

Решение практических заданий темы должно быть обосновано изученным теоретическим материалом. Файл с решением также необходимо прикрепить и отправить преподавателю.

Источники информации:

1. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Пер. с англ. Т.К.Кругловой. – М.: Независимая фирма "Класс". 2011. – 231 с. (гл.1, с.34-47)
2. Немов Р. С. Основы психологического консультирования: Учеб. для студ. педвузов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2009. - 394 с. (гл.2, с.88-94)
3. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2010.- 256 с.(гл.2, с.8-19)
4. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебное пособие для студентов высших учебных

заведений. Серия "Серебряная сова". - М.: Ижица, 2011. - 224 с. (гл.1, с.12-21)

Глоссарий

Деловое или профессиональное консультирование - вид консультирования, которое может осуществляться до приема человека на работу, а также в ходе выполнения им своих функциональных обязанностей.

Доверие к клиенту - то, на чем строится гуманистически ориентированное психологическое консультирование.

«Зеркализация» - прием психологического консультирования, который заключается в незаметном для клиента повторении его высказываний и движений.

Интимно-личностное консультирование - вид консультирования, который требует закрытых от посторонних лиц и одновременно открытых для общения консультанта и клиента доверительных отношений между ними.

Исповедь - в психологическом консультировании адресованный психологу-консультанту подробный, искренний, эмоционально насыщенный рассказ клиента о себе и о своей проблеме.

Обобщение - прием психологического консультирования, который внешне чем-то напоминает перифразу, но относится не к тому последнему, что сказал клиент, а к целому высказыванию, состоящему из нескольких суждений или предложений.

Общее высшее образование - психологическое образование, которое специалист получает после успешного окончания психологического факультета или отделения высшего учебного заведения – университета или института.

Перифраза - краткая, текущая реплика психолога-консультанта, произносимая им во время исповеди клиента и предназначенная для прояснения, уточнения смысла того, что говорит клиент.

Подкрепление - процедура психологического консультирования, которая заключается в том, что, слушая клиента, психолог-консультант время от времени – чаще всего тогда, когда сам клиент ищет поддержку со стороны консультанта –

словами, жестами, мимикой, пантомимикой и другими доступными экстра- и паралингвистическими средствами выражает согласие с тем, что говорит клиент, одобряет, поддерживает его.

Профессиональная информация - представляет собой ознакомление молодежи с основными профессиями и специальностями.

Профессиональная пропаганда - имеет дело с профессиями, по которым наблюдается дефицит кадров либо ожидается расширение их подготовки в связи с увеличением объема или реконструкцией производства.

Профессиональное консультирование (от лат. *professio* – род занятий, *consultatio*– совещание) - один из видов деятельности психолога-практика, представляет собой оказание помощи человеку в профессиональном самоопределении с целью принятия осознанного решения о выборе профессионального пути с учетом его психологических особенностей и возможностей, а также потребностей общества.

Профессиональное просвещение - выработка у учащихся знаний о мире профессий, способов и условий осуществления профессионального выбора.

Процедура активизации мышления и памяти клиента - система приемов психологического консультирования, в результате применения которой активизируются, становясь более продуктивными, когнитивные процессы клиента, в частности его память и мышление, связанные с обсуждаемой проблемой, с поиском ее оптимального практического решения.

Психодиагностика - средство информационного обеспечения профессиональной ориентации и профконсультирования.

Психологическое консультирование - это особая область практической психологии, связанная с оказанием со стороны специалиста-психолога непосредственной психологической помощи людям, которые нуждаются в ней, в виде советов и рекомендаций.

Психолог-консультант - специалист, имеющий общее и специальное высшее психологическое образование и, кроме того, достаточный опыт практической работы в консультационной деятельности.

Психолого-педагогическое консультирование - вид консультирования, который предполагает наличие у консультанта педагогического образования и опыта обучения и воспитания людей.

Разъяснение - процедура психологического консультирования, включающая в себя развернутое, конкретное изложение, объяснение клиенту тех мыслей, которые в связи с его проблемой возникают у психолога-консультанта.

Семейное консультирование - вид консультирования, который требует знания психологом-консультантом сути семейных проблем, способов их разрешения, желательно – на собственном опыте семейной жизни.

Снятие психологического барьера - процедура психологического консультирования, при применении которой психолог-консультант с помощью специальных действий и приемов успокаивает клиента, создает для него ситуацию психологической безопасности, раскрепощает его, вселяет в него уверенность, вызывает доверие к себе.

Специальное практическое психологическое образование - образование, которое связано с практической деятельностью психолога-консультанта, с освоением им методов психологической работы с людьми, обращающимися за помощью в психологическую консультацию.

Специальное психологическое образование - образование, которое предполагает специализацию в одной из областей психологической науки и практики.

Техника психологического консультирования - специальные приемы, которые психолог-консультант, действуя в рамках тех или иных процедур консультирования, использует для выполнения этих процедур на каждом из этапов психологического консультирования.

Убеждение - процедура психологического консультирования, основанная на логически безупречно аргументированном доказательстве клиенту правильности того, что ему в результате длительной работы с ним предлагает психолог-консультант.

Уточнение деталей - процедура психологического консультирования, которая связана с разъяснением клиенту мелких, но существенных подробностей, связанных с выполнением совместно выработанных психологом-консультантом и клиентом практических рекомендаций.

Эмпатия - это основное межличностное качество, способность к сопереживанию, которым должен обладать психолог-консультант.

Вопросы для изучения

1. Сущность и специфика психологического консультирования
2. Цели и задачи психологического консультирования
3. Принципы психологического консультирования

Сущность и специфика психологического консультирования

Слово «консультирование» происходит от лат. *consultare* - совещаться, заботиться, советоваться. Под этим словом в русском языке подразумевается совет, разъяснение специалиста по какому-либо вопросу, беседа с целью расширения и углубления знаний. Дача советов ни в коем случае не является определяющей составляющей деятельности специалиста по психологическому консультированию. В основе психологического консультирования лежат две гипотезы. Первая состоит в том, что у человека всегда есть внутренний ресурс, к которому у него, однако, не всегда есть доступ. Задача консультанта - помочь клиенту встретиться с этим внутренним ресурсом, чтобы тот сумел им воспользоваться. Другая гипотеза состоит в том, что человеку присуща потребность в отношениях и что специальным образом построенные отношения могут стать помогающим инструментом. Психолог-консультант - специалист в области построения помогающих отношений.

Основные характеристики отношений ещё называют стержневыми (сердцевинными):

эмпатическое понимание, уважительное отношение к потенциальной возможности клиента самому строить свою жизнь, конгруэнтность, или подлинность (искренность) отношений.

Цели и задачи психологического консультирования

Цели любой консультативной помощи должны в первую очередь базироваться на потребностях клиента. В этом контексте можно говорить о следующих основных целях:

- 1) повышении эффективности управления клиентом собственной жизнью
- 2) развитии способности клиента решать проблемные ситуации и развивать имеющиеся возможности.
- 3) научение клиента, то есть привнесение в его жизнь новых ценностей, альтернативных ракурсов видения жизни, способности вырабатывать решения собственных проблем и реализовать их на практике.

Применительно к этим целям выдвигаются следующие задачи:

1. Выслушивание клиента, в результате чего должно расшириться его представление о себе и собственной ситуации, возникнуть пища для размышлений.
2. Облегчение эмоционального состояния клиента, т. е. благодаря работе психолога-консультанта клиенту должно стать легче.
3. Принятие клиентом ответственности за происходящее с ним. Имеется в виду, что в ходе консультации локус жалобы клиента должен быть переведен на него самого, человек должен ощутить свою ответственность и вину за происходящее, только в этом случае он будет действительно стараться измениться и изменить ситуацию; в противном случае он будет лишь ожидать помощи и изменений со стороны окружающих. Программа-минимум здесь - показать клиенту, что он сам отчасти способствует тому, что его проблемы и отношения с людьми носят такой сложный и негативный характер.

4. Помощь психолога в определении того, как и что именно можно изменить в ситуации.

Принципы психологического консультирования

Здесь в описании принципов психологического консультирования, мы будем придерживаться того порядка, который некогда задала Ю.Е. Алешина и который принят в отечественной науке.

1. Доброжелательное и безоценочное отношение к клиенту.
2. Ориентация на нормы и ценности клиента.
3. Осторожное отношение к советам.
4. Разграничение личных и профессиональных отношений.
5. Включенность клиента в процесс консультирования.
6. Конфиденциальность.

Контрольные вопросы к теме 1

1. Почему психолог-консультант не дает советов?
2. Назовите стержневые характеристики отношений «психолог-консультант - клиент»?
3. Выделите сходство и различие видов психологической помощи: психологическое консультирование, психотерапия, психокоррекция?
4. Охарактеризуйте стратегии оказания психологической помощи?
5. Классифицируйте виды психологического консультирования по разным основаниям?
6. Выделите различия трех базовых подходов психологического консультирования (психодинамический, когнитивно-бихевиористский и гуманистический)?
7. Охарактеризуйте принципы психологического консультирования?

Тема 2. Теоретические основы психологического консультирования

Лекции 2-4

Аннотация. В данной теме рассматриваются основные положения учения и подходы к практике психологического консультирования по следующим направлениям: психоанализ Фрейда З., индивидуальная психология А.Адлера, клиент-центрированное направление К.Роджерса, гештальт-консультирование Ф.Перлза.

Ключевые слова: психологическое консультирование, психоанализ, индивидуальная психология, генез невроза, инстинкты, психодиагностика, ощущение недостаточности, уровни невроза, комплекс, психотерапия, эмпатия, клиент, ассоциация, гештальт, энкаутер-группы, психологические защиты.

Методические указания по изучению темы.

Вначале необходимо изучить теоретическую часть с определениями основных понятий. После этого следует ответить на контрольные вопросы к каждой лекции. Файл с ответами необходимо прикрепить и отправить на проверку преподавателю.

Решение практических заданий темы должно быть обосновано изученным теоретическим материалом. Файл с решением также необходимо прикрепить и отправить преподавателю.

Источники информации:

1. Колесникова Г.И. Психологический практикум по консультированию: учебное пособие. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 318 с. (гл.2, с.8-15)
2. Лысенко Е.М. Групповое психологическое консультирование: краткий курс лекций. – М.: ВЛАДОСС-ПРЕСС, 2006. – 159 с.(гл.1, с.16-25)
3. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Пер.с англ. Т.К.Кругловой.– М.: Независимая фирма "Класс". 2011. – 231 с. (гл.2, с.88-94)
4. Немов Р. С. Основы психологического консультирования: Учеб. для студ. педвузов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2009. - 394 с.(гл.4, с.115-137)

5. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2010.- 256 с.(гл.2, с.14-24)
6. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – изд. 6-е, стереотипное. – М.: Академия, 2008. – 208 с. (гл., с.7-15)
7. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. Серия "Серебряная сова". — М.: Ижица, 2011. - 224 с.(гл.2, с.58-68)

Глоссарий

Адекватный стиль общения - стиль общения человека с людьми, который позволяет ему легко и быстро достигать поставленной цели, оказывать нужное влияние на людей и сохранять с ними хорошие отношения.

Активная роль психолога - инициативные, активные действия, предпринимаемые психологом-консультантом или клиентом в процессе проведения психологического консультирования или в ходе психокоррекционной работы. Эти действия рассчитаны на то, чтобы как можно легче и быстрее достичь поставленной цели.

Аналитическая техника - ситуацию, в которой проводится систематическое исследование автоматических, бессознательных попыток пациента разрешить конфликт. Метод основан на том, что начиная с раннего детства индивид воспринимает и переживает определенные желания, фантазии, эмоции и импульсы как слишком опасные, чтобы пытаться справиться с ними на сознательном уровне. Основная цель такого исследования - помочь пациенту в достижении им более зрелого сознательного или предсознательного разрешения конфликтов.

Анима, анимус (anima, animus) - термины, обозначающие бессознательный женский образ у мужчин и бессознательный мужской образ у женщин.

Безоценочное отношение психолога - отказ психолога-консультанта от оценивания личности или поведения клиента в терминах «хорошо» или «плохо»; настрой психолога-консультанта на то, чтобы лучше понять клиента как личность, принять его таким, каков он есть.

Вытеснение - защитный процесс, посредством которого идеи устраняются из сознания. Вытесненное идеационное содержание несет потенциально мучительные дериваты (заменители) влечений и соответствующие побуждения. Они несут угрозу аффективно болезненного чрезмерного возбуждения, тревоги или конфликта.

Ганс, маленький («hans, little») - пациент-ребенок, описанный в работе Фрейда "Анализ фобии пятилетнего мальчика.

Детский невроз - возникающее в детском возрасте психическое нарушение, при котором незрелое «Я» разрешает интрапсихические конфликты посредством патологического компромиссного образования, препятствующего нормальному развитию. Наблюдаемые компоненты компромиссного образования - нарушения в аффективной, поведенческой или познавательной сфере. Симптомы или симптоматическое поведение могут включать тревогу, депрессию, фобии, заторможенность, истерические параличи, тики, ритуалы и другие навязчивости; или же они могут проявляться в нарушениях питания и экскреции, антисоциальном поведении, нарушении способности к обучению и др.

Латентный период (latency period) - в психоаналитической теории – фаза развития, во время которой психофизическое созревание стоит на месте. Она наступает после Эдиповой фазы, кончается с наступлением половой зрелости и является периодом эмоционального покоя меж драмами и смятениями детства и подросткового возраста.

Раппорт - (фр. rapport - связь, сообщение, взаимоотношения) - тип связи и связь между людьми, характеризующиеся наличием взаимных позитивных эмоциональных отношений и определенной мерой взаимопонимания.

Рационализация - защитный психологический механизм, целенаправленная попытка человека разумно объяснить и оправдать какое-либо свое действие, которое на самом деле не поддается вполне разумному объяснению и безусловному оправданию.

Рефлекторные боли - боли психогенного характера, порождаемые значительными неприятностями в жизни человека и вызывающие у него трудноуправляемые отрицательные эмоциональные переживания.

Сублимация - психоаналитический термин, обозначающий один из психологических защитных механизмов. С. проявляется в замене человеком одной, более важной, но не вполне удовлетворяемой, потребности, другой потребностью, менее важной, но более полно удовлетворяемой, или, соответственно, одного, более привлекательного, объекта, другим, менее привлекательным, объектом. С. происходит в том случае, если человеку почему-то не удастся овладеть более привлекательным для него объектом и удовлетворить тем самым свою, актуальную потребность.

Условия результативности психологического консультирования - совокупность условий, положительно или отрицательно влияющих на результаты психологического консультирования, включая степень сложности решаемых проблем, настрой клиента, опытность и профессионализм психолога-консультанта, обстановку проведения психологического консультирования и т.п.

Фобии - устойчивые невротические страхи человека, не обоснованные объективными обстоятельствами, например боязнь темноты, закрытых помещений, экзаменов, общения с определенными категориями людей и т. п.

Цензура - понятие из области психоанализа, означающее некоторый внутренний, психологический и, как правило, бессознательный процесс, в результате которого информация, способная вызвать у человека неприятные переживания, фактически не проникает в его сознание.

Эпатажные средства привлечения внимания - экстравагантные, не вполне приличные, явно нарушающие сложившиеся нормы человеческого

поведения и бросающие вызов окружающим людям действия человека, рассчитанные на привлечение внимания к своей особе или на то, чтобы произвести впечатление, вывести окружающих людей из состояния душевного равновесия.

Этапы психологического консультирования - последовательные шаги в проведении психологического консультирования, рассчитанные на достижение частных целей консультирования, которые преследуются в его процессе. К э.п.к. относятся, в частности, настрой клиента на исповедь, выслушивание психологом-консультантом исповеди клиента, прояснение сути проблемы клиента, поиск и формулирование рекомендаций по ее практическому решению.

Вопросы для изучения темы 2

1. Классический психоанализ Зигмунда Фрейда
2. Индивидуальная психология А.Адлера
3. Клиент-центрированное направление К.Роджерса
4. Гештальт-консультирование Ф.Перлза

Классический психоанализ Зигмунда Фрейда

Психоаналитическая теория развития основывается на двух предпосылках.

Первая делает упор на том, что переживания раннего детства играют критическую роль в формировании взрослой личности. Вторая предпосылка состоит в том, что человек рождается с определенным количеством сексуальной энергии (либидо), которая затем проходит в своем развитии несколько психосексуальных стадий, корнящихся в инстинктивных процессах организма.

Фрейду принадлежит **гипотеза о четырех последовательных стадиях развития** личности: оральной, анальной, фаллической и генитальной.

Механизмы психологической защиты

Представление о механизмах психологической защиты впервые сформировалось в рамках психоаналитического направления в психологии, было введено Фрейдом, разрабатывалось его дочерью А. Фрейд.

Все защитные механизмы обладают двумя общими характеристиками. Во-первых, они бессознательны, то есть действуют преимущественно на неосознаваемом уровне. Во-вторых, они искажают, отрицают или фальсифицируют реальность.

Чаще описываются следующие механизмы психологической защиты: вытеснение (подавление), отрицание, реактивные образования (формирование обратной реакции, регрессия, изоляция (отчуждение), идентификация, проекция, замещение (смещение), рационализация, сублимация.

Механизм формирования невроза

Причины неврозов можно интерпретировать как конфликт между «Эго» и «Ид». Это невротический бессознательный конфликт между побуждением «Ид», которое стремится к разрядке, и защитой «Эго», предотвращающей непосредственную разрядку и доступ к сознанию. Сложную роль в невротическом конфликте играет «Супер-эго», которое заставляет «Эго» чувствовать себя виноватым.

Перенос (трансфер) и контрперенос (контртрансфер)

Перенос - это оживление комплекса Эдипа в консультативной ситуации. Реакция на психолога такова, словно он - участник ранних эдиповых отношений клиента, т.е. представляет собой отца или мать. Контрперенос - это ответная реакция на перенос клиента, проецирование консультантом своих проблем на предоставленный клиентом материал.

Индивидуальная психология Альфреда Адлера

Как и психоанализ, индивидуальная психология видит корни невроза в инфантильном опыте. Но качественное отличие состоит в том, что его причинами индивидуальная психология считает не особенности психосексуального развития личности, механизмов психологических защит, объектных отношений и т. п., а

– чувство собственной недостаточности, специфическую борьбу за ее преодоление,

- социальный интерес
- тип жизненного стиля личности.

Для превращения чувства недостаточности в «комплекс неполноценности» необходимо сочетание трех условий:

- 1) проблемы, вставшей перед человеком;
- 2) его неподготовленности к ее решению;
- 3) его убежденности в том, что он не сможет ее решить.

А.Адлер считал, что на формирование жизненного стиля личности большой отпечаток накладывает «семейная органическая конституция». Жизненный стиль — это значение, которое человек придает миру и самому себе, его цели, направленность его устремлений и те подходы, которые он использует при решении жизненных проблем, это принятая человеком концепция жизни и модель поведения. Жизненный стиль характеризуется: 1) очень ранним формированием; 2) ошибочностью; 3) устойчивостью.

Три важные проблемы в жизни человека:

1. Профессиональная проблема — занятие, которое позволило бы выжить при всех ограничениях земного мира.

2. Проблема сотрудничества и дружбы — место среди людей, чтобы можно было сотрудничать с ними и вместе с ними пользоваться преимуществами сотрудничества.

3. Проблема любви и супружества — приспособление к тому факту, что мы существуем в двух полах и что продолжение и развитие жизни человечества зависит от нашей любовной жизни».

Контрольные вопросы к лекции 2

1. Какие две группы инстинктов выделил З.Фрейд? Опишите их.
2. Какие две модели личности человека выделил З.Фрейд? Опишите их.
3. На каких двух предпосылках основывается психоаналитическая теория развития?
4. Последовательно охарактеризуйте стадии развития личности по З.Фрейду?

5. Опишите механизмы психологической защиты по З.Фрейд.
6. В чем суть конфликта между структурными компонентами личности при формировании невроза по З.Фрейд?
7. Поясните понятие перенос и контрперенос?
8. Опишите, как личная жизнь А.Адлера повлияла на положения его учения?
9. Поясните понятия «ощущение недостаточности» и «комплекс недостаточности»?
10. Что влияет на формирование «комплекса недостаточности»?
11. Какие три проблемы собственной жизни необходимо решить человеку для исключения у него невроза по А.Адлеру?
12. Какие неблагоприятные ситуации детства выделил А.Адлер?

Клиент-центрированное консультирование Карла Рэнсома Роджерса

Лекция 3

Основные положения учения

- Во-первых, эмпатическое понимание клиента. Эмпатия — это процесс, в котором терапевт становится все ближе и ближе к мыслям и чувствам клиента. Безусловно, существуют клишепроявления эмпатии: 1. эмпатически отреагировать — это дать клиенту ясное понимание того, что психотерапевт его действительно понимает. 2. проявить интерес к миру клиента со стороны терапевта. 3. сохранение собственной позиции, сохранение психологической дистанции между психологом и клиентом, отсутствие отождествления между переживаниями клиента и психолога (что, собственно, и отличает этот процесс от фенотипически сходного процесса идентификации).
- Вторым условием, необходимым для изменения клиента, является позитивное, уважительное отношение к нему.

- Третьим условием, необходимым для изменения клиента, служит конгруэнтность психотерапевта (доверии, искренность).

Генезис невроза заключается в расхождении с представлением о себе.

Расхождение или несоответствие между Я-концепцией и переживанием представляет угрозу для его Я-копцепции человека.

В качестве противодействия этому рассогласованию человек использует защитные механизмы — *искажение восприятия и отрицание.*

Искажение восприятия — процесс трансформации угрожающих переживаний в форму, которая соответствует Я-концепции или согласуется с ней.

Отрицание – процесс полного исключения из сознания угрожающих переживаний и неприятных аспектов действительности.

Контрольные вопросы к лекции 3

1. Какие необходимые и достаточные условия контакта с клиентом описал К.Роджерс?
2. Какие техники психологического консультирования выделил К.Роджерс?
3. Опишите принципы работы энкаутер-групп?
4. В чем суть невроза в клиент-центрированном направлении?
5. Выделите этапы психологического консультирования в клиент-центрированном направлении?

Гештальт-консультирование Ф.Перлза

Лекция 4

Основные положения учения

В целом теория гештальт-терапии основывается на следующих положениях:

- Человек представляет собой целостное социобиопсихологическое существо. Любое деление его на составные части, например психику и тело, является искусственным.

- Человек и окружающая его среда представляют собой *единый гештальт*, структурное целое, которое называют полем организм — окружающая среда. Среда влияет на организм, а организм преобразует свою среду.
- Человеческое поведение согласно теории гештальт-терапии подчиняется *принципу формирования и разрушения гештальтов*.
- Контакт — базовое понятие гештальт-терапии. Организм не может существовать в безвоздушном пространстве, так же как в пространстве, лишенном воды, растений и живых существ. Человеческое существо не может развиваться в среде, лишенной других людей. Все основные потребности могут удовлетворяться только в контакте с окружающей средой.
- Осознание — осведомленность о том, что происходит внутри организма и в его окружающей среде. Осознание включает переживание восприятия стимулов внешнего мира и внутренних процессов организма — ощущений, эмоций, а также мыслительной деятельности — идей, образов, воспоминаний и предвосхищений, т.е. охватывает многие уровни. Осознание дает реальную информацию о потребностях организма и об окружающей среде.
- Здесь и теперь — принцип, который означает, что актуальное для организма всегда происходит в настоящем, будь то восприятия, чувства, действия, мысли, фантазии о прошлом или будущем, все они находятся в настоящем моменте.
- Ответственность — способность отвечать за происходящее и свои реакции. Чем в большей степени человек осознает реальность, тем в большей степени он способен отвечать за свою жизнь — за свои желания, действия, опираться на себя.

Генезис невроза.

Чтобы описать формирование невротических механизмов, Перлз использует метафору — популярную детскую сказку о голем короле. Как известно, все придворные и взрослые жители сказочной страны восхищались платьем короля,

придумывали детали несуществующего наряда, подробно расхваливали его покрой и цвет. И только маленький мальчик, единственный в этом королевстве, кто доверял своим чувствам, воскликнул: «А король-то голый!» Перлз продолжает эту сказку следующим образом. Взрослые набросились на ребенка и принялись убеждать его, что платье на самом деле существует. Мальчик испугался и, чтобы не расстраивать и не злить взрослых, подчинился их мнению, перестал верить собственным чувствам, отказался от них. Важно то, что нежелание выражать себя и свои чувства становится настолько привычным, что срабатывает даже тогда, когда исчезает внешний запрет на выражение чувств.

Выделяются *невротические механизмы* или, как их еще называют, механизмы сопротивления, механизмы прерывания контакта, которые, по сути, являются психологическими защитами. Необходимо отметить, что каждый из них первоначально служит вполне здоровым способом приспособления к окружающей среде, и только становясь привычными, стереотипными, они превращаются в дисфункциональные, невротические реакции.

Уровни невроза

Первый уровень — *уровень фальшивых отношений*, уровень игр и ролей. **Второй уровень** — *фобический*, связанный с осознанием фальшивого, неистинного поведения, игры и манипуляций. **Третий уровень** — *тупик*. Он характеризуется ощущением пустоты: человек не знает, что ему дальше делать с самим собой, куда двигаться и к чему стремиться. **Четвертый уровень** — *имплозия*. Это состояние внутреннего смятения, отчаяния, отвращения к самому себе, обусловленное полным и глубоким осознанием того, насколько человек ограничил и подавил себя, заблокировал свои возможности и способности развития. **Пятый уровень** — *эксплозия (взрыв)*. Достижение данного уровня означает формирование аутентичной личности, которая наконец-то обретает способность к переживанию и выражению своих подлинных эмоций.

Контрольные вопросы к лекции 4

1. Какие принципы гештальт-консультирования выделил Ф.Перлз?
2. В чем суть формирования невроза в гештальт-консультировании?
3. Выделите и опишите уровни невроза по Ф.Перлзу?
4. Какие механизмы психологической защиты выделил Ф.Перлз?

Тема 3. Техники психологического консультирования

Лекция 5

Аннотация. В данной теме рассматриваются техники психологического консультирования или специальные приемы, которые психолог-консультант, действуя в рамках тех или иных процедур консультирования, использует для выполнения этих процедур на каждом из этапов психологического консультирования.

Ключевые слова: перефразирование, отражение чувств клиента, отражение чувств консультанта, техника «трехступенчатая ракета», убеждение, обратная связь, конгруэнтность, паузы молчания, техники языкового моделирования.

Методические указания по изучению темы.

Вначале необходимо изучить теоретическую часть с определениями основных понятий. После этого следует ответить на контрольные вопросы к каждой лекции. Файл с ответами необходимо прикрепить и отправить на проверку преподавателю.

Решение практических заданий темы должно быть обосновано изученным теоретическим материалом. Файл с решением также необходимо прикрепить и отправить преподавателю.

Источники информации:

1. Колесникова Г.И. Психологический практикум по консультированию: учебное пособие. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 318 с.(гл.3, с.201-233)

2. Лысенко Е.М. Групповое психологическое консультирование: краткий курс лекций. – М.: ВЛАДОСС-ПРЕСС, 2006. – 159 с.(гл.1, 22-29)
3. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Пер.с англ. Т.К.Кругловой.– М.: Независимая фирма "Класс". 2011. – 231 с. (гл.2, с.88-94)
4. Немов Р. С. Основы психологического консультирования: Учеб. для студ. педвузов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2009. - 394 с.(гл.4, с.301-316)
5. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2010.- 256 с.(гл.2, с.91-100)
6. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – изд. 6-е, стереотипное. – М.: Академия, 2008. – 208 с.(гл.3, с.89-101)
7. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. Серия "Серебряная сова". — М.: Ижица, 2011. - 224 с.(гл.2, с.93-127)

Глоссарий

Безоценочное отношение к клиенту – отказ психолога-консультанта от оценивания личности или поведения клиента в терминах «хорошо» или «плохо»; настрой психолога-консультанта на то, чтобы лучше понять клиента как личность, принять его таким, каков он есть.

Беспричинно беспокойное поведение - поведение человека, характеризующееся повышенным беспокойством и нервозностью, для которых в свою очередь не существует веских, объективных причин – таких, которые могли бы как-то оправдать данное поведение.

Вербальная поддержка клиента - способ речевого стимулирования клиента на активное сотрудничество с психологом-консультантом во время проведения психологической консультации; использование психологом-

консультантом различных слов и выражений для того, чтобы снять психологическое напряжение у клиента, особенно на стадии проведения исповеди.

Временное решение проблемы клиента - такое решение проблемы, волнующей клиента, которое лишь на некоторое время снимает ее остроту, но не решает проблему окончательно и не гарантирует повторения или обострения соответствующей проблемы в будущем.

Гипертивность – акцентуированная черта характера, проявляющаяся в почти всегда повышенном настроении человека, в его энергичности, активности, достаточно высоком жизненном тоне. Люди, обладающие такой чертой характера, обычно стремятся быть лидерами, не вполне устойчивы по своим интересам, неразборчивы в знакомствах, плохо переносят состояние одиночества.

Житейский совет – рекомендация, даваемая человеку не на научной основе, а на базе накопленного жизненного опыта или так называемого здравого смысла.

Моральная поддержка клиента – эмоциональная, словесная поддержка клиента со стороны консультанта-психолога в форме сочувствия, сопереживания ему, одобрения, похвалы и т.п.

Моральное поощрение клиента - поощрение, направленное на удовлетворение нематериальных, например социальных или духовных, потребностей человека. Такое поощрение выражается в оказании человеку повышенного внимания, признания, уважения, в поднятии его авторитета и т.п.

Обобщение – краткое повторение психологом-консультантом в обобщенной форме того, что в своем монологе рассказал ему клиент во время исповеди.

Образ Я-клиента – представление клиента о самом себе, о своих психологических особенностях.

Обратная связь – общение психолога-консультанта с клиентом после завершения психологической консультации, в процессе выполнения клиентом

рекомендаций, полученных в ходе консультации. Такая обратная связь обеспечивает психолога-консультанта ценной информацией о том, как действуют его рекомендации на клиента. Она также позволяет клиенту корректировать свое поведение, связанное с решением его проблемы.

Перифраза - краткое, сокращенное, но достаточно точное по смыслу, повторение психологом-консультантом того, что ему в процессе исповеди сказал клиент.

Постановка открытых вопросов - прием психологического консультирования, при котором психолог-консультант, слушая исповедь клиента и как бы продолжая его мысль, стимулирует рассказ клиента о своей проблеме путем постановки перед ним вопросов типа: что? Как? Зачем? Почему? И т.п.

Вопросы для изучения темы 3

1. Активное слушание.
2. Перефразирование (перифраза, парафраза).
3. Отражение чувств.
4. Постановка вопросов.
5. Прояснение.
6. Обобщение.
7. Провоцирование.
8. «Трехступенчатая ракета».

Техники психологического консультирования - это специальные приемы, которые психолог-консультант, действуя в рамках тех или иных процедур консультирования, использует для выполнения этих процедур на каждом из этапов психологического консультирования.

Активное слушание - это профессиональный навык психолога, позволяющий расположить клиента, завоевать его доверие, собрать максимально полную информацию о нем и его проблеме.

Перефразирование (перифраза, парафраза) - это повторение своими словами содержание высказываний клиента или сказать ту же мысль, но несколько иначе. Эта техника помогает убедиться в том, насколько точно мы "расшифровали" слова собеседника, и двигаться дальше с уверенностью, что до сих пор все понято правильно.

Отражение чувств принято разделять на 1. отражение чувств клиента и 2. отражение собственных чувств консультанта.

Техника постановки вопросов. Получение информации о клиенте и побуждение его к самоанализу невозможны без умелого опроса. В консультативном диалоге очень значима роль вопроса. Он может выполнять, часто помимо воли общающихся, разнообразные функции, например: обвинять, советовать, возлагать ответственность, утешать, создавать напряжение, противопоставлять, командовать, защищать и т.д.

Прояснение - техника получения дополнительной информации от клиента о его проблеме или чувствах, связанных с ней.

Обобщение - техника суммирования то, что было сказано клиентом.

Провоцирование - техника, при которой слова клиента ставятся под сомнение. Цель - помочь клиенту взглянуть на проблему с другой стороны.

Техника «Трехступенчатая ракета»

1. На первой ступени наблюдатель («Я») встречается с объектом: Я, наблюдатель, воспринимаю объект, то есть вижу, слышу, ощущаю, обоняю и благодаря этому встречаюсь с очевидным, явным.

2. На второй ступени из того, что Я наблюдаю и воспринимаю, я проецирую свои переживания на этот объект: «Мне кажется», «Я предполагаю» и т. д.

3. На третьей ступени наблюдатель («Я») дает личностный ответ, то есть отмечает, как этот опыт откликается в нем: «Я удивлен», «Мне тревожно» и т.д.

Контрольные вопросы к теме 3

1. Опишите приемы техники «активное слушание»?
2. Перечислите правила техники «перефразирование»?

3. На какие два вида разделяется техника «отражение чувств»?
4. Насколько значима роль техники «постановка вопроса»?
5. Выделите принципы применения техники «прояснение»?
6. Определите ситуации, в которых чаще всего используется техника «обобщение»?
7. В чем специфика техники «провоцирование»?
8. Приведите пример использования техники «трехступенчатая ракета»?

Тема 4. Виды психологического консультирования

Лекция 6

Аннотация. В данной теме рассматриваются виды или разновидности психологического консультирования, выделяемые по характеру решаемых в них проблем.

Ключевые слова: страхи, неудачи, психогенные заболевания, консультирование, семья, личность, взаимоотношения, психология управления, группа.

Методические указания по изучению темы.

Вначале необходимо изучить теоретическую часть с определениями основных понятий. После этого следует ответить на контрольные вопросы к каждой лекции. Файл с ответами необходимо прикрепить и отправить на проверку преподавателю.

Решение практических заданий темы должно быть обосновано изученным теоретическим материалом. Файл с решением также необходимо прикрепить и отправить преподавателю.

Источники информации:

1. Колесникова Г.И. Психологический практикум по консультированию: учебное пособие. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 318 с.(гл.1, с.23-36)

2. Лысенко Е.М. Групповое психологическое консультирование: краткий курс лекций. – М.: ВЛАДОСС-ПРЕСС, 2006. – 159 с.(гл.2, с.88-94)
3. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Пер.с англ. Т.К.Кругловой.– М.: Независимая фирма "Класс". 2011. – 231 с. (гл.1, с.6-12)
4. Немов Р. С. Основы психологического консультирования: Учеб. для студ. педвузов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2009. - 394 с.(гл.3, с.287-294)
5. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2010.- 256 с.(гл.1, с.21-29)
6. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – изд. 6-е, стереотипное. – М.: Академия, 2008. – 208 с.(гл.2, с.108-118)
7. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. Серия "Серебряная сова". — М.: Ижица, 2011. - 224 с. (гл.1, с.41-49)

Глоссарий

Вербальная поддержка клиента - способ речевого стимулирования клиента на активное сотрудничество с психологом-консультантом во время проведения психологической консультации; использование психологом-консультантом различных слов и выражений для того, чтобы снять психологическое напряжение у клиента, особенно на стадии проведения исповеди.

Внешние признаки результативности психологического консультирования - заметные положительные изменения в поведении клиента, происходящие в результате проведения психологического консультирования.

Внешний режим работы психологической консультации - режим работы психологической консультации, определенный для клиентов и других ее

посетителей в отличие от собственного персонала консультации; время, в течение которого психологическая консультация работает на прием посетителей.

Внутренние признаки результативности психологического консультирования - заметные положительные изменения в психологии и поведении клиента, произошедшие в результате проведения психологического консультирования.

Внутренний режим работы психологической консультации - режим работы психологической консультации, определенный для ее собственных сотрудников; распределение времени между различными видами деятельности, которыми в самой психологической консультации приходится заниматься ее работникам.

Возможности психолога-консультанта - перечень того, что реально может или не может, способен или не способен сделать психолог-консультант в практическом решении проблем, с которыми к нему обращаются клиенты.

Патриархальный внутрисемейный конфликт - тип внутрисемейного конфликта, обусловленного устаревшим, патриархальным представлением о положении и правах, мужа и жены (мужчины и женщины) в семье. При п.в.к. муж (мужчина) в семье обычно наделяется большими правами, чем женщина, и может вести себя более вольно, чем жена. Сам же п.в.к. возникает тогда, когда одна из вовлеченных в него сторон — чаще всего жена (женщина) — выражает протест против патриархальных семейных взаимоотношений, отстаиваемых противоположной стороной.

Педагогическое психологическое консультирование - психологическое консультирование по вопросам образования, прежде всего обучения и воспитания детей.

Перманентная проблема клиента - проблема, которая для данного клиента является постоянной, типичной, существующей довольно давно или время от времени периодически возникающей в его жизни.

Постконсультационное общение психолога-консультанта с клиентом - общение психолога-консультанта с клиентом после того, как психологическое

консультирование в основном завершилось и клиент получил необходимые рекомендации по практическому решению его проблемы.

Правила проведения психологического консультирования по семейным вопросам - некоторые, достаточно общие правила, которые следует соблюдать при проведении психологического консультирования по вопросам, касающимся семьи и брака.

Проблема коммуникативного свойства - социально-психологическая проблема, возникшая у человека в его личном общении с людьми, препятствующая установлению с ними или между ним и другими людьми нормальных личных и деловых взаимоотношений.

Проблемное информирование клиента - объяснение клиенту сути его проблемы во всей ее сложности, при котором понимание проблемы психологом-консультантом и самим клиентом может как совпадать, так и расходиться.

Психологические причины снижения работоспособности - причины понижения работоспособности человека, источником которых являются неприятные психологические состояния данного человека в момент выполнения им какой-либо деятельности.

Психология семьи - система знаний, включающих психологию семейных отношений, а также систему методов решения внутрисемейных психологических проблем.

Психология управления - область психологических исследований, связанных с изучением психологических явлений, возникающих в системах управления организациями и людьми.

Психолого-педагогическая экспертиза - процедура проведения комплексного, психолого-педагогического изучения какой-либо проблемы. В итоге проведения п.-п.э. вырабатывается обычно квалифицированное решение соответствующей проблемы с одновременным участием в его выработке как педагогов, так и психологов.

Вопросы для изучения темы 4

1. Интимно-личностное консультирование.
2. Семейное консультирование.
3. Психолого-педагогическое консультирование.
4. Деловое консультирование.

Интимно-личностное психологическое консультирование

К этому виду можно отнести консультирование по таким вопросам, которые глубоко затрагивают человека как личность, вызывают у него сильные переживания, обычно тщательно скрываемые от окружающих людей. Это, например, такие проблемы, как психологические или поведенческие недостатки, от которых человек во что бы то ни стало хотел бы избавиться, проблемы, связанные с его личными взаимоотношениями со значимыми людьми, различные страхи, неудачи, психогенные заболевания, не требующие вмешательства врача, и многое другое. Сюда же может относиться глубокое недовольство человека самим собой, проблемы интимных, например половых, отношений.

Семейное консультирование

К нему можно отнести консультирование по вопросам, возникающим у человека в собственной семье или в семьях других, близких для него людей. Это, в частности, выбор будущего супруга (супруги), оптимальное построение и регулирование взаимоотношений в семье, предупреждение и разрешение конфликтов во внутрисемейных взаимоотношениях, отношения мужа или жены с родственниками, поведение супругов в момент развода и после него, решение текущих внутрисемейных проблем.

Психолого-педагогическое консультирование

К нему можно отнести обсуждение консультантом с клиентом вопросов обучения и воспитания детей, научения чему-либо и повышения педагогической квалификации взрослых людей, педагогического руководства, управления детскими и взрослыми группами и коллективами. К психолого-педагогическому

консультированию относятся вопросы совершенствования программ, методов и средств обучения, психологическое обоснование педагогических инноваций и ряд других.

Деловое консультирование

Четвертый из числа наиболее распространенных видов психологического консультирования – деловое консультирование. Оно, в свою очередь, имеет столько разновидностей, сколько существует разнообразных дел и видов деятельности у людей. В целом же деловым называется такое консультирование, которое связано с решением людьми деловых проблем. Сюда, к примеру, можно отнести вопросы выбора профессии, совершенствования и развития у человека способностей, организации его труда, повышения работоспособности, ведения деловых переговоров и т.п.

Контрольные вопросы к теме 4

1. Каковы основные проблемы, которые возникают во взаимоотношениях между родителями и детьми и могут быть успешно решены в процессе проведения психологического консультирования?
2. Каким образом взаимосвязаны проблемы, возникающие в человеческих личных и деловых взаимоотношениях?
3. Каким образом устанавливаются нормальные деловые и личные взаимоотношения между руководителем и подчиненными, если сам руководитель имеет серьезные недостатки в своем характере, но не осознает их?
4. Каковы основные проблемы (вопросы), которые возникают в практике проведения семейного психологического консультирования?
5. Кто и почему чаще всего обращается в психологическую консультацию по проблемам интимно-личностного характера?

Информационные источники

Основная литература:

1. Колесникова Г.И. Психологический практикум по консультированию: учебное пособие. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 318 с.
2. Лысенко Е.М. Групповое психологическое консультирование: краткий курс лекций. – М.: ВЛАДОСС-ПРЕСС, 2006. – 159 с.
3. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Пер.с англ. Т.К.Кругловой.– М.: Независимая фирма "Класс". 2011. – 231 с.
4. Немов Р. С. Основы психологического консультирования: Учеб. для студ. педвузов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2009. - 394 с.
5. Пахальян В.Э. Психологическое консультирование: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2010.- 256 с.
6. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – изд. 6-е, стереотипное. – М.: Академия, 2008. – 208 с.
7. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. Серия "Серебряная сова". - М.: Ижица, 2011. - 224 с.

Дополнительная литература:

1. Истратова О.Н. Большая книга детского психолога. - Ростов н/Д.: Феникс, 2008. – 568 с.
2. Истратова О.Н. Большая книга подросткового психолога. - Ростов н/Д.: Феникс, 2008. – 636 с.
3. Милаева Т.В. Черты характера от А до Я: словарь-справочник. – Ростов н/Д.: Феникс, 2009. – 305 с.
4. Минигалиева М.Р. Психологическое консультирование: теория и практика. - Ростов н/Д.: Феникс, 2008. – 603 с.

Интернет-ресурсы:

1. www.psitest.com.ru психологические тесты
2. www.test.vin.com.ua – коллекция психологических тестов
3. www.gumer.info - электронная библиотека Гумер
4. www.zipsites.ru – бесплатная электронная Интернет библиотека
5. www.elibraru.ru - бесплатная электронная Интернет библиотека
6. www.big.libraru.info – большая электронная библиотека
7. www.biblioclub - Университетская библиотека-онлайн Электронная библиотека области гуманитарных наук
8. <http://elibrary.ru/> - Ресурсы Института научной информации по общественным наукам Российской академии наук (ИНИОН РАН)
9. <http://www.cir.ru/index.jsp> - Университетская информационная система России

Глоссарий

Адекватный стиль общения - стиль общения человека с людьми, который позволяет ему легко и быстро достигать поставленной цели, оказывать нужное влияние на людей и сохранять с ними хорошие отношения.

Активная роль психолога - инициативные, активные действия, предпринимаемые психологом-консультантом или клиентом в процессе проведения психологического консультирования или в ходе психокоррекционной работы. Эти действия рассчитаны на то, чтобы как можно легче и быстрее достичь поставленной цели.

Аналитическая техника - ситуацию, в которой проводится систематическое исследование автоматических, бессознательных попыток пациента разрешить конфликт. Метод основан на том, что начиная с раннего детства индивид воспринимает и переживает определенные желания, фантазии, эмоции и импульсы как слишком опасные, чтобы пытаться справиться с ними на сознательном уровне. Основная цель такого исследования - помочь пациенту в достижении им более зрелого сознательного или предсознательного разрешения конфликтов.

Анима, анимус (anima, animus) - термины, обозначающие бессознательный женский образ у мужчин и бессознательный мужской образ у женщин.

Безоценочное отношение к клиенту – отказ психолога-консультанта от оценивания личности или поведения клиента в терминах «хорошо» или «плохо»; настрой психолога-консультанта на то, чтобы лучше понять клиента как личность, принять его таким, каков он есть.

Безоценочное отношение психолога - отказ психолога-консультанта от оценивания личности или поведения клиента в терминах «хорошо» или «плохо»; настрой психолога-консультанта на то, чтобы лучше понять клиента как личность, принять его таким, каков он есть.

Беспричинно беспокойное поведение - поведение человека, характеризующееся повышенным беспокойством и нервозностью, для которых в

свою очередь не существует веских, объективных причин – таких, которые могли бы как-то оправдать данное поведение.

Вербальная поддержка клиента - способ речевого стимулирования клиента на активное сотрудничество с психологом-консультантом во время проведения психологической консультации; использование психологом-консультантом различных слов и выражений для того, чтобы снять психологическое напряжение у клиента, особенно на стадии проведения исповеди.

Внешние признаки результативности психологического консультирования - заметные положительные изменения в поведении клиента, происходящие в результате проведения психологического консультирования.

Внешний режим работы психологической консультации - режим работы психологической консультации, определенный для клиентов и других ее посетителей в отличие от собственного персонала консультации; время, в течение которого психологическая консультация работает на прием посетителей.

Внутренние признаки результативности психологического консультирования - заметные положительные изменения в психологии и поведении клиента, произошедшие в результате проведения психологического консультирования.

Внутренний режим работы психологической консультации - режим работы психологической консультации, определенный для ее собственных сотрудников; распределение времени между различными видами деятельности, которыми в самой психологической консультации приходится заниматься ее работникам.

Возможности психолога-консультанта - перечень того, что реально может или не может, способен или не способен сделать психолог-консультант в практическом решении проблем, с которыми к нему обращаются клиенты.

Временное решение проблемы клиента - такое решение проблемы, волнующей клиента, которое лишь на некоторое время снимает ее остроту, но не

решает проблему окончательно и не гарантирует повторения или обострения соответствующей проблемы в будущем.

Вытеснение - защитный процесс, посредством которого идеи устраняются из сознания. Вытесненное идеационное содержание несет потенциально мучительные дериваты (заменители) влечений и соответствующие побуждения. Они несут угрозу аффективно болезненного чрезмерного возбуждения, тревоги или конфликта.

Ганс, маленький («hans, little») - пациент-ребенок, описанный в работе Фрейда "Анализ фобии пятилетнего мальчика.

Гипертивность – акцентуированная черта характера, проявляющаяся в почти всегда повышенном настроении человека, в его энергичности, активности, достаточно высоком жизненном тоне. Люди, обладающие такой чертой характера, обычно стремятся быть лидерами, не вполне устойчивы по своим интересам, неразборчивы в знакомствах, плохо переносят состояние одиночества.

Деловое или профессиональное консультирование - вид консультирования, которое может осуществляться до приема человека на работу, а также в ходе выполнения им своих функциональных обязанностей.

Детский невроз - возникающее в детском возрасте психическое нарушение, при котором незрелое «Я» разрешает интрапсихические конфликты посредством патологического компромиссного образования, препятствующего нормальному развитию. Наблюдаемые компоненты компромиссного образования - нарушения в аффективной, поведенческой или познавательной сфере. Симптомы или симптоматическое поведение могут включать тревогу, депрессию, фобии, заторможенность, истерические параличи, тики, ритуалы и другие навязчивости; или же они могут проявляться в нарушениях питания и экскреции, антисоциальном поведении, нарушении способности к обучению и др.

Доверие к клиенту - то, на чем строится гуманистически ориентированное психологическое консультирование.

Житейский совет – рекомендация, даваемая человеку не на научной основе, а на базе накопленного жизненного опыта или так называемого здравого смысла.

Зеркализация - прием психологического консультирования, который заключается в незаметном для клиента повторении его высказываний и движений.

Интимно-личностное консультирование - вид консультирования, который требует закрытых от посторонних лиц и одновременно открытых для общения консультанта и клиента доверительных отношений между ними.

Исповедь - в психологическом консультировании адресованный психологу-консультанту подробный, искренний, эмоционально насыщенный рассказ клиента о себе и о своей проблеме.

Латентный период (latency period) - в психоаналитической теории – фаза развития, во время которой психофизическое созревание стоит на месте. Она наступает после Эдиповой фазы, кончается с наступлением половой зрелости и является периодом эмоционального покоя меж драмами и смятениями детства и подросткового возраста.

Моральная поддержка клиента – эмоциональная, словесная поддержка клиента со стороны консультанта-психолога в форме сочувствия, сопереживания ему, одобрения, похвалы и т.п.

Моральное поощрение клиента - поощрение, направленное на удовлетворение нематериальных, например социальных или духовных, потребностей человека. Такое поощрение выражается в оказании человеку повышенного внимания, признания, уважения, в поднятии его авторитета и т.п.

Обобщение – краткое повторение психологом-консультантом в обобщенной форме того, что в своем монологе рассказал ему клиент во время исповеди.

Обобщение - прием психологического консультирования, который внешне чем-то напоминает перифразу, но относится не к тому последнему, что сказал клиент, а к целому высказыванию, состоящему из нескольких суждений или предложений.

Образ Я-клиента – представление клиента о самом себе, о своих психологических особенностях.

Обратная связь – общение психолога-консультанта с клиентом после завершения психологической консультации, в процессе выполнения клиентом рекомендаций, полученных в ходе консультации. Такая обратная связь обеспечивает психолога-консультанта ценной информацией о том, как действуют его рекомендации на клиента. Она также позволяет клиенту корректировать свое поведение, связанное с решением его проблемы.

Общее высшее образование - психологическое образование, которое специалист получает после успешного окончания психологического факультета или отделения высшего учебного заведения – университета или института.

Патриархальный внутрисемейный конфликт - тип внутрисемейного конфликта, обусловленного устаревшим, патриархальным представлением о положении и правах , мужа и жены (мужчины и женщины) в семье. При п.в.к. муж (мужчина) в семье обычно наделяется большими правами, чем женщина, и может вести себя более вольно, чем жена. Сам же п.в.к. возникает тогда, когда одна из вовлеченных в него сторон — чаще всего жена (женщина) — выражает протест против патриархальных семейных взаимоотношений, отстаиваемых противоположной стороной.

Педагогическое психологическое консультирование - психологическое консультирование по вопросам образования, прежде всего обучения и воспитания детей.

Перифраза - краткая, текущая реплика психолога-консультанта, произносимая им во время исповеди клиента и предназначенная для прояснения, уточнения смысла того, что говорит клиент.

Перифраза - краткое, сокращенное, но достаточно точное по смыслу, повторение психологом-консультантом того, что ему в процессе исповеди сказал клиент.

Перманентная проблема клиента - проблема, которая для данного клиента является постоянной, типичной, существующей довольно давно или время от времени периодически возникающей в его жизни.

Подкрепление - процедура психологического консультирования, которая заключается в том, что, слушая клиента, психолог-консультант время от времени – чаще всего тогда, когда сам клиент ищет поддержку со стороны консультанта – словами, жестами, мимикой, пантомимикой и другими доступными экстра- и паралингвистическими средствами выражает согласие с тем, что говорит клиент, одобряет, поддерживает его.

Постановка открытых вопросов - прием психологического консультирования, при котором психолог-консультант, слушая исповедь клиента и как бы продолжая его мысль, стимулирует рассказ клиента о своей проблеме путем постановки перед ним вопросов типа: что? Как? Зачем? Почему? И т.п.

Постконсультационное общение психолога-консультанта с клиентом - общение психолога-консультанта с клиентом после того, как психологическое консультирование в основном завершилось и клиент получил необходимые рекомендации по практическому решению его проблемы.

Правила проведения психологического консультирования по семейным вопросам - некоторые, достаточно общие правила, которые следует соблюдать при проведении психологического консультирования по вопросам, касающимся семьи и брака.

Проблема коммуникативного свойства - социально-психологическая проблема, возникшая у человека в его личном общении с людьми, препятствующая установлению с ними или между ним и другими людьми нормальных личных и деловых взаимоотношений.

Проблемное информирование клиента - объяснение клиенту сути его проблемы во всей ее сложности, при котором понимание проблемы психологом-консультантом и самим клиентом может как совпадать, так и расходиться.

Профессиональная информация - представляет собой ознакомление молодежи с основными профессиями и специальностями.

Профессиональная пропаганда - имеет дело с профессиями, по которым наблюдается дефицит кадров либо ожидается расширение их подготовки в связи с увеличением объема или реконструкцией производства.

Профессиональное консультирование (от лат. *professio* – род занятий, *consultatio*– совещание) - один из видов деятельности психолога-практика, представляет собой оказание помощи человеку в профессиональном самоопределении с целью принятия осознанного решения о выборе профессионального пути с учетом его психологических особенностей и возможностей, а также потребностей общества.

Профессиональное просвещение - выработка у учащихся знаний о мире профессий, способов и условий осуществления профессионального выбора.

Процедура активизации мышления и памяти клиента - система приемов психологического консультирования, в результате применения которой активизируются, становясь более продуктивными, когнитивные процессы клиента, в частности его память и мышление, связанные с обсуждаемой проблемой, с поиском ее оптимального практического решения.

Психодиагностика - средство информационного обеспечения профессиональной ориентации и профконсультирования.

Психологические причины снижения работоспособности - причины понижения работоспособности человека, источником которых являются неприятные психологические состояния данного человека в момент выполнения им какой-либо деятельности.

Психологическое консультирование - это особая область практической психологии, связанная с оказанием со стороны специалиста-психолога непосредственной психологической помощи людям, которые нуждаются в ней, в виде советов и рекомендаций.

Психология семьи - система знаний, включающих психологию семейных отношений, а также систему методов решения внутрисемейных психологических проблем.

Психология управления - область психологических исследований, связанных с изучением психологических явлений, возникающих в системах управления организациями и людьми.

Психолог-консультант - специалист, имеющий общее и специальное высшее психологическое образование и, кроме того, достаточный опыт практической работы в консультационной деятельности.

Психолого-педагогическая экспертиза - процедура проведения комплексного, психолого-педагогического изучения какой-либо проблемы. В итоге проведения п.-п.э. вырабатывается обычно квалифицированное решение соответствующей проблемы с одновременным участием в его выработке как педагогов, так и психологов.

Психолого-педагогическое консультирование - вид консультирования, который предполагает наличие у консультанта педагогического образования и опыта обучения и воспитания людей.

Разъяснение - процедура психологического консультирования, включающая в себя развернутое, конкретное изложение, объяснение клиенту тех мыслей, которые в связи с его проблемой возникают у психолога-консультанта.

Раппорт - (фр. rapport - связь, сообщение, взаимоотношения) - тип связи и связь между людьми, характеризующиеся наличием взаимных позитивных эмоциональных отношений и определенной мерой взаимопонимания.

Рационализация - защитный психологический механизм, целенаправленная попытка человека разумно объяснить и оправдать какое-либо свое действие, которое на самом деле не поддается вполне разумному объяснению и безусловному оправданию.

Рефлекторные боли - боли психогенного характера, порождаемые значительными неприятностями в жизни человека и вызывающие у него трудноуправляемые отрицательные эмоциональные переживания.

Семейное консультирование - вид консультирования, который требует знания психологом-консультантом сути семейных проблем, способов их разрешения, желательно – на собственном опыте семейной жизни.

Снятие психологического барьера - процедура психологического консультирования, при применении которой психолог-консультант с помощью специальных действий и приемов успокаивает клиента, создает для него ситуацию психологической безопасности, раскрепощает его, вселяет в него уверенность, вызывает доверие к себе.

Специальное практическое психологическое образование - образование, которое связано с практической деятельностью психолога-консультанта, с освоением им методов психологической работы с людьми, обращающимися за помощью в психологическую консультацию.

Специальное психологическое образование - образование, которое предполагает специализацию в одной из областей психологической науки и практики.

Сублимация - психоаналитический термин, обозначающий один из психологических защитных механизмов. С. проявляется в замене человеком одной, более важной, но не вполне удовлетворяемой, потребности, другой потребностью, менее важной, но более полно удовлетворяемой, или, соответственно, одного, более привлекательного, объекта, другим, менее привлекательным, объектом. С. происходит в том случае, если человеку почему-то не удастся овладеть более привлекательным для него объектом и удовлетворить тем самым свою, актуальную потребность.

Техника психологического консультирования - специальные приемы, которые психолог-консультант, действуя в рамках тех или иных процедур

консультирования, использует для выполнения этих процедур на каждом из этапов психологического консультирования.

Убеждение - процедура психологического консультирования, основанная на логически безупречно аргументированном доказательстве клиенту правильности того, что ему в результате длительной работы с ним предлагает психолог-консультант.

Условия результативности психологического консультирования - совокупность условий, положительно или отрицательно влияющих на результаты психологического консультирования, включая степень сложности решаемых проблем, настрой клиента, опытность и профессионализм психолога-консультанта, обстановку проведения психологического консультирования и т.п.

Уточнение деталей - процедура психологического консультирования, которая связана с разъяснением клиенту мелких, но существенных подробностей, связанных с выполнением совместно выработанных психологом-кон-сультантом и клиентом практических рекомендаций.

Фобии - устойчивые невротические страхи человека, не обоснованные объективными обстоятельствами, например боязнь темноты, закрытых помещений, экзаменов, общения с определенными категориями людей и т. п.

Цензура - понятие из области психоанализа, означающее некоторый внутренний, психологический и, как правило, бессознательный процесс, в результате которого информация, способная вызвать у человека неприятные переживания, фактически не проникает в его сознание.

Эмпатия - это основное межличностное качество, способность к сопереживанию, которым должен обладать психолог-консультант.

Эпатажные средства привлечения внимания - экстравагантные, не вполне приличные, явно нарушающие сложившиеся нормы человеческого поведения и бросающие вызов окружающим людям действия человека, рассчитанные на привлечение внимания к своей особе или на то, чтобы произвести впечатление, вывести окружающих людей из состояния душевного равновесия.

Этапы психологического консультирования - последовательные шаги в проведении психологического консультирования, рассчитанные на достижение частных целей консультирования, которые преследуются в его процессе. К э.п.к. относятся, в частности, настрой клиента на исповедь, выслушивание психологом-консультантом исповеди клиента, прояснение сути проблемы клиента, поиск и формулирование рекомендаций по ее практическому решению.

Вопросы к экзамену

1. Сущность и специфика возрастно-психологического консультирования
2. Виды психологической помощи
3. Стратегии оказания психологической помощи
4. Виды психологического консультирования
5. Принципы психологического консультирования
6. Психоаналитический подход З.Фрейда
7. Индивидуальная психология А.Адлера
8. Механизмы психологической защиты личности
9. Перенос и контрперенос
10. Гештальт-консультирование Ф.Перлза
11. Клиент-центрированное консультирование К.Роджерса
12. Психологические факторы в генезе невроза
13. Вербальные техники психологического консультирования
14. Невербальные техники психологического консультирования