

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова

Кафедра консультационной психологии

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета психологии



Карпов А.В.

15 мая 2023 года

Рабочая программа дисциплины

Тренинг «Навыки психолога – консультанта»

Направление подготовки

37.04.01 Психология

Направленность (профиль)

«Психологическое консультирование»

Квалификация выпускника

Магистр

Форма обучения

Очная

Программа рассмотрена на заседании
кафедры консультационной психологии
протокол №8 от 10 апреля 2023 года

Программа одобрена НМК
факультета психологии
протокол №7 от 26 апреля 2023 года

Ярославль, 2023

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины Тренинг «Навыки психолога – консультанта» является актуализация имеющихся знаний, а также формирование базовых профессиональных навыков, необходимых в работе психолога-консультантов индивидуальном и групповом консультировании.

2. Место дисциплины в структуре ОП в магистратуре

Дисциплина Тренинг «Навыки психолога – консультанта» относится к обязательной части образовательной программы. Логически и содержательно-методически курс связан с такими дисциплинами образовательной программы бакалавриата, как «Консультационная психология и основы супервизии», «Тренинг, как метод активного социально-психологического обучения», «Индивидуальное консультирование», а также дисциплиной магистратуры «Психологические основы консультирования». В результате освоения этих дисциплин студент должен обладать рядом «входных» знаний, умений и владений, в частности: иметь представление о закономерностях развития личности, группы, семьи; особенностях личностных проявлений и подходах к их изучению в основных концепциях и школах классической и современной психологии (теория деятельности, культурно-историческая концепция, бихевиоризм, гештальтпсихология, ассоцианизм, когнитивная психология, психоанализ, гуманистическая психология и др.). Студент должен владеть навыками анализа и понимания природы человека, самостоятельной работы с литературой и ее конспектирования, ведения научной дискуссии, проведения психологического анализа и постановки задач психологической помощи.

Дисциплина Тренинг «Навыки психолога – консультанта» является одним из базовых, в рамках освоения общепрофессиональных компетенций в сфере консультирования и готовит студентов к освоению других курсов вариативной части в рамках магистерской программы «Психологическое консультирование».

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОП магистратуры

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих элементов компетенций в соответствии с ФГОС ВО, ОП ВО и приобретения следующих знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности:

Формируемая компетенция (код и формулировка)	Индикатор достижения компетенции (код и формулировка)	Перечень планируемых результатов обучения
Общепрофессиональные компетенции		
ОПК – 9. Способен выполнять основные функции управления психологической практикой	И-ОПК – 9.1. Анализирует принципы функционирования группы и работы в команде, управляет групповыми процессами и использует различные способы управления социальным взаимодействием И-ОПК – 9.2. Применяет методы планирования и координации собственной деятельности и работы группы для решения поставленной задачи	<i>Знает:</i> - принципы функционирования группы и работы в команде, динамику групповых процессов. <i>Умеет:</i> - ставить и распределять задачи, планировать и контролировать исполнение работы. <i>Владеет:</i> - приемами делегирования, обратной связи и оценки исполнения работы.
Профессиональные компетенции		

ПК-5 Способен проводить психологические тренинги для клиентов, направленные на расширение и укрепление внутренних ресурсов для повышения эффективности их жизнедеятельности	И-ПК - 5.1. Разрабатывает программу психологического тренинга с учетом потребностей и особенностей клиентов, И-ПК - 5.2. Реализует программу психологического тренинга с учетом потребностей и особенностей клиентов, используя различные методы, оценивает эффективность тренинга	Знает: - механизмы групповой динамики и принципы групповой работы Умеет: - формулировать цели и выбрать методы тренинга - разрабатывать программы групповой работы по психологической поддержке клиентов Владеет: - навыками установления продуктивных отношений в группе - методами организации и проведения тренинга; - методами оценки эффективности тренинга
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4.Объем, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетных единицы, 36 акад. часа.

№ п/п	Темы (разделы) дисциплины, их содержание	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную ра- боту студентов, и их трудоемкость (в академических часах)						Формы текущего контроля успеваемости
			Контактная работа						Форма промежуточной атте- стации (по семестрам)
			лекции	практические	лабораторные	консультации	аттестацион- ные испытания	самостоятель- ная работа	
1.	Введение. Основные принципы работы на занятиях. Базовые навыки, техники и условия необходимы для работы	3		2				1	Работа на занятиях Задание для СРС №1
	в том числе с ЭО и ДОТ								
2.	Подготовка психолога-консультанта к встрече с клиентом. Установления первичного контакта с клиентом.	3		2				2	Работа на занятиях Задание для СРС №1 Задание для СРС № 2
	в том числе с ЭО и ДОТ								
3.	Навыки соприсутствия и исследования. Нереплексивное и рефлексивное слушание. Виды вопросов. Невербальное соприсутствие	3		6		2		3	Работа на занятиях Задание для СРС №1 Задание для СРС №3 Задание для СРС №4
	в том числе с ЭО и ДОТ								
4.	Навыки выработки нового видения клиента.	3		4		2		3	Работа на занятиях Анализ ситуаций (кейсы) Задание для СРС №1 Задание для СРС № 5 Задание для СРС № 6
	в том числе с ЭО и ДОТ								

5.	Окончание сессии. Экологичное закрытие встречи. Обобщение полученного опыта. Оценка эффективности тренинга	3		3		2		2	Анализ ситуаций (кейс) Задание для СРС №1 Задание для СРС № 7
	<i>в том числе с ЭО и ДОТ</i>								
6.	Тестирование	3						1,7	Итоговый тест
	<i>в том числе с ЭО и ДОТ</i>								
7	Промежуточная аттестация	3					0,3		зачет
8	Итого			17		6	0,3	12,7	

4.1 Информация о реализации дисциплины в форме практической подготовки

Информация о разделах дисциплины и видах учебных занятий, реализуемых в форме практической подготовки

№ п/п	Темы (разделы) дисциплины, их содержание	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу студентов, и их трудоемкость (в академических часах)						Место проведения занятий в форме практической под- готовки
			Контактная работа					самостоятельная работа	
			лекции	практические	лабораторные	консультации	аттестационные испытания		
3	Навыки соприсутствия и исследования. Нереплексивное и рефлексивное слушание. Виды вопросов. Невербальное соприсутствие	3		6		2		3	ЯрГУ
4	Навыки выработки нового видения клиента.	3		4		2		3	ЯрГУ
5	Окончание сессии. Экологичное закрытие встречи. Обобщение полученного опыта	3		3		2		2	ЯрГУ
	ИТОГО			13		6		8	

Описание разделов дисциплины:

Тема 1: Введение. Основные принципы работы на занятиях. Базовые навыки, техники, необходимые для работы психолога-консультанта. Условия и способы контроля формирования профессиональных навыков психолога-консультанта.

Тема 2: Подготовка психолога-консультанта к встрече с клиентом. Правила и техники установления первичного контакта с клиентом. Вербальные и невербальные сигналы коммуникации

Тема 3: Навыки соприсутствия и исследования. Нереплексивное и рефлексивное слушание. Виды вопросов. Вопросы содержательного и эмоционального характера. Умение задавать вопросы и следовать за клиентом. Невербальное соприсутствие.

Тема 4: Навыки выработки нового видения клиента: самораскрытие, нормализация, обратная связь. Молчание клиента и способы прерывания данного молчания. Метафора тупика: препятствие или ресурс.

Тема 5: Окончание сессии. Завершение работы на любом этапе; экологичное закрытие встречи. Обобщение полученного опыта. Анализ эффективности тренинга.

5. Образовательные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При преподавании дисциплины Тренинг «Навыки психолога – консультанта» используются следующие образовательные технологии: интерактивная лекция (лекция в диалоговой форме, в формате проблемных вопросов и поиска ответов на них на основе изученного и изучаемого в настоящий момент материала); групповая дискуссия; анализ конкретных ситуаций; видеотренинг; ролевая игра; психологические упражнения.

Методика проведения практических (семинарских) занятий

Тема №1: (2 часа)

1. Разогревающая фаза. Знакомство участников, формирование рабочей атмосферы и психологической безопасности. Заключение контракта и осуждение прицепов работы группы. Преподаватель обсуждает с группой следующие этические и организационные моменты участия в тренинге:

- *конфиденциальность* (какая информация может быть вынесена на обсуждение за пределы тренинга, а какая нет);
- *открытость* (так как это обучающий тренинг, а не психотерапевтический, участникам не обязательно раскрывать сугубо личные сведения о себе, которые они хотели бы сохранить в тайне);
- *обязательное соблюдение правил* во время выполнения заданий;
- *посещаемость*.

Контракт также может включать и другие пункты по усмотрению участников группы или преподавателя.

2. Групповая дискуссия. Цель – проблематизация вопросов курса; проблематизация задач обучения.

2.1. Групповая работа 1. «Какие базовые навыки, техники и условия необходимы в процессе психологического консультирования». Группа делится на подгруппы по 3—4 человека в зависимости от общего числа участников. Желательно, чтобы в результате деления образовалось не более четырех подгрупп. Каждая подгруппа получает по два больших листа бумаги формата А3 или больше и по одному фломастеру (маркеру). Каждая группа записывает, какие с их точки зрения, базовые навыки необходимы в психологическом консультировании. После того как подгруппы подготовят свои плакаты, все возвращаются в круг. Представитель одной из подгрупп вывешивает свои плакаты перед аудиторией и объясняет, содержание каждого из них.

2.2. Групповая работа 2. Создаем модель навыков консультанта с возможностью оценить уровень сформированности навыков (по шкале от 0 до 10). Участника предлагается взять за основу визуальную модель «плот» (4 параметра), «дом» (5 параметров), «лодка» (6 параметров). Используются модели, предложенные Е.В. Сидоренко

Примечание для преподавателя:

В ходе работы важно оценить общее настроение группы и в зависимости от этого принять решение о включении в тренинг дополнительных упражнений (релаксационные упражнения, энергитизирующие и т.д).

Тема №2 (2 часа) Основы установления контакта с клиентом. Отработка навыков вступления в контакт

1. Вводная часть, установка к деятельности.

2. Разделение на мини-группы в соответствии с количеством видов тренинговых групп. Преподаватель организует **ролевую игру** «Встреча консультанта и клиента». Студенты последовательно (в тройках) отрабатывают навыки вступления в контакт, установления доверия и формирования безопасности в консультационном процессе. Студенты распределяются в микрогруппы по три человека. У одного студента-роль клиента, второго – консультанта, третий-наблюдатель с последующей функцией аналитика.

Сюжеты ролевой игры снимаются на видеокамеру и анализируются. Преподаватель выступает модератором обсуждения, привлекая к нему студентов, которые были назначены наблюдателями с функцией аналитика.

Схема анализа: в какой степени студент, играющий роль психолога-консультанта использовал невербальные, вербальные компоненты во взаимодействии с клиентом.

Невербальные (несловесные) компоненты получения и передачи информации

- Управление дистанцией (зонами контакта):
- Поза, положение корпуса
- Зрительный контакт
- Улыбка, мимика
- Темп речи, громкость речи, интонация

Вербальные (словесные) компоненты получения и передачи информации

- Обращение по имени
- Позитивные формулировки
- Комплимент

3. Общегрупповая работа. Стимулируется обсуждение таких вопросов, как: «установлен контакт или нет?», «феномены, на основании которых делается вывод». Особое внимание преподаватель уделяет тому, чтобы высказывания касались реально наблюдаемых фактов или существующих переживаний, а не предположений или объяснений поведения, или чувств другого человека. На доску выносятся конкретные маркеры того, что мешает, и что помогает установлению контакта.

4. Психологическое упражнения. Студентам дается задание: «Определите, какая из реплик психолога способствует структурированию предмета профессионального взаимодействия, а какая, по вашему мнению, препятствует этому, поясните свои ответы, используя свое знание о свойствах психической реальности как предмета профессионального взаимодействия психолога».

Реплики психолога:

1. Ну, говорите, говорите хоть что-нибудь об этом.
2. Разве с вами, взрослым человеком, это было впервые?
3. Похоже, что вы плохо ориентируетесь в конкретных фактах.
4. Вам что, трудно вспомнить то, что было вчера?
5. Да, я это и сама увидела, не надо лишних слов, дальше...
6. Расскажите о нем подробнее...
7. Вы очень сбивчиво говорите, это мешает мне понять суть
8. Было бы неплохо начать все заново...

9. Вы не верите мне?
10. Не вижу ничего необычного в ваших словах.
11. Да, это уже давно было известно Фрейду...
12. Говорите, говорите, это пойдет вам на пользу.
13. Подробнее, пожалуйста, об учительнице вашего сына.

Примечание для преподавателя:

В ходе работы важно оценить общее настроение группы и в зависимости от этого принять решение о включении в тренинг дополнительных упражнений (релаксационные упражнения, энергитизирующие и т.д).

Тема №3(6 часов). Навыки соприсутствия и исследования.

1. Вводная речь. Упражнение «Слушай меня»

Цель. Помощь в осознании осознать важности развития умения слушать клиента.

Содержание. Перед началом упражнения преподаватель может обсудить с участниками, почему так необходимо научиться внимательно слушать клиента. Затем выполняется упражнение, которое называется «Слушай меня». Преподаватель сообщает участникам, что он будет читать текст от имени клиента, а их задачей является внимательное слушание. Участники занимают удобное положение, пытаются расслабиться и закрывают глаза. Когда все готовы, преподаватель читает следующий текст:

«Слушай меня. Слушай просто потому, что я твой клиент, может быть, даже не очень удобный, но я пришел, чтобы встретиться с тобой, и сейчас я здесь. Слушай меня, даже если ты еще не знаешь, что со мной делать дальше. Забудь об этом и просто слушай. Слушай, и я уверен, что ты узнаешь много нового и дополнишь свой профессиональный опыт или даже обрешь частичку мудрости. Ты сам поймешь и узнаешь, что именно ты обрел или обрела. Ну, это позже, а пока наберись терпения и просто слушай. Слушай меня. Слушай, о чем говорит мой голос, и мои интонации. Слушай мои паузы, ведь ты знаешь, каждая из них наполнена глубоким смыслом. Слушай мое молчание и наблюдай за мной. Слушай, и я скажу тебе между строк, какой помощи я жду от тебя. Слушай, и ты догадаешься, что я специально повторяю для тебя что-то важное и особенное, слушай, и ты узнаешь, какой глубокий смысл я вкладываю в каждое свое слово. Просто слушай, а все остальное потом... Слушай меня, и ты поймешь, как это важно для нас обоих. Слушай, и ты обязательно будешь услышан. Пожалуйста, слушай».

После прочтения текста преподаватель тренер предлагает участникам открыть глаза и после небольшой паузы начинает обсуждение упражнения.

Обсуждение. Преподаватель просит участников в свободной форме поделиться своими впечатлениями от упражнения. После обсуждения преподаватель тренер выдает каждому участнику данный текст и просит их подумать дома или в перерыве над тем, хотелось бы им улучшить его (что-то изменить, что-то вставить и т.д.).

2. Освоение психотехнологии диагностики состояния другого человека.

Методика «Мир чувств». Студенты делятся на группы по 4-5 человек. Каждой группе выдается набор карточек (39 шт.), на которых написаны чувства.

СКУКА	УТОМЛЕНИЕ	УГРЮМОСТЬ
НАДЕЖНОСТЬ	ОБЕСПОКОЕННОСТЬ	НЕСЧАСТЬЕ
СТРАХ	ЖАЛОСТЬ	МРАЧНОСТЬ

БОЯЗНЬ	ДЕПРЕССИЯ	ЯРОСТЬ
ИЗУМЛЕНИЕ	УДИВЛЕНИЕ	ВОСТОРГ
ВОЛНЕНИЕ	ВОЗБУЖДЕНИЕ	ОБЛЕГЧЕНИЕ
ГРУСТЬ	ДОВЕРИЕ	РАДОСТЬ
НАДЕЖДА	ОДУХОТВОРЕННОСТЬ	БОДРОСТЬ
НЕВОЗМУТИМОСТЬ	РАССЛАБЛЕННОСТЬ	СЧАСТЬЕ
УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ	УДОВОЛЬСТВИЕ	СПОКОЙСТВИЕ
НАПРЯЖЕННОСТЬ	РАЗДРАЖЕНИЕ	ЗЛОСТЬ
СОНЛИВОСТЬ	УСТАЛОСТЬ	РАСТЕРЯННОСТЬ
НЕНАВИСТЬ	ЛЮБОВЬ	ВЛЮБЛЕННОСТЬ

На столе с помощью малярного скотча создается система координат с осями: «холодно-горячо» и «тяжело-легко».

Цель – разместить карточки (чувства) в заданной системе координат.

Задание выполняется в несколько этапов. *Первый этап.* Работа в подгруппах. Карточки выставляются последовательно. Сначала участники группы индивидуально определяют место карточки на координатном поле. Затем, если есть разные мнения о расположении, необходимо договориться, аргументируя свое мнение через примеры (где, когда, при каких обстоятельствах может проявляться чувство).

Второй этап. Координатное поле рисуется на доске. Преподаватель называет чувство. По одному представителю от группы выходят к доске и ставят отметку расположения этого чувства, по предварительному мнению, каждой группы. Результаты обсуждаются. Преподаватель анализирует суждения студентов, стимулирует понимание того, что у каждого человека своя «внутренняя система координат», важность общения, установления контакта «на поле клиента».

3. Опрос студентов: «Как показать клиенту, что мы его понимаем».

4. Упражнение «Развитие навыков нерефлексивного слушания и эмпатического понимания». *Тема:* Случай, который я люблю вспоминать.

Содержание. Группа делится на пары: консультант, клиент. По сигналу преподавателя клиент начинает рассказывать случай из своей жизни, консультант внимательно слушает, эффективно используя невербальные средства общения и неререфлексивное слушание («Да», «Угу», «Так» и т. д.) и обратную связь, которая показывает клиенту, что его слышат и стараются понять. По окончании сессии клиент дает обратную связь консультанту о том, что ему понравилось и что можно было бы сделать лучше.

Обсуждение. Участники собираются в круг и обсуждают, как прошли сессии, что удалось сделать, что вызвало трудности и чему они научились.

5. Преподаватель организует ролевую игру. Студенты последовательно (в тройках) отрабатывают

- навыки активного слушания
- формы позитивной поддержки клиента.

Роли в тройках: У одного студента-роль клиента, второго – консультанта, третий-наблюдатель с последующей функцией аналитика. Аналитику заранее дается бланк анализа с параметрами для оценки поведения консультанта и вопросы. Пример вопросов для наблюдателя:

«Удалось ли активному участнику достичь цели?»

«Оцените качество использования приема отражения чувств»

«Оцените качество использования приема поддержки»

6.Упражнение «И что вы чувствуете?»

Цель. Отработка техники постановки вопросов эмоционального характера.

Содержание. Упражнение включает в себя два этапа.

Этап 1. Преподаватель просит каждого участника вспомнить ситуации, которые вызывали раньше или вызывают у них сейчас различные эмоции. Затем необходимо составить и записать на листе бумаги по одному - два предложения на каждую ситуацию. Причем первое предложение должно начинаться с определенной фразы.

Список начальных фраз:

- «Раньше мне очень нравилось...»
- «В детстве я ненавидел...»
- «Раньше я выходил из себя, когда...»
- «Меня часто пугают...»

Этап 2. Далее работа проходит в подгруппах. Первый участник каждой подгруппы читает одну из описанных им ситуаций, второй участник (сидящий слева от него) задает ему вопрос эмоционального характера, обращаясь к составленному списку, но, не обязательно копируя вопрос слово в слово. Первый участник отвечает второму. Затем второй участник зачитывает одну из описанных им ситуаций, а третий участник (участник, сидящий слева от второго) задает ему вопрос эмоционального характера и т.д. Упражнение может пройти два-три круга, после чего участники возвращаются в общий круг для обсуждения.

Обсуждение. Участники делятся своими трудностями и находками, задают тренеру или друг другу вопросы. В конце обсуждения группа делает обобщение о том, как и когда необходимо задавать вопросы эмоционального характера.

7.Упражнение «Техники постановки вопросов». *Цель.* Отработка техники постановки различных типов вопросов в кругу.

Содержание. Данное упражнение проходит в кругу. Студенты дома готовят отрывки из высказываний клиентов (можно использовать видео сюжеты). Участники задают подходящие вопросы, при этом определяя тип поставленных вопросов.

8.Упражнение «Гимнастика ума». *Цель.* Отработка навыков использования техники перефразирования содержания рассказа клиента.

Содержание. Упражнение состоит из двух этапов. *Этап 1* проходит в кругу. Каждый участник группы получает карточку, которая содержит краткое вступление, которое можно использовать перед тем, как делать перефразирование. Например,: «Как вы сказали...» и др. Участники знакомятся с содержанием карточки, а затем добавляют свои вводные слова, которые можно сказать перед тем, как перефразировать высказывание клиента.

Этап 2: группа делится на подгруппы по четыре-пять человек. Каждый участник имеет при себе список высказываний для перефразирования и карточку с одной пословицей. Первый участник подгруппы читает пословицу, второй участник (сидящий слева от него) выбирает любое начало для перефразирования из списка и прибавляет к нему измененный текст пословицы. Третий участник (сидящий слева от второго) выбирает другое начало из списка

для своего перефразирования пословицы и т.д. Затем второй участник читает свою пословицу, и упражнение продолжается по той же схеме.

Выполняя данное упражнение, нельзя интерпретировать пословицу, например, нельзя сказать так: «Если будешь делать два дела, не закончишь ни одного», потому что в рамках психологического консультирования это будет уже другая техника. Таким образом, пересказывая пословицу, мы можем заменять отдельные или все слова, но мы не можем сделать ее содержание более доступным, упрощенным, понятным, обобщенным и т. д.

Обсуждение. Участники возвращаются в круг и делятся своими трудностями и находками. Комментарии для преподавателя. В ходе данного упражнения тренер следит, чтобы участники не нарушали основное правило: нельзя интерпретировать пословицу на свой или традиционный лад. Смысл упражнения состоит именно в том, чтобы научиться перефразировать содержание, но при этом, не интерпретируя и не обобщая его.

Примечание для преподавателя:

В ходе работы важно оценить общее настроение группы и в зависимости от этого принять решение о включении в тренинг дополнительных упражнений (релаксационные упражнения, энергитизирующие и т.д).

Тема №4 (4 часа) Навыки выработки нового видения клиента

1. Вводная речь.

2. Преподаватель организует ролевую игру. *Цель* - отработка навыков, необходимых для фокусировки на эмоциях клиента и уточнении проблемы клиента.

Тема.

- «Недавний случай, который меня возмутил».
- «Недавний случай, который меня разозлил».
- «Недавний случай, который меня огорчил».

Содержание. Клиент выбирает одну из предложенных тем и в свободной форме начинает свой рассказ. Консультант внимательно слушает, а затем начинает работать с эмоциями клиента, задавая вопросы, обеспечивая обратную связь, используя техники нормализации и самораскрытия (если предоставляется такая возможность). За две минуты он предупреждает клиента об окончании сессии и делает резюмирование. Клиент дает консультанту обратную связь о том, какие чувства у него возникали на протяжении сессии. По истечении времени консультант и клиент меняются ролями.

Обсуждение. Участники возвращаются в круг и делятся своим опытом, который удалось получить в игре.

3. Упражнение «Слушая и прерывая паузы...»

Цель. Отработка техники прерывания затянувшихся пауз.

Содержание. Перед началом упражнения группа составляет список фраз, выражений и вопросов, с помощью которых можно было бы прервать затянувшуюся паузу во время консультирования. Затем группа делится на две подгруппы, которые садятся на стулья в две линии друг напротив друга: одна линия — консультанты, другая — клиенты.

Клиент говорит консультанту любую фразу и замолкает; после небольшой паузы консультант просит клиента продолжить рассказ, используя фразы из составленного списка. Затем каждый участник, играющий роль клиента, смещается на один стул вправо (а первый участник становится последним) и упражнение продолжается снова, после чего опять

происходит смена партнеров до тех пор, пока все участники не вернутся на свои места. Фразы клиентов могут быть любыми, например.

- Клиент. Вчера в автобусе мне кто-то наступил на ногу... (*пауза*). Консультант. И что произошло потом?

Или:

- Клиент. Я сегодня ел картошку с помидорами, то есть нет, селедку с помидорами, а картошку ел Вовка... (*пауза*). Консультант. Я вижу, вы о чем-то задумались. С чем связано ваше молчание?

Или:

- Клиент. Доктор сказал мне сидеть дома, а я к вам приковыляла...э-э-э... (*пауза*). Консультант. И-и...

Или:

- Клиент. Погода стоит замечательная... (*пауза*). Консультант. Что мешает вам продолжить ваши размышления? И т. д.

Клиент может говорить различные короткие фразы или повторять одну и ту же фразу для разных консультантов на свое усмотрение. В задачу консультанта входит апробирование как можно большего количества различных фраз, прерывающих паузу клиента, и выделение для себя наиболее приемлемых и хорошо работающих. После того как все клиенты вернутся на свои места, участники меняются ролями — консультанты становятся клиентами, а клиенты консультантами.

Обсуждение. Обсуждение проходит в кругу. Преподаватель просит участников выступить сначала от имени клиентов и ответить на вопрос о том, какие фразы и выражения, прерывающие их молчание, показались им наиболее удобными и хорошо работающими, то есть побуждающими к продолжению разговора. Затем - предлагает участникам высказать свою точку зрения от имени профессионалов о том, какие фразы и выражения показались им наиболее удачными. Если кто-то из участников в ходе выполнения упражнения нашел другие способы прерывания пауз, он может поделиться с группой своими выражениями.

4. Упражнение «Самораскрытие» (кейсы предоставлены в приложении). *Цель* - отработка навыков использования техники самораскрытия.

Содержание. Упражнение состоит из двух этапов.

Этап 1. Преподаватель зачитывает участникам вариант из сессии начинающего консультанта, который попытался использовать самораскрытие (см кейсы), и просит участников сначала прокомментировать действия консультанта, а затем дать обратную связь по типу «сэндвича».

Этап 2. Тренер просит группу разделиться на три-четыре подгруппы. Каждой подгруппе выдается текст с отрывком из сессии и три варианта самораскрытия. Участникам необходимо внимательно прочитать свой отрывок и выбрать приемлемые и неприемлемые варианты самораскрытия консультанта, прокомментировав каждый вариант. Примеры кейсов даны в приложении.

Затем подгруппы возвращаются в круг (третий этап) и по очереди зачитывают свои отрывки из сессии и комментарии к ним, которые были сделаны в ходе групповой работы. В это время остальные участники слушают и делятся своими мнениями.

Обсуждение. В процессе обсуждения преподаватель просит участников поделиться тем опытом, который они приобрели в ходе данного упражнения. Насколько данная техника сочетается с их персональным стилем, насколько она подходит каждому из них? Как часто и в каких ситуациях они могут использовать эту технику?

Комментарии для преподавателя:

Критикуя неудачные варианты примеров, не следует забывать и о положительных моментах. На любых этапах обучения, а особенно на начальных, очень просто допускать неточности. Важно с уважением относиться к любым ошибкам, давая конструктивную критику. Поэтому предлагается давать обратную связь по типу «сэндвича».

5. Групповое обсуждение. Студенты с использованием подготовленных рефератов обсуждают понятие «Обратная связь».

Ведущий -преподаватель, который также находится за круглым столом. Фонд вопросов, на которые должны ответить студенты:

- где и когда в жизни мы получаем и даем обратную связь (например, учитель, оценивая работу ученика; гости, покидая дом хозяина; посетители выставки, которые оставляют записи в книге отзывов и т. д.)?
- в каких жизненных ситуациях нам особенно нужна обратная связь?
- с какой целью мы даем и получаем обратную связь?
- как использование техник подачи и получения обратной связи может помочь консультанту в повышении своего профессионального уровня?
- от кого особенно важно получать обратную связь в процессе обучения консультированию?
- то такое обратная связь по типу «сэндвича»?

Подводя итог дискуссии, преподавателю важно проговорить эффективные формы обратной связи в психологическом консультировании.

6. Упражнение «Техники, которые я знаю». *Цель* - повторение техник.

Содержание. Перед началом упражнения группа делится на подгруппы по 3—6 человек. Каждая подгруппа получает набор карточек (*этап 1*), в которых даны реплики консультанта. Участникам каждой подгруппы необходимо прочитать каждую реплику и определить, что использовал консультант. После этого следует разложить карточки по группам в зависимости от используемых техник. Обосновать свое мнение

Когда участники закончат работу (*этап 2*), группа собирается в круге. Преподаватель зачитывает реплики консультанта, а участники называют свое решение. Последнее слово остается за преподавателем, который разрешает все споры (если они возникают).

Самораскрытие

— «Я помню, как я испытывала чувство вины перед своей начальницей, когда я решила уйти с работы. Я начала искать другое подходящее место, а ей ничего не сказала. Я понимала, что она расстроится, когда я уйду».

— «Я тоже расстраиваюсь, когда опаздываю на электричку. Этими отрицательными эмоциями заряжаюсь на весь день».

Техника нормализации

— «Я думаю, что это нормально, когда человек отказывается делать то, что доставляет ему массу неудобств».

— «Мне кажется, что вполне приемлемо говорить о подобных вещах со своим свекром».

Активизация сильных сторон клиента

— «Как вы сказали, в вашем коллективе трудно не стать объектом насмешек и сплетен, и ваше хорошее чувство юмора иногда помогает вам быть на высоте».

— «Вы говорите, что вам трудно ладить с этим человеком, и вместе с тем вчера вы завоевали его признание тем, что были терпеливы по отношению к его критике».

— «Как вы справлялись с вашим чувством безысходности все это время?»

— «Насколько я вас поняла, рассудительность — это одно из самых главных ваших достоинств».

Прерывание затянувшейся паузы

— «Вы о чем-то задумались? Буду признательна (ен), если бы вы смогли поделиться со мной вашими мыслями?»

— «С чем связано ваше молчание?»

— «Что останавливает вас продолжить рассказ?»

Информирование

— «Это лекарство при необходимости назначает врач».

Обсуждение. Проходит по обычной схеме, если тренер или участники видят в этом необходимость.

7.Разбор сложных ситуаций – что делать: «если клиент плачет», «если не хочет говорить», «если устал», «если клиент очень разговорчив и не получается закончить беседу» и др.

Примечание для преподавателя:

В ходе работы важно оценить общее настроение группы и в зависимости от этого принять решение о включении в тренинг дополнительных упражнений (релаксационные упражнения, энергитизирующие и т.д).

Тема №5 (3 часа). Окончание сессии. Завершение работы на любом этапе; экологичное закрытие встречи. Обобщение полученного опыта. Оценка эффективности тренинга.

1.Преподаватель знакомит участников с общими правилами завершения сессии, обращая внимание на то, с какими проблемами могут столкнуться начинающие консультанты на завершающем этапе сессии.

2. Осуждение кейса (предоставлены в приложении)

3. Преподаватель организует ролевою игру «Завершение консультирования». Студенты работают в тройках (клиент- консультант-наблюдатель). *Цель* - отработка навыков проведения заключительной сессии с клиентом.

Тема для ролевой игры. Клиент выбирает любую тему по своему усмотрению.

Содержание. Работа проходит в тройках. Каждая тройка разыгрывает последнюю встречу. Клиент должен представить, что это его последняя сессия по какой-либо проблеме, которая была разрешена в ходе общения с консультантом. Клиент говорит о том, какие изменения произошли в его жизни, как он использует стратегии, выработанные в ходе совместных сессий с консультантом, и с какими трудностями он еще продолжает сталкиваться.

Консультант слушает клиента, задает ему вопросы, с тем чтобы удостовериться в результативности выработанных стратегий, а за три минуты до окончания сессии предупреждает клиента, делает резюмирование, дает обратную связь и прощается с клиентом. Наблюдатель по окончании сессии дает обратную связь консультанту по типу «сэндвича».

Обсуждение. В кругу участники делятся своими трудностями и находками, сделанными в процессе консультирования и наблюдения. Далее преподаватель может предложить

участникам поразмыслить над тем, какой могла бы быть последняя сессия в случае, если клиент не удовлетворен совместной работой.

4. Оценка эффективности проведения тренинга.

4.1. Участники делятся на две группы. Одна группа разрабатывает варианты оценки эффективности пройденного тренинга по критерию «оценка реакций участников». Вторая - по критерию «оценка уровня усвоения материала». Идет обсуждение.

4.2. Упражнение «Хвосты» (модификация упражнения К. Фопеля)

Содержание. Упражнение проходит в кругу. Тренер зачитывает или пишет на доске (в блокноте) вопросы для участников и просит ответить на них в свободной форме, записывая ответы на листе бумаги. Ответы участников не будут зачитываться вслух, поэтому можно использовать любые символы и сокращения.

Фонд вопросов:

- *Какие планы я строил перед началом тренинга?*
- *Что из этого мне удалось осуществить?*
- *Какой момент был для меня «переломным» и с чем это связано?*
- *Что я до сих пор не высказал, но хотел бы высказать?*
- *Кого из участников группы меня бы хотелось поблагодарить и за что?*
- *С кем из участников группы мне хотелось бы обсудить все или некоторые из ответов на вопросы?*

После того, как участники ответят на вопросы, они разбиваются на пары и обсуждают ответы на те вопросы, на которые считают нужным. Слушающему важно стремиться использовать навыки, которым обучались на тренинге. Через 10 минут участники меняются ролями. После завершения участники внутри пары дают обратную связь по поводу того, насколько ему было комфортно делиться с консультантом своими мыслями и информацией.

6. Перечень лицензионного и (или) свободно распространяемого программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе осуществления образовательного процесса по дисциплине используются: для формирования материалов для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации, для формирования методических материалов по дисциплине: программы MicrosoftOffice; AdobeAcrobatReader.

7. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

1. Электронные ресурсы ЯрГУ (<http://lib.uni Yar.ac.ru>)
2. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/> (в сети университета без регистрации или удаленно, предварительно зарегистрировав свой личный кабинет, находясь внутри сети вуза. Доступна удаленная регистрация с обязательным указанием организации.)
3. Научная электронная библиотека «eLIBRARY.ru» - <http://elibrary.ru> (с Работа с подписанными университетом изданиями возможна из сети университета, а также удаленно, предварительно зарегистрировав свой личный кабинет, находясь внутри сети вуза.).

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

а) основная литература

1. Ключева Н. В. Консультационная психология [Электронный ресурс]: метод. указания. / Н. В. Ключева; Яросл. гос. ун-т им. П. Г. Демидова, Науч.-метод. совет ун-та - Ярославль: ЯрГУ, 2011. - 59 с. <http://www.lib.uni Yar.ac.ru/edocs/iuni/20110507.pdf>

б) дополнительная литература

2. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учебное пособие для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08880-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516896>
3. Ключева, Н. В. Этика в психологическом консультировании: учебник для вузов / Н. В. Ключева, Е. Г. Руновская, А. Б. Армашова; под редакцией Н. В. Ключевой. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 186 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13644-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519647>
4. Решетников, М. М. Психологическое консультирование. Случаи из практики: практическое пособие / М. М. Решетников. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 97 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-05664-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515672>
5. Смолова, Л. В. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Л. В. Смолова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 356 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12382-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513859>
6. Хухлаева, О. В. Групповое психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08434-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516834>

в) ресурсы сети «Интернет»:

Электронно-библиотечная система «Юрайт» (www.urait.ru/)

9. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине:

Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине включает в свой состав специальные помещения: учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа; учебные аудитории для проведения практических занятий (семинаров); учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций, учебные аудитории для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации; помещения для самостоятельной работы; помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью. Специальные помещения укомплектованы средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, хранящиеся на электронных носителях и обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины (мультимедийная презентация),

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

Число посадочных мест в лекционной аудитории больше либо равно списочному составу потока, а в аудитории для практических занятий (семинаров) – списочному составу группы обучающихся.

Автор:

Старший преподаватель кафедры
консультационной психологии



Москаленко Н.В.

**Приложение №1 к рабочей программе дисциплины
«Тренинг «Навыки психолога – консультанта»**

Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации студентов по дисциплине

**1. Контрольные задания и иные материалы, используемые в процессе
текущего контроля успеваемости**

Текущий контроль проводится на учебных занятиях в ходе анализа работы студентов при проведении практических заданий и упражнений и самостоятельная работа студентов.

В процессе текущего контроля оценивается:

- Работа на занятиях
- Анализ ситуаций
- Выполнение заданий для СРС

Работа на занятиях

Критерии оценки студентов за работу на занятиях

Критерии оценки	Оценка
студент уверенно владеет фактическим материалом; анализирует факты, явления и процессы, проявляет способность делать обобщающие выводы, обнаруживает свое видение решения проблем; активно участвует, стремясь к развитию дискуссии	<i>отлично</i>
студент в целом владеет фактическим материалом, но допускает отдельные неточности непринципиального характера; дает ответы на дополнительные вопросы, но не исчерпывающего характера, участвует, стремясь к развитию дискуссии.	<i>хорошо</i>
студент частично владеет фактическим материалом, допускает неточности принципиального характера; проявляет неглубокие знания при освещении принципиальных вопросов и проблем; не умеет делать выводы обобщающего характера и давать оценку значения освещаемых рассматриваемых вопросов и т.п.	<i>удовлетворительно</i>
если студент отказался участвовать в работе или принимает формальное участие	<i>неудовлетворительно</i>

Типовые ситуации для анализа

Кейс №1

Инструкция: ознакомьтесь с фрагментом сеанса психологического консультирования и ответьте на вопросы:

- Какой вид слушания применил консультант в фрагменте, обозначенном номером 1?
- Какой из базовых навыков психологического консультирования применил консультант в фрагменте под номером 2?
- Какой из базовых навыков психологического консультирования применил консультант в фрагменте под номером 3?

Клиент: Здравствуйте, меня зовут Ольга. Я хотела бы поговорить о своих отношениях с дочерью.

Консультант: Я слушаю вас, Ольга. (1)

Клиент: Собственно, дело тут не во мне. У нас с дочерью очень доверительные отношения. Ей 14 лет, это сложный возраст, но она со мной откровенна и у нас всё хорошо. Проблема в том, что мы живем со свекровью. С ней у нас всегда были сложные отношения, но я старалась, чтобы дочери эти сложности не касались, сглаживала конфликты и делала всё, чтобы они с бабушкой жили в мире.

Консультант: То есть, вы были буфером между дочкой и бабушкой.

Клиент: Да, муж полностью устранился от выяснения этих отношений, и я не стремилась это изменить, потому что он склонен обвинять дочь. Мне не хотелось её лишний раз травмировать.

Консультант: Получается, что всю ответственность за ситуацию вы приняли на себя. Не могли бы вы уточнить подробнее, на какой почве случаются конфликты?

Клиент: Честно говоря, у меня самой поведение свекрови вызывает возмущение. Например, недавно она прочитала дневник дочери. Я никогда в жизни не могла бы себе такого позволить. Девочка плакала, кричала, что ненавидит бабушку. Я с трудом её успокоила, старалась объяснить, что бабушка старенькая и прочее, ну, сами понимаете, но, в душе, я её осуждала.

Консультант: Вы старались повлиять на дочь, а со свекровью вы пробовали разговаривать? (2)

Клиент: Сколько раз! Я пыталась очень мягко ей объяснить, что это такой возраст, что нужно уважать её личность. Это всё бесполезно. Ей 64 года, она всю жизнь такой была, её уже не изменишь. Я очень мягкий, спокойный человек, но она и меня иногда из себя выводит, а уж о дочери и говорить нечего.

Консультант: Правильно я понимаю, Ольга, что в душе вы на стороне дочери, но не решаетесь ей в этом признаться? (3)

Клиент: Мне кажется, от этого будет ещё хуже. Я теперь и так боюсь за неё, она стала очень нервной. А свекровь, конечно, во всем обвиняет меня, говорит, что я её распустила.

Консультант: Ольга, я услышала, что вы тратите много усилий на то, чтобы сохранить мир в семье, но получается, что свекровь обвиняет вас, а состояние дочери вызывает у вас тревогу. Могли бы вы сказать, чего вы хотели бы от нашего разговора, в чем вам нужна помощь.

Клиент: Может, вы могли бы мне подсказать, что я могу сделать, чтобы помочь дочери?

Консультант: То есть больше всего вас беспокоит состояние дочери.

Клиент: Вообще-то, конечно, свекровь меня волнует гораздо меньше. Я — мать, я должна защитить свою дочь и не могу этого сделать.

Консультант: А до сих пор вы могли защитить её от всего? Наверняка ведь она болела, ссорилась со сверстниками, получала плохие оценки, обижалась на учителей. Вы могли её от этого оградить?

Клиент: Нет, конечно, это жизнь...

Консультант: И в этой жизни вы ей как-то помогали.

Клиент: Да... Я понимаю, что вы имеете в виду... Просто свекровь — это стихия. И я могу сейчас сделать для дочери то, что делала раньше — просто обнять её и держать её за руку, когда ей плохо.

Кейс №2 «Самораскрытие»

Клиент рассказывала консультанту о том, что в последнее время на нее навалилось слишком много неприятностей и что ей постоянно хочется отдохнуть и отвлечься от всего происходящего. В то же время она испытывает угрызения совести, так как слишком много думает о себе и не может уделить должного внимания своим детям, которые нуждаются в ее поддержке.

Отрывок из сессии начинающего психолога:

«Клиент. Я не понимаю, что происходит вокруг меня... но в тот день, в добавление ко всему прочему, у меня еще украли кошелек... вытащили из сумки. Я собралась платить в магазине, а денег нет...

Начинающий консультант. Вы обнаружили, что кошелек пропал?

Клиент. Ну да... я обнаружила это именно в магазине в тот момент, когда подошла моя очередь оплачивать покупки... не раньше и не позже... когда я пришла домой, я чувствовала себя опустошенной. Почему именно со мной все это происходит? Почему именно сейчас? Не знаю... не знаю... Я настолько расстроилась, что закрылась в ванной и молча сидела минут двадцать, чтобы никто меня не трогал. Я понимаю, что это ужасно, но я ничего больше не хотела делать.

Начинающий консультант. Я вас прекрасно понимаю. У меня тоже украли кошелек три дня назад. (Пауза). Давайте продолжим... Чем же закончилась вся эта история?»

Комментарии

Комментарии студентов к данному отрывку могут быть следующими: перифразирование, сделанное консультантом («Вы обнаружили, что кошелек пропал»), побуждает клиента

продолжать рассказ. Момент для самораскрытия выбран подходящий. Клиент начал обвинять себя в своих действиях, и поддержка консультанта в этом случае была уместной.

Самораскрытие консультанта сделано достаточно лаконично, но отрицательным моментом является то, что консультант просто констатировал факт («У меня тоже украли кошелек») без объяснения своих чувств или ссылок на свои действия или поступки. Можно было бы добавить: «И я тоже чувствовал себя расстроенным» или «И я тоже ни с кем не хотел общаться». Фраза «Я вас прекрасно понимаю...» звучит несколько снисходительно. Можно было бы сказать это немного деликатнее, например: «Мне кажется, что я вас хорошо понимаю», или «Я думаю, что я понимаю ваши чувства», или «Ваши чувства мне знакомы» (если это действительно так).

Следующим положительным моментом самораскрытия консультанта является то, что он сразу же вернулся к разговору о проблеме клиента.

Кейс № 3 «Самораскрытие»

Клиентка жаловалась консультанту на трудности во взаимоотношениях с ее сыном.

Инструкция: Отрывок из сессии и три варианта самораскрытия консультанта приводятся ниже. Выберите наиболее приемлемый вариант самораскрытия и прокомментируйте остальные варианты, затронув как положительные, так и отрицательные моменты. Что консультанту следовало сделать по-другому?

«Клиент. Мой сын никогда не вытирает ноги, когда приходит домой с улицы. К тому же он, как правило, либо бежит в грязных ботинках на второй этаж... Вы понимаете куда... в туалет, конечно же, либо срочно включает телевизор в большой комнате. Следы по всему дому... Это раздражает меня. И когда я выхожу из себя, я начинаю кричать. На этом наши хорошие отношения заканчиваются...»

Консультант.

А. О, мой сын тоже не любит вытирать ноги, но я приучила его к порядку. Не вытираешь ноги, снимай ботинки, прежде чем идти в спальню, и все следы на ковре чисть сам.

Б. Меня тоже раздражает, когда кто-то не вытирает ноги, перед тем как войти в квартиру. Чтобы я имела полное представление о том, как все происходит, не могли бы вы привести пример одной из ваших ссор?

В. Я прекрасно вас понимаю. Вчера мой муж ремонтировал машину перед домом, а потом помыл ее и в грязных ботинках прошел в кухню, чтобы сделать себе чай. По пути на кухню он включил телевизор в большой комнате... проверил время. После этого я оттирала ковер и мыла пол на кухне. Он же занят с машиной. Прямо как у вас. Так на чем мы с вами остановились?

Комментарий к примерам самораскрытия

Вариант А звучит как наставление и указание одного из примеров решения проблемы. Но проблема клиента раскрыта консультантом недостаточно точно и решение, предложенное им, не подходит для клиента.

В примере проблема клиентки вовсе не в том, что сын не вытирает ноги, а в том, что ей трудно сохранять хорошие отношения с ним.

Достоинством примеров является то, что самораскрытие сделано в краткой форме.

В варианте Б самораскрытие сделано в краткой форме и консультант сразу же продолжил разговор о трудностях клиента. Делая самораскрытие, консультант поддерживает клиента, показывая ему, что подобные чувства могут возникать и у других людей и это нормально. Данный вариант наиболее приемлем.

В варианте В консультант слишком увлекся своим рассказом и на время забыл о клиенте. К тому же опыт консультанта нерелевантен проблеме клиента. В данном варианте консультант потратил время впустую и увел клиента в сторону от решения его проблемы.

Положительным моментом является то, что консультант делает переход от своего рассказа к проблеме клиента: задает вопрос или предлагает вернуться к продолжению обсуждения.

Кейс № 4 «Самораскрытие»

Клиентка жаловалась консультанту на то, как ее эмоционально «выматывает» работа.

Инструкция: Отрывок из сессии и три варианта самораскрытия консультанта приводятся ниже. Выберите наиболее приемлемый вариант самораскрытия и прокомментируйте остальные варианты, затронув как положительные, так и отрицательные моменты. Что консультанту следовало сделать по-другому?

«Клиент. Я танцую на сцене уже третий год, но каждый раз, перед каждым выступлением у меня трясутся руки и ноги... внутри все переворачивается... и мне кажется, что еще одна секунда — и я упаду... и мне больше никогда не дадут хорошую роль...»

Консультант.

А. Я тоже выступала на сцене, когда училась в музыкальной школе. Перед каждым своим выступлением я обычно съедала шоколадку или шоколадный батончик, на худой конец. Знаете, помогало.

Б. Когда я только начала работать, я тоже очень волновалась перед тем, как выступать перед аудиторией... Но я думаю, что в процессе совместной работы мы сможем снизить ваши неприятные чувства.

В. Я знаю, что вы имеете в виду. Когда я была студенткой, я занималась балльными танцами. Один раз мой партнер опаздывал на выступление. Я до сих пор не могу забыть эти страшные минуты ожидания. Я все думала: «Вдруг не придет, вдруг не придет». А я потратила столько денег на то, чтобы сшить красивый костюм и сделать приличный макияж. Итак, давайте продолжим разговор о ваших выступлениях.

Комментарий к примерам самораскрытия

Вариант А звучит как наставление и указание одного из примеров решения проблемы. Но проблема клиента раскрыта консультантом недостаточно точно и решение, предложенное им, не подходит для клиента.

В примере проблема клиентки более серьезная, чем представляет консультант. Это ее каждодневная работа, от которой она эмоционально устает.

Достоинством примеров является то, что самораскрытие сделано в краткой форме.

В варианте Б самораскрытие сделано в краткой форме и консультант сразу же продолжил разговор о трудностях клиента. Делая самораскрытие, консультант поддерживает клиента, показывая ему, что подобные чувства могут возникать и у других людей и это нормально. Данный вариант наиболее приемлем.

В варианте В консультант слишком увлекся своим рассказом и на время забыл о клиенте. К тому же опыт консультанта нерелевантен проблеме клиента. В данном варианте консультант потратил время впустую и увел клиента в сторону от решения его проблемы.

Положительным моментом является то, что консультант делает переход от своего рассказа к проблеме клиента: задает вопрос или предлагает вернуться к продолжению обсуждения.

Кейс № 5 «Самораскрытие»

Клиентка жаловалась консультанту на то, что с возрастом она становится все более и более раздражительной.

Инструкция: Отрывок из сессии и три варианта самораскрытия консультанта приводятся ниже. Выберите наиболее приемлемый вариант самораскрытия и прокомментируйте остальные варианты, затронув как положительные, так и отрицательные моменты. Что консультанту следовало сделать по-другому?

«Клиент. Я не могу смотреть телевизионные программы... Реклама, которая прерывает фильм на самом интересном месте, просто выводит меня из себя... Вы даже не представляете, каково моим близким... Мне кажется, что они перестанут смотреть телевизор только из-за того, чтобы не видеть, как я нервничаю...»

Консультант.

А. Я раньше тоже не любила смотреть рекламу по телевизору, но я нашла выход из положения. Теперь во время рекламы я делаю себе что-нибудь приятное. Например, звоню подруге.

Б. Честно говоря, меня тоже иногда раздражает, когда фильм прерывается на самом интересном месте. В каких еще ситуациях вы испытываете подобные чувства?

В. Да, да, знакомая картина. Два дня назад я села смотреть телевизор, и что вы думаете, фильм был очень скучный. Но я настроилась его смотреть... Очень жалею об этом, потому что потратила столько времени впустую, да еще, как вы говорите, никчемная реклама... Я вас прекрасно понимаю. Итак, давайте продолжим нашу беседу.

Комментарий к примерам самораскрытия

Вариант А звучит как наставление и указание одного из примеров решения проблемы. Но проблема клиента раскрыта консультантом недостаточно точно и решение, предложенное им, не подходит для клиента.

В примере проблема клиентки не только в том, что она не любит рекламу, но и в том, что она считает себя раздражительной.

Достоинством примеров является то, что самораскрытие сделано в краткой форме.

В варианте Б самораскрытие сделано в краткой форме и консультант сразу же продолжил разговор о трудностях клиента. Делая самораскрытие, консультант поддерживает клиента, показывая ему, что подобные чувства могут возникать и у других людей и это нормально. Данный вариант наиболее приемлем.

В варианте В консультант слишком увлекся своим рассказом и на время забыл о клиенте. К тому же опыт консультанта нерелевантен проблеме клиента. В данном варианте консультант потратил время впустую и увел клиента в сторону от решения его проблемы.

Положительным моментом является то, что консультант делает переход от своего рассказа к проблеме клиента: задает вопрос или предлагает вернуться к продолжению обсуждения.

Критерии оценки решения кейсов:

Отлично: Кейс решен правильно, дано развернутое пояснение и обоснование сделанного заключения. Студент свободно владеет терминологией. При разборе предложенной ситуации проявляет творческие способности, знание дополнительной литературы. Способен при обосновании своего мнения свободно проводить аналогии между темами курса.

Хорошо: Кейс в целом решен правильно, имеются незначительные недочеты, дано пояснение и обоснование сделанного заключения. Студент свободно владеет научной терминологией. Демонстрирует хорошие аналитические способности.

Удовлетворительно: Кейс в целом решен правильно, но пояснение и обоснование сделанного заключения было дано при активной помощи преподавателя. Допускает существенные ошибки при установлении логических взаимосвязей, допускает ошибки при использовании научной терминологии.

Неудовлетворительно: Кейс решен неправильно, обсуждение и помощь преподавателя не привели к правильному заключению. Обнаруживает неспособность к построению самостоятельных заключений.

Практические задания для СРС:

Задание для СРС №1

Рефлексивный дневник. Студент фиксирует, чему научился на занятии, опираясь на следующие вопросы самоанализа:

- «С какими новыми теоретическими понятиями познакомился»
- «Какие навыки развивали в ходе практических занятий»
- «Что мне удалось сделать лучше, чем делал раньше»

- «Над чем мне стоит еще работать и как я это планирую сделать»

Критерии оценки рефлексивного дневника

«Зачтено» студент самостоятельно выполнил задание, развернуто ответил на поставленные вопросы, для ответа на поставленные вопросы использовал изученные литературные источники, полученные опыт на занятиях, сделал выводы;

«Незачтено» Работа студента не соответствует критериям

Задание для СРС № 2

Студентам предлагается посмотреть фильм «Целитель Адамс» (США, режиссёр Том Шедьяк, 1998) и письменно ответить на вопросы:

- Какие приемы использовал главный герой при установлении контакта с друзьями, коллегами, клиентами, незнакомыми людьми? Опишите феномены, проявляющиеся при поддержании контакта.
- Какие вопросы возникают у Вас после просмотра фильма? Как это согласуется с Вашей мировоззренческой и профессиональной позицией?

Критерии оценки задания

«Зачтено» студент самостоятельно выполнил задание, развернуто ответил на поставленные вопросы, для ответа на поставленные вопросы использовал фрагменты/ цитаты из фильма, отразил собственную точку зрения и личный опыт, сделал выводы;

«Незачтено» Работа студента не соответствует критериям

Задание для СРС № 3

Рефлексивный дневник. Написать

- «Зачем нужен навык слушания консультанту»
- «В каких ситуациях можно тренировать навык слушания»
- «Описать 5-7 ситуаций, в которых был реализован навык слушания»

Критерии оценки рефлексивного дневника

Критерии оценки:	Оценка
Студент может описать не менее 5 причин формирования навыка, определить 4-6 ситуации, в которых можно формировать навык, описать 5-7 ситуаций, в которых был реализован навык	<i>отлично</i>
Студент может описать не менее 4 причин формирования навыка, определить 3-4 ситуации, в которых можно формировать навык, описать 3-4 ситуаций, в которых был реализован навык	<i>хорошо</i>
Студент может описать не менее 3 причин формирования навыка, определить 2-3 ситуации, в которых можно формировать навык, описать 2-3 ситуаций, в которых был реализован навык	<i>удовлетворительно</i>
Студент может описать менее 3 причин формирования навыка, определить менее 2 ситуаций, в которых можно формировать навык, описать менее 2 ситуаций, в которых был реализован навык	<i>неудовлетворительно</i>

Задание для СРС № 4

«Техники активного слушания и позитивной поддержки клиента». Задание студентам:

- Ознакомиться и отработать на учебном клиенте техники задавания вопросов (таблица рассылается студентам в электронном виде)

Таблица «Виды и формулировка вопросов»

Виды	Определение	Как это сделать
------	-------------	-----------------

Открытые вопросы	Вопросы, предполагающие развернутый ответ	Начинайте вопрос со слов: Что? Как? Почему? Каким образом? При каких условиях?
Закрытые вопросы	Вопросы, предполагающие однозначный ответ, сообщение точной даты, названия. Указания на количество чего-либо или ответы «да» или «нет».	Это произошло в ...? Вы уверены, что....? Вы убеждены в том, что ...
Альтернативные вопросы	Вопросы в формулировках которых содержатся варианты ответов	Вы предпочитаете, чтобы я Вам просто рассказывал или будете задавать вопросы?

- Ознакомиться и отработать на учебном клиенте техники активного слушания (таблица рассылается студентам в электронном виде)

Таблица «Умение слышать (техники активного слушания)

Коммуникативные техники	Определения	Как это сделать?
<i>Поощрение</i>	Выражение интереса Поощрить другого человека говорить	Да-да...", "Я вас слушаю", "Очень интересно", "Не могли бы вы рассказать мне об этом больше?"
<i>Повторение</i>	Дословное воспроизведение, цитирование сказанного партнером	Насколько я Вас понял ... (цитата) Повторите дословно слова партнера. Повторите с вопросительной интонации одно или два слова, произнесенные партнером
<i>Перефразирование</i>	Краткая передача сути высказывания партнера	Старайтесь лаконично сформулировать сказанное партнером. Следуйте логике партнера, а не собственной логике.
<i>Интерпретация (выяснение)</i>	Высказывание предположения об истинном значении сказанного или о причинах и целях высказывания партнера	1. Задавайте уточняющие вопросы: - <i>Вы, наверное, говорите это потому, что... - по-видимому, Вы хотите, чтобы ...</i> 2. Используйте технику пробных вопросов или условных гипотез: - <i>А может быть так, что вы хотели бы...</i> - <i>А может быть так, что для Вас важнее</i>
<i>Резюмирование</i>	Формулирование наиболее существенных мыслей, идей, суждений. Проверка понимания	Самым важным для Вас... Это самое существенное из сказанного Вами... Если подвести итог, то...

- Сформулировать свой вариант ответа с использованием техники перефразирования на фразу: «Девочки, с которыми я училась были очень искренними в проявлении своих чувств, добрыми. Они подарили мне тепло человеческих отношений, в них я так нуждалась, а я с удовольствием делилась с ними знаниями»
- Сформулировать свой вариант ответа с использованием техники отражения чувств на фразу: Не знаю, что и делать. Я так боюсь ошибиться и сделать что-то неправильно. (*Мать, воспитывающая семилетнего сына в одиночку*)

Критерии оценки задания:

Отлично: Все реплики психолога, которые способствуют структурированию предмета профессионального взаимодействия выделены верно

Хорошо: Не менее 12 реплик психолога, которые способствуют структурированию предмета профессионального взаимодействия выделены верно.

Удовлетворительно : Не менее 10 реплик психолога, которые способствуют структурированию предмета профессионального взаимодействия выделены верно

Неудовлетворительно: Менее 10 реплик психолога, которые способствуют структурированию предмета профессионального взаимодействия выделены верно

Задание для СРС № 5

Выполнение задания предполагает самостоятельную разработку упражнения, которое может быть включено в тренинг. Студент должен методические указания проведения упражнения и должен быть готов проводить на группе демо-версию своего упражнения, объясняя его суть и концептуальную идею.

Критерии оценки упражнения:

1. Концептуальность (возможность вписать упражнение в общую канву тренинга навыков);
2. Оригинальность и самостоятельность разработки;
3. Наличие графической модели, обосновывающей упражнение;
4. Содержание тренерской технологии;
5. Содержание клиентской технологии;
6. Умение работать с группой при проведении предложенного упражнения.

Содержание разработанного упражнения оценивается по шкале «зачтено-незачтено»:

«Зачтено» упражнение является оригинальным, содержит в себе все необходимые технологические элементы, допускается отсутствие графической модели;

«Незачтено» упражнение не содержит хотя бы один необходимый элемент кроме графической модели упражнения;

Задание для СРС № 6

Подготовка реферата на тему «Обратная связь как коммуникативный инструмент»

Выполнение задания предполагает самостоятельную разработку темы: «Обратная связь обратная связь как коммуникативный инструмент».

Критерии оценки задания:

«Зачтено» - студент глубоко изучил выбранную тему, проанализировал степень изученности состояния проблемы. Раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Использует современные результаты и научные факты в работе, владеет научным и специальным аппаратом. Материал изложен грамотно и логично. Структура работы и оформление реферата в соответствии со стандартом.

«Не зачтено» - студент представил поверхностный анализ выбранной темы, использовал интернет источники популярных сайтов, не представил собственного взгляда по выбранной теме. Не владеет научным и специальным аппаратом. Структура работы и оформление реферата не соответствует стандарту.

Задание для СРС № 7

Студентам предлагается написать эссе на тему «Как я планирую использовать опыт, полученный на тренинге».

Рекомендации по написанию эссе.

Эссе – это прозаическое сочинение небольшого объема и свободной композиции, выражающее индивидуальные впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендующее на определяющую или исчерпывающую трактовку предмета. Психологическое эссе предполагает субъективно окрашенную точку зрения, внутренние размышления о собственных сильных сторонах как практика, полученном опыте, «точках роста» и конкретных действий по развитию своих навыков. В эссе важно указать, какой опыт студент приобрел в тренинге, и как может использовать его в будущем; может ли он использовать полученный опыт в повседневной жизни и каким образом; планирует ли развивать и совершенствовать навыки консультанта и как это планирует делать

Критерии оценки задания:

«Зачтено» студент самостоятельно выполнил задание, развернуто ответил на поставленные вопросы, для ответа на поставленные вопросы использовал изученные литературные источники, полученные опыт на занятиях, сделал выводы;

«Незачтено» Работа студента не соответствует критериям

Типовые задания для проведения тестирования

1. Перед вами формулировки вопросов. Напишите, к какой форме вопросов (открытый; закрытый; альтернативный) относится каждый из примеров, приведенных ниже

Формулировка вопроса
«Вы предпочитаете, чтобы я Вам рассказывал, или будете задавать вопросы?»
«Вам понравилась еда?»
«Вы сможете начать работу над проектом сейчас или после отпуска?»
«Какой результат Вас бы устроил?»

Форма вопроса

2. Подчеркните неверное утверждение

Задавать вопросы важно, чтобы:

- получить необходимую информацию/ прояснить интересы собеседника;
- активизировать собеседника;
- выказать внимание к собеседнику и показать готовность выслушать;
- перевести разговор в нужное русло;
- перейти от диалога в общении к монологу;
- прояснить проблемную ситуацию;
- закрепить промежуточные результаты переговоров;

3. Назовите, ограничения какой формы вопросов представлены ниже:

- Могут увести «в сторону», если они не относятся к теме
- Собеседник может плохо формулировать собственные мысли и можно не добиться цели
- Человек может испытывать дискомфорт во время разговора, если ему сложно давать развернутые ответы

Ваш ответ: _____

4. Верно ли утверждение: «не признается некорректным вопрос, если используются слова/термины, значение которых собеседник не знает»

- а) да
- б) нет

5. Невербальное поведение осуществляется с помощью широкого спектра средств. Установите соответствие между средствами невербальной коммуникации и той группой, к которой они относятся в классификации по воспринимающему их органу чувств

Следующие средства невербальной коммуникации
мимика, жесты, поза, походка, взгляд, одежда
темп, тембр, громкость, динамические характеристики (быстрота) речи, интонация
запах тела, косметики, парфюмерии
прикосновения, объятия, толчки, похлопывания

Принадлежат группе
ольфакторные средства невербального общения
тактильно-кинестические средства невербального общения
акустические средства невербального общения
визуальные средства невербального общения

6. Информационное значение взгляда связано с его направлением на «географическую» зону лица и тела собеседника. Выберите (подчеркните) из предложенных вариантов, о каком "типе" взгляда идет речь: "...устремленный ниже уровня глаз собеседника. Устремлен в область между глазами и ртом собеседника. Данный тип взгляда способствует созданию атмосферы непринужденного общения

- а) Деловой взгляд
- б) Светский взгляд
- в) Интимный взгляд

7. Верно ли утверждение: "если информация, поступающая по невербальному каналу (движения, голос, расположение в пространстве и др.), противоречит информации, полученной по вербальному (что говорит), то люди верят невербальным средствам общения"

- а) Да
- б) Нет

8. Невербальное поведение осуществляется с помощью широкого спектра средств. Отметьте, к какой группе невербальных средств общения (по Лабунской В.А.) относятся следующие сигналы: поза, жесты, походка, взгляд, мимика

- а) Кинесика
- б) Экстралингвистика
- в) Такесика
- г) Проксемика

9. Подчеркните верное утверждение. Умение слушать – это:

- а) поощряющее отношение к говорящему, «подталкивающее» его продолжать акт общения
- б) незначительное воздействие на говорящего, способствующее развитию мысли последнего
- в) все варианты верны

10. Выберите, о каком приеме активного слушания идет речь: формулирование высказанной говорящим мысли другими словами, что способствует проверке правильности понимания: «Если я не ошибаюсь, вы считаете, что...».

- а) Резюмирование
- б) Эхо
- в) Перефразирование (парафраз содержания)
- г) Парафраз чувств
- д) Выяснение
- е) Нет верного ответа

11. Определите, какой базовый навык психологического консультирования представлен в данном примере:

Консультант: «Похоже, что вы испытываете чувство стыда всякий раз, когда кто-то оценивает вас»

- а) Резюмирование
- б) Эхо
- в) Перефразирование (парафраз содержания)
- г) Парафраз чувств
- д) Выяснение
- е) Нет верного ответа

12. Определите, какой базовый навык психологического консультирования представлен в данном примере: *Консультант:* «В ваших описаниях семейных отношений, школьных переживаний и отношений на работе я слышу ощущение провала и разочарования».

- а) Резюмирование
- б) Эхо
- в) Перефразирование (парафраз содержания)
- г) Парафраз чувств
- д) Выяснение
- е) Нет верного ответа

13. Подчеркните, какие из перечисленных ниже целей раскрытия консультантом собственных чувств называют А.А. Бадхен, А.М. Родина?

- а) Создание атмосферы доверия, улучшение качества контакта.
- б) Облегчение клиенту доступа к собственным переживаниям, которые ему по разным причинам трудно признать. Например, когда консультант делится чувством гнева, которое возникает у него при рассказе клиента о совершенном над ним насилии, это может помочь клиенту выразить его собственный гнев.
- в) Сообщение о чувствах консультанта может помочь клиенту глубже понять природу его затруднений.
- г) Нет верного ответа

14. Верно ли утверждение: «техника самораскрытия может использоваться лишь при наличии хорошего контакта с клиентом»?

- а) Да
- б) Нет

15. Выберите верный ответ. Эффективной позицией взаимодействующих в консультировании является:

- а) На равных
- б) Сверху вниз
- в) Снизу вверх
- г) Ни один ответ не верен

16. Верно ли утверждение: «Оказывая психологическую поддержку, необходимо следить за тем, чтобы вербальные и невербальные реакции психолога не вызывали чувство диссонанса, не казались навязчивыми или стереотипными, а сам он был искренним и откровенным в своем желании выслушать и понять собеседника»

- а) Да
- б) Нет

Критерии оценки задания: каждый вопрос тест оценивается в 1 балл

50—60 % правильных ответов — «отлично».

40—49% правильных ответов — «хорошо».

30—39% правильных ответов — «удовлетворительно».

Таблица соответствия контрольных мероприятий, компетенций и индикаторов их достижения

Контрольное мероприятие	Индикатор освоения компетенции
<i>Работа на практических занятиях</i>	ПК – 5.1; ПК – 5.2; И-ОПК–9.1; И-ОПК – 9.2;
<i>Анализ ситуаций</i>	И-ОПК–9.1; И-ОПК – 9.2;
<i>Тест</i>	И-ОПК – 9.2;
<i>Задание для СРС-1</i>	И-ОПК – 9.2;
<i>Задание для СРС-2</i>	И-ОПК–9.1; И-ОПК – 9.2;
<i>Задание для СРС-3</i>	И-ОПК – 9.2;
<i>Задание для СРС-4</i>	ПК – 5.1; ПК – 5.2; И-ОПК–9.1; И-ОПК – 9.2;
<i>Задание для СРС-5</i>	ПК – 5.1; ПК – 5.2; И-ОПК–9.1; И-ОПК – 9.2;
<i>Задание для СРС-6</i>	И-ОПК – 9.2;
<i>Задание для СРС-7</i>	И-ОПК – 9.2;

2. Список вопросов и (или) заданий для проведения промежуточной аттестации **Вопросы для зачета по дисциплине:**

Промежуточная аттестация по курсу проводится в форме зачета, который может быть получен студентами по итогам выполнения самостоятельных работ, а также - работы в ходе практических занятий.

В случае необходимости зачет может быть проведен в форме собеседования по следующим вопросам.

1. Вербальные и невербальные средства коммуникации.
2. Значение невербальной стороны общения для психологического консультирования. Функции невербальной коммуникации.
3. Назовите формы нереплексивного (пассивного, неактивного) слушания. Какие реплики и фразы являются примером пассивного слушания (перечислите не менее четырех примеров)?
4. В чем заключается отличие активного слушания от пассивного (нереплексивного) слушания? Перечислите основные формы активного слушания (виды рефлексивных ответов).
5. Вопрос как инструмент в работе психолога-консультанта. Виды вопросов.
6. Формы работы психолога-консультанта над повышением своего профессионального мастерства.
7. Информирование клиента как действенным методом психологической помощи
8. Навыки поддержания консультативного контакта. Организационные аспекты консультирования
9. Отражение чувств клиента как навык консультирования. Цели отражения чувств клиента
10. Отражение собственных чувств консультанта. Возможности и ограничения. Цели отражения собственных чувств консультанта.
11. Как обеспечивается создание условий безопасности, принятия и доверия во процессе психологического консультирования
12. Навыки поддержания консультативного контакта
13. Завершение отношений консультирования. Завершение отдельных сессий

Правила выставления оценки на зачете

Оценка «Зачтено» выставляется студенту, который демонстрирует владение содержанием материала и понятийным аппаратом психологических аспектов управления конфликтом; осуществляет межпредметные связи; умеет связывать теорию с практикой. Студент дает развернутые и четкие ответы на вопросы, соблюдает логическую последовательность при изложении материала. Грамотно использует терминологию.

Оценка «Не зачтено» выставляется студенту, который демонстрирует разрозненные, бессистемные знания; беспорядочно и неуверенно излагает материал; не умеет выделять главное и второстепенное, не умеет соединять теоретические положения с практикой, не устанавливает межпредметные связи; допускает грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, явлений, вследствие непонимания их существенных и несущественных признаков и связей; дает неполные ответы, логика и последовательность изложения которых имеют существенные и принципиальные нарушения, в ответах отсутствуют выводы. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответов студента. На основную часть дополнительных вопросов студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы.

Оценка «Не зачтено» выставляется также студенту, который взял экзаменационный билет, но отвечать отказался.

Критерии оценивания степени овладения знаниями, умениями, навыками и (или) опытом деятельности, определяющие уровни сформированности компетенций

Пороговый уровень:

- владение основным объемом знаний по программе дисциплины;
- знание основной терминологии психологии мотивации, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы без существенных ошибок;
- владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в решении практических задач;
- способность самостоятельно применять типовые решения в рамках рабочей программы дисциплины;
- усвоение основной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- знание базовых мотивационных теорий, концепций и направлений по изучаемой дисциплине;
- самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий.

Продвинутый уровень:

- достаточно полные и систематизированные знания в объеме программы дисциплины;
- использование основной терминологии данной области знаний, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;
- владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно решать практические задачи (проблемы) в рамках рабочей программы дисциплины;
- усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку;
- самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

Высокий уровень:

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам дисциплины;
- точное использование терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;
- безупречное владение инструментарием дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно и творчески решать сложные задачи (проблемы) в рамках рабочей программы дисциплины;
- полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной рабочей программой дисциплины;
- умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им критическую оценку;
- активная самостоятельная работа на практических и лабораторных занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

Описание процедуры выставления оценки

В зависимости от уровня сформированности каждой компетенции по окончании освоения дисциплины студенту выставляется оценка.

Оценка «зачтено» выставляется студенту, у которого формируемые дисциплиной элементы компетенций ОПК-9, ПК-5 сформированы на высоком, продвинутом или пороговом уровне

Оценка «Не зачтено» выставляется студенту, у которого формируемые дисциплиной элементы компетенций ОПК-9, ПК-5 сформированы ниже, чем на пороговом уровне.

Приложение №2 к рабочей программе дисциплины «Тренинг «Навыки психолога – консультанта»

Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Рекомендации по подготовке рефератов

Реферат — письменная работа объемом 10-18 печатных страниц, выполняемая студентом в течение длительного срока (от одной недели до месяца).

Реферат (от лат. *referre* — докладывать, сообщать) — краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе одной или нескольких книг, монографий или других первоисточников. Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу. Реферат — не механический пересказ работы, а изложение ее сущности.

В настоящее время, помимо реферирования прочитанной литературы, от студента требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу. Тему реферата может предложить преподаватель или сам студент, в последнем случае она должна быть согласована с преподавателем. Содержание реферируемого произведения излагается объективно от имени автора. Если в первичном документе главная мысль сформулирована недостаточно четко, в реферате она должна быть конкретизирована и выделена.

Функции реферата: информативная (ознакомительная); поисковая; справочная; сигнальная; индикативная; адресная коммуникативная.

Требования к языку реферата: он должен отличаться точностью, краткостью, ясностью и простотой.

Структура реферата:

1. Титульный лист
2. После титульного листа на отдельной странице следует оглавление (план, содержание), в котором указаны названия всех разделов (пунктов плана) реферата и номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте реферата.
3. После оглавления следует введение. Объем введения составляет 1,5-2 страницы.
4. Основная часть реферата может иметь одну или несколько глав, состоящих из 2-3 параграфов (подпунктов, разделов) и предполагает осмысленное и логичное изложение главных положений и идей, содержащихся в изученной литературе. В тексте обязательны ссылки на первоисточники. В том случае если цитируется или используется чья-либо неординарная мысль, идея, вывод, приводится какой-либо цифрой материал, таблицу - обязательно сделайте ссылку на того автора у кого вы взяли данный материал.
5. Заключение содержит главные выводы, и итоги из текста основной части, в нем отмечается, как выполнены задачи и достигнуты ли цели, сформулированные во введении.
6. Приложение может включать графики, таблицы, расчеты.
7. Библиография (список литературы) здесь указывается реально использованная для написания реферата литература. Список составляется согласно правилам библиографического описания

Этапы работы над рефератом.

Работу над рефератом можно условно подразделить на три этапа:

1. Подготовительный этап, включающий изучение предмета исследования;
2. Изложение результатов изучения в виде связного текста;
3. Устное сообщение по теме реферата.

Подготовительный этап работы.

Формулировка темы.

Подготовительная работа над рефератом начинается с формулировки темы. Тема в концентрированном виде выражает содержание будущего текста, фиксируя как предмет исследования, так и его ожидаемый результат. Для того чтобы работа над рефератом была успешной, необходимо, чтобы тема заключала в себе проблему, скрытый вопрос (даже если наука уже давно дала ответ на этот вопрос, студент, только знакомящийся с соответствующей областью знаний, будет вынужден искать ответ заново, что даст толчок к развитию проблемного, исследовательского мышления).

Поиск источников.

Грамотно сформулированная тема зафиксировала предмет изучения; задача студента — найти информацию, относящуюся к данному предмету и разрешить поставленную проблему. Выполнение этой задачи начинается с поиска источников. На этом этапе необходимо вспомнить, как работать с энциклопедиями и энциклопедическими словарями (обращать особое внимание на список литературы, приведенный в конце тематической статьи); как работать с систематическими и алфавитными каталогами библиотек; как оформлять список литературы (выписывая выходные данные книги и отмечая библиотечный шифр).

Работа с источниками.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения. В зависимости от результатов ознакомительного чтения выбирается дальнейший способ работы с источником. Если для разрешения поставленной задачи требуется изучение некоторых фрагментов текста, то используется метод выборочного чтения. Если в книге нет подробного оглавления, следует обратить внимание ученика на предметные и именные указатели. Избранные фрагменты или весь текст (если он целиком имеет отношение к теме) требуют вдумчивого, неторопливого чтения с «мысленной проработкой» материала. Такое чтение предполагает выделение: 1) главного в тексте; 2) основных аргументов; 3) выводов. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет. Необходимо также проанализировать, какие из утверждений автора носят проблематичный, гипотетический характер и уловить скрытые вопросы. Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу. Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции — это сравнительное чтение, в ходе которого студент знакомится с различными мнениями по одному и тому же вопросу, сравнивает весомость и доказательность аргументов сторон и делает вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции.

Создание конспектов для написания реферата.

Подготовительный этап работы завершается созданием конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы). По завершении предварительного этапа можно переходить непосредственно к созданию текста реферата.

Создание текста. Общие требования к тексту.

Текст реферата должен подчиняться определенным требованиям: он должен раскрывать тему, обладать связностью и цельностью. Раскрытие темы предполагает, что в тексте реферата излагается относящийся к теме материал и предлагаются пути решения содержащейся в теме

проблемы; связность текста предполагает смысловую соотносительность отдельных компонентов, а цельность - смысловую законченность текста. С точки зрения связности все тексты делятся на тексты - констатации и тексты - рассуждения. Тексты-констатации содержат результаты ознакомления с предметом и фиксируют устойчивые и несомненные суждения. В текстах-рассуждениях одни мысли извлекаются из других, некоторые ставятся под сомнение, дается им оценка, выдвигаются различные предположения.

План реферата.

Изложение материала в тексте должно подчиняться определенному плану - мыслительной схеме, позволяющей контролировать порядок расположения частей текста. Универсальный план научного текста, помимо формулировки темы, предполагает изложение вводного материала, основного текста и заключения. Все научные работы - от реферата до докторской диссертации - строятся по этому плану, поэтому важно с самого начала научиться придерживаться данной схемы.

Требования к введению.

Введение - начальная часть текста. Оно имеет своей целью сориентировать читателя в дальнейшем изложении. Во введении аргументируется актуальность исследования, - т.е. выявляется практическое и теоретическое значение данного исследования. Далее констатируется, что сделано в данной области предшественниками; перечисляются положения, которые должны быть обоснованы. Введение может также содержать обзор источников или экспериментальных данных, уточнение исходных понятий и терминов, сведения о методах исследования. Во введении обязательно формулируются цель и задачи реферата. Объем введения - в среднем около 10% от общего объема реферата.

Основная часть реферата.

Основная часть реферата раскрывает содержание темы. Она наиболее значительна по объему, наиболее значима и ответственна. В ней обосновываются основные тезисы реферата, приводятся развернутые аргументы, предполагаются гипотезы, касающиеся существа обсуждаемого вопроса. Важно проследить, чтобы основная часть не имела форму монолога. Аргументируя собственную позицию, можно и должно анализировать и оценивать позиции различных исследователей, с чем-то соглашаться, чему-то возражать, кого-то опровергать. Установка на диалог позволит избежать некритического заимствования материала из чужих трудов - компиляции. Изложение материала основной части подчиняется собственному плану, что отражается в разделении текста на главы, параграфы, пункты. План основной части может быть составлен с использованием различных методов группировки материала: классификации (эмпирические исследования), типологии (теоретические исследования), периодизации (исторические исследования).

Заключение.

Заключение — последняя часть научного текста. В ней краткой и сжатой форме излагаются полученные результаты, представляющие собой ответ на главный вопрос исследования. Здесь же могут намечаться и дальнейшие перспективы развития темы. Небольшое по объему сообщение также не может обойтись без заключительной части - пусть это будут две-три фразы, но в них должен подводиться итог проделанной работы. Реферат любого уровня сложности обязательно сопровождается списком используемой литературы. Названия книг в списке располагают по алфавиту с указанием выходных данных использованных книг.

Требования, предъявляемые к оформлению реферата.

Объемы рефератов колеблются от 10-18 машинописных страниц. Работа выполняется на одной стороне листа стандартного формата. По обеим сторонам листа оставляются поля размером 35 мм. слева и 15 мм. справа, рекомендуется шрифт 12-14, интервал - 1,5. Все листы ре-

ферата должны быть пронумерованы. Каждый вопрос в тексте должен иметь заголовок в точном соответствии с наименованием в плане-оглавлении. При написании и оформлении реферата следует избегать типичных ошибок, например, таких:

- поверхностное изложение основных теоретических вопросов выбранной темы, когда автор не понимает, какие проблемы в тексте являются главными, а какие второстепенными,
- в некоторых случаях проблемы, рассматриваемые в разделах, не раскрывают основных аспектов выбранной для реферата темы,
- дословное переписывание книг, статей, заимствования рефератов из интернета и т.д.

Об особенностях языкового стиля реферата.

Для написания реферата используется научный стиль речи.

В научном стиле легко ощутимый **интеллектуальный фон речи создают следующие конструкции:**

Предметом дальнейшего рассмотрения является...

Остановимся прежде на анализе последней.

Эта деятельность может быть определена как...

С другой стороны, следует подчеркнуть, что...

Это утверждение одновременно предполагает и то, что...

При этом ... должно (может) рассматриваться как ...

Рассматриваемая форма...

Ясно, что...

Из вышеприведенного анализа... со всей очевидностью следует...

Довод не снимает его вопроса, а только переводит его решение...

Логика рассуждения приводит к следующему...

Как хорошо известно...

Следует отметить...

Таким образом, можно с достаточной определенностью сказать, что ...

Многообразные способы организации сложного предложения унифицировались в научной речи до некоторого количества наиболее убедительных. Лишними оказываются главные предложения, основное значение которых формируется глагольным словом, требующим изъяснения. Опускаются малоинформативные части сложного предложения, в сложном предложении упрощаются союзы. Например: *конструкции, связывающие все композиционные части схемы-модели реферата.*

- Переход от перечисления к анализу основных вопросов статьи. В этой (данной, предлагаемой, настоящей, рассматриваемой, реферируемой, названной...) статье (работе...) автор (ученый, исследователь...; зарубежный, известный, выдающийся, знаменитый...) ставит (поднимает, выдвигает, рассматривает...) ряд (несколько...) важных (следующих, определенных, основных, существенных, главных, интересных, волнующих, спорных...) вопросов (проблем...)

- Переход от перечисления к анализу некоторых вопросов. Варианты переходных конструкций:

- Одним из самых существенных (важных, актуальных...) вопросов, по нашему мнению (на наш взгляд, как нам кажется, как нам представляется, с нашей точки зрения), является вопрос о...
- Среди перечисленных вопросов наиболее интересным, с нашей точки зрения, является вопрос о...
- Мы хотим (хотелось бы, можно, следует, целесообразно) остановиться на...

- Переход от анализа отдельных вопросов к общему выводу

- В заключение можно сказать, что...
- На основании анализа содержания статьи можно сделать следующие выводы...
- Таким образом, можно сказать, что... Итак, мы видим, что...

При реферировании научной статьи обычно используется модель: автор + глагол настоящего времени несовершенного вида.

Группы глаголов, употребляемые при реферировании.

1. Глаголы, употребляемые для перечисления основных вопросов в любой статье:

Автор рассматривает, анализирует, раскрывает, разбирает, излагает (что); останавливается (на чем), говорит (о чем). Группа слов, используемых для перечисления тем (вопросов, проблем): во-первых, во-вторых, в-третьих, в-четвертых, в-пятых, далее, затем, после этого, кроме того, наконец, в заключение, в последней части работы и т.д.

2. Глаголы, используемые для обозначения исследовательского или экспериментального материала в статье: Автор исследует, разрабатывает, доказывает, выясняет, утверждает... что. Автор определяет, дает определение, характеризует, формулирует, классифицирует, констатирует, перечисляет признаки, черты, свойства...

3. Глаголы, используемые для перечисления вопросов, попутно рассматриваемых автором: (Кроме того) автор касается (чего); затрагивает, замечает (что); упоминает (о чем).

4. Глаголы, используемые преимущественно в информационных статьях при характеристике авторами события, положения и т.п.: Автор описывает, рисует, освещает что; показывает картины жизни кого, чего; изображает положение где; сообщает последние новости, о последних новостях.

5. Глаголы, фиксирующие аргументацию автора (цифры, примеры, цитаты, высказывания, иллюстрации, всевозможные данные, результаты эксперимента и т.д.): Автор приводит что (примеры, таблицы); ссылается, опирается ... на что; базируется на чем; аргументирует, иллюстрирует, подтверждает, доказывает ... что чем; сравнивает, сопоставляет, соотносит ... что с чем; противопоставляет ... что чему.

6. Глаголы, передающие мысли, особо выделяемые автором: Автор выделяет, отмечает, подчеркивает, указывает... на что, (специально) останавливается ... на чем; (неоднократно, несколько раз, еще раз) возвращается ... к чему. Автор обращает внимание... на что; уделяет внимание чему сосредоточивает, концентрирует, заостряет, акцентирует... внимание ...на чем.

7. Глаголы, используемые для обобщений, выводов, подведения итогов: Автор делает вывод, приходит к выводу, подводит итоги, подытоживает, обобщает, суммирует ... что. Можно сделать вывод...

8. Глаголы, употребляющиеся при реферировании статей полемического, критического характера:

- передающие позитивное отношение автора: Одобрять, защищать, отстаивать ... что, кого; соглашаться с чем, с кем; стоять на стороне ... чего, кого; разделять (чье) чужие; доказывать ... что, кому; убеждать ... в чем, кого.

- передающие негативное отношение автора: Полемизировать, спорить с кем (по какому вопросу, поводу), отвергать, опровергать; не соглашаться ... с кем, с чем; подвергать... что чему (критике, сомнению, пересмотру), критиковать, сомневаться, пересматривать; отрицать; обвинять... кого в чем (в научной недобросовестности, в искажении фактов), обличать, разоблачать, бичевать.

При проверке реферата преподавателем оцениваются:

1. Знания и умения на уровне требований стандарта конкретной дисциплины: знание фактического материала, усвоение общих представлений, понятий, идей.

2. Характеристика реализации цели и задач исследования (новизна и актуальность поставленных в реферате проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования, правильность выбора методов решения задач и реализации цели; соответствие выводов решаемым задачам, поставленной цели, убедительность выводов).
3. Степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, логичность и последовательность изложения материала, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, широта кругозора автора, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению).
4. Качество и ценность полученных результатов (степень завершенности реферативного исследования, спорность или однозначность выводов).
5. Использование литературных источников.
6. Культура письменного изложения материала.
7. Культура оформления материалов работы.

Рекомендации по выполнению СРС, задания для СРС

В рамках освоения курса студенты реализуют следующие виды самостоятельной работы:

Подготовка к текущим семинарским занятиям.

Подготовка к текущим семинарским занятиям предполагает работу с рекомендованной преподавателем литературой. Поскольку практические (семинарские) занятия проводятся в активной форме и не предполагают репродуктивного воспроизведения материала, для участия в семинарских занятиях необходимо усвоение и понимание изучаемых концепций. Для этого студенту рекомендуется не только прочесть, но и законспектировать предложенную литературу с выделением наиболее значимых позиций и положений. Каждое семинарское занятие начинается с обсуждения сложных и не до конца понятных студенту моментов, во время которого студент может задать интересующие его вопросы.

Грамотная работа с книгой, особенно если речь идет о научной литературе, предполагает соблюдение ряда правил, овладению которыми необходимо настойчиво учиться. Организуя самостоятельную работу студентов с книгой, преподаватель обязан настроить их на серьезный, кропотливый труд.

Прежде всего, при такой работе невозможен формальный, поверхностный подход. Не механическое заучивание, не простое накопление цитат, выдержек, а сознательное усвоение прочитанного, осмысление его, стремление дойти до сути — вот главное правило. Другое правило — соблюдение при работе над книгой определенной последовательности. Вначале следует ознакомиться с оглавлением, содержанием предисловия или введения. Это дает общую ориентировку, представление о структуре и вопросах, которые рассматриваются в книге. Следующий этап — чтение. Первый раз целесообразно прочитать книгу с начала до конца, чтобы получить о ней цельное представление. При повторном чтении происходит постепенное глубокое осмысление каждой главы, критического материала и позитивного изложения, выделение основных идей, системы аргументов, наиболее ярких примеров и т. д.

Непременным правилом чтения должно быть выяснение незнакомых слов, терминов, выражений, неизвестных имен, названий. Немало студентов с этой целью заводят специальные тетради или блокноты. Важная роль в связи с этим принадлежит библиографической подготовке студентов. Она включает в себя умение активно, быстро пользоваться научным аппаратом книги, справочными изданиями, каталогами, умение вести поиск необходимой информации, обрабатывать и систематизировать ее. Полезно познакомиться с правилами библиографической работы в библиотеках учебного заведения.

Научная методика работы с литературой предусматривает также ведение записи прочитанного. Это позволяет привести в систему знания, полученные при чтении, сосредоточить внимание на главных положениях, зафиксировать, закрепить их в памяти, а при необходимости

и вновь обратиться к ним. Конспект ускоряет повторение материала, экономит время при повторном, после определенного перерыва, обращении к уже знакомой работе.

Конспектирование — один из самых сложных этапов самостоятельной работы. Каких-либо единых, пригодных для каждого студента методов и приемов конспектирования, видимо, не существует. Однако это не исключает соблюдения некоторых, наиболее оправдавших себя общих правил, с которыми преподаватель и обязан познакомить студентов:

1. Главное в конспекте не его объем, а содержание. В нем должны быть отражены основные принципиальные положения источника, то новое, что внес его автор, основные методологические положения работы. Умение излагать мысли автора сжато, кратко и собственными словами приходит с опытом и знаниями. Но их накоплению помогает соблюдение одного важного правила — не торопиться записывать при первом же чтении, вносить в конспект лишь то, что стало ясным.
2. Форма ведения конспекта может быть самой разнообразной, она может изменяться, совершенствоваться. Но начинаться конспект всегда должен с указания полного наименования работы, фамилии автора, года и места издания; цитаты берутся в кавычки с обязательной ссылкой на страницу книги.
3. Конспект не должен быть «слепым», безликим, состоящим из сплошного текста. Особо важные места, яркие примеры выделяются цветным подчеркиванием, пометками на полях специальными знаками, чтобы как можно быстрее найти нужное положение. Дополнительные материалы из других источников можно давать на полях, где записываются свои суждения, мысли, появившиеся уже позже составления конспекта.

Подготовка к тестированию

Данный вид СРС предполагает работу с литературой и лекционным материалом для повторения и усвоения имеющихся знаний перед тестированием

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента

В качестве учебно-методического обеспечения СРС рекомендуется использовать литературу, указанную в разделе 8 настоящей программы

Для самостоятельного подбора литературы в библиотеке ЯрГУ рекомендуется использовать:

1. Личный кабинет (http://lib.uniyl.ac.ru/opac/bk_login.php) дает возможность получения on-line доступа к списку выданной в автоматизированном режиме литературы, просмотра и копирования электронных версий изданий сотрудников университета (учеб. и метод. пособия, тексты лекций и т.д.) Для работы в «Личном кабинете» необходимо зайти на сайт Научной библиотеки ЯрГУ с любой точки, имеющей доступ в Internet, в пункт меню «Электронный каталог»; пройти процедуру авторизации, выбрав вкладку «Авторизация», и заполнить представленные поля информации.

2. Электронная библиотека учебных материалов ЯрГУ (http://www.lib.uniyl.ac.ru/opac/bk_cat_find.php) содержит более 2500 полных текстов учебных и учебно-методических материалов по основным изучаемым дисциплинам, изданных в университете. Доступ в сети университета, либо по логину/пароллю.

3. Электронная картотека «Книгообеспеченность» (http://www.lib.uniyl.ac.ru/opac/bk_bookreq_find.php) раскрывает учебный фонд научной библиотеки ЯрГУ, предоставляет оперативную информацию о состоянии книгообеспеченности дисциплин основной и дополнительной литературой, а также цикла дисциплин и специальностей. Электронная картотека «Книгообеспеченность» доступна в сети университета и через Личный кабинет.