

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ:
ПРАКТИКА**

**Новокузнецк
2019**

Новокузнецкий институт (филиал) федерального государственного
бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
(НФИ Кем ГУ)

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт повышения квалификации» (МАОУ ДПО ИПК)

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ: ПРАКТИКА

Учебное пособие

Новокузнецк
МАОУ ДПО ИПК
2019

УДК 159.9
ББК 88.9я73
П86

Печатается по решению
редакционно-издательского
совета МАОУ ДПО ИПК

Рецензент Н. В. Козлова, доктор психологических наук, профессор кафедры
генетической и клинической психологии ТГУ

Психологическое консультирование: практика : учебное пособие /
П86 авт.-сост.: Е. Н. Вержицкая, Я. А. Ветрова. – Новокузнецк : МАОУ ДПО
ИПК, 2019. – 113 с. – ISBN 978-5-7291-0597-7.

Настоящее учебное пособие разработано по дисциплине «Психологическое консультирование». Представляет собой комплекс практических заданий с теоретическими комментариями, а также заданий и упражнений, направленных на моделирование практических ситуаций для отработки и закрепления навыков индивидуального психологического консультирования, проработку типичных ошибок и проблем, с которыми на практике сталкиваются начинающие психологи-консультанты.

Пособие имеет практико-ориентированный характер, содержит контрольные вопросы для самопроверки, тесты и список рекомендуемой литературы.

Предназначено для студентов-психологов всех форм обучения, может быть полезно аспирантам, преподавателям вузов, практикующим психологам, а также слушателям факультетов (институтов) повышения квалификации (ФПК, ИПК).

УДК 159.9
ББК 88.9я73

П $\frac{4306010000}{7C2(03) - 2019}$

ISBN 978-5-7291-0597-7

© Вержицкая, Е. С., Ветрова, Я. А.,
авт.-сост., 2019
© НФИ КемГУ, 2019

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
1. Теоретические комментарии и практические задания к разделу «Теоретические основы психологического консультирования. Роль и личность консультанта»	6
1.1 Цели и задачи психологического консультирования.....	6
1.2 Теории личности и практика консультирования.....	11
1.2.1 Основные направления подходов к практике психологического консультирования.....	11
1.2.2 Парадигмальное самоопределение консультанта.....	15
1.3 Задачи и условия взаимодействия консультанта и клиента.....	15
1.3.1 Задачи и позиции взаимодействия психолога и клиента. Психологический запрос.....	15
1.3.2 Условия взаимодействия консультанта и клиента. Рабочий договор.....	18
1.4 Роль и место консультанта в консультировании.....	26
1.4.1 Профессия консультанта: конструктивные и теневые моменты профессии консультанта, его ошибки и затруднения.....	26
1.4.2 Психологическое здоровье психолога-консультанта.....	32
1.5 Требования к личности консультанта.....	35
1.6 Принципы консультирования.....	42
2. Теоретические комментарии и практические задания к разделу «Процесс психологического консультирования»	46
2.1 Консультативный контакт.....	46
2.1.1 Установление консультативного контакта.....	47
2.1.2 Поддержание консультативного контакта.....	50
2.2 Перенос и контрперенос в консультировании.....	56
2.3 Психологический анамнез. Вербализация проблем.....	58
2.4 Этапы и основные процедуры, техники консультирования.....	64
2.4.1 Профессиональные действия психолога по взаимодействию с другим человеком.....	64
2.4.2 Интервью в психологическом консультировании.....	67
2.4.3 Приемы, техники и методы в психологическом консультировании.....	71
3. Теоретические комментарии и практические задания к разделу «Специфика проблемно-ориентированного подхода в психологическом консультировании	78
3.1. Этапы проблемного анализа.....	78
3.2. Супервизорство как институт профессионального взаимодействия	85
4. Задания к разделу «Способы работы со специфическими	89

**проблемами в психологическом
консультировании.....**

5. Вопросы и задания для самоконтроля и самостоятельной работы.....	90
Список используемых источников.....	94
Глоссарий.....	95
Приложения.....	99
<i>Приложение 1</i>	
Дополнения к договору об оказании услуг психолога-консультанта.....	99
<i>Приложение 2</i>	
Методики для изучения психологического здоровья психолога.....	100
<i>Приложение 3</i>	
Опросник Р. Плутчика «Индекс жизненного стиля».....	106
<i>Приложение 4</i>	
Рекомендации по использованию навыков активного слушания.....	110
<i>Приложение 5</i>	
Практические задания для проверки усвоения практических навыков курса.....	112

ВВЕДЕНИЕ

Пособие содержит теоретический и практический материал по индивидуальному психологическому консультированию, может использоваться как в системе высшего образования при подготовке психологов, так и в системе повышения квалификации практикующих психологов.

Материалы учебного пособия знакомят не только с основными понятиями психологического консультирования как вида психологической помощи, с различными психологическими концепциями консультирования, но и с этапами консультативного процесса, базовыми навыками консультирования.

Учебное пособие содержит теоретические комментарии, предлагает практико-ориентированные задания и упражнения, в том числе, направленные на решение собственных проблем будущего или начинающего консультанта.

Целью индивидуального психологического консультирования является оказание психологической помощи и поддержки людям, попавшим в трудную жизненную ситуацию. Данный вид деятельности считается одним из сложнейших, т. к. требует не только обширной теоретической подготовки, но и практических навыков межличностного взаимодействия. Недаром во всех ведущих учебниках по индивидуальному психологическому консультированию выделяют типичные затруднения начинающих консультантов от попыток «давать советы» до технического применения заученных профессиональных приемов.

Понимание происходящего в процессе консультирования, проработка собственных проблем, осознание своих особенностей личности и взаимодействия с окружающими в рамках освоения курса «Психологическое консультирование» помогает начинающему консультанту научиться процессу индивидуального психологического консультирования, учитывая при этом, прежде всего информацию о клиенте и требования ситуации.

В связи с этим в пособии содержатся опросники для самотестирования, практические задания, направленные на самоосмысление своей личности, своих предпочтений, особенностей взаимоотношений и пр., а также упражнения и ролевые игры, которые выполняются в парах и тройках, моделируя ситуации консультирования.

Пособие содержит задания и вопросы для самопроверки по изучаемым разделам, самостоятельной работы, глоссарий основных понятий курса.

В написании учебного пособия авторы опирались на учебники, учебные пособия и монографии ведущих специалистов в области психологического консультирования и практической психологии: Р. Кочюнаса, Р. С. Немова, Ю. Б. Алешинной, Г. С. Абрамовой, А. А. Бадхен, М. Я. Соловейчик, М. М. Певзнер, Г. Старшенбаума, Г. Колесниковой и др.

Пособие рекомендуется студентам, обучающимся в системе подготовке психологов для проведения и подготовки к практическим и семинарским занятиям, а также начинающим психологам консультантам в системе повышения квалификации.