

**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

<b>Введение</b> .....	<b>5</b>
<b>1. Теоретические комментарии и практические задания к разделу «Теоретические основы психологического консультирования. Роль и личность консультанта»</b> .....	<b>6</b>
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
<b>2. Теоретические комментарии и практические задания к разделу «Процесс психологического консультирования»</b> .....	<b>46</b>
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
<b>3. Теоретические комментарии и практические задания к разделу «Специфика проблемно-ориентированного подхода в психологическом консультировании</b> .....	<b>78</b>
3.1. Этапы проблемного анализа.....	78
3.2. Супервизорство как институт профессионального взаимодействия	85
<b>4. Задания к разделу «Способы работы со специфическими</b>	<b>89</b>

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

<b>5. Вопросы и задания для самоконтроля и самостоятельной работы.....</b>	<b>90</b>
<b>Список используемых источников.....</b>	<b>94</b>
<b>Глоссарий.....</b>	<b>95</b>
<b>Приложения.....</b>	<b>99</b>
<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.