

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова»
Факультет психологии

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета психологии
МГУ имени М.В.Ломоносова,
академик РАО, профессор
_____ Ю.П.Зинченко
«__» _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

(курс по выбору)

**Психологическое консультирование
личности в зрелом возрасте**

Psychological counseling personality in adulthood

Специальность: «**Психология служебной деятельности**»

Специализация: «**Психология развития и обучения**»

Общая трудоемкость дисциплины составляет
3 зачетные единицы, 108 академических часа

Квалификация выпускника

СПЕЦИАЛИСТ

Очная форма обучения

Продолжительность обучения – 6 лет

Программа составлена в соответствии с требованиями образовательного стандарта,
самостоятельно устанавливаемого МГУ имени М.В. Ломоносова

г. Москва
2017

Психологическое консультирование личности в зрелом возрасте

Psychological counseling personality in adulthood

Ключевые слова на РУССКОМ языке:

Психологическое консультирование, психотерапия, психопрофилактика, психогигиена, психологический тренинг, психодинамический подход, психоанализ, перенос, контрперенос, сопротивление, аналитическая психология, индивидуальная психология, транзактный анализ, личностно-центрированный подход, экзистенциальное консультирование, логотерапия, систематическая десенсибилизация, модификация поведения, оперантное обуславливание, социальное научение, саморегуляция, когнитивно-поведенческий подход, жалоба, запрос, психологический анамнез, психологический диагноз, прогноз, консультативный контакт, беседа, активное эмпатическое слушание, открытые вопросы, конфронтация, интерпретация, прояснение, перефразирование, самореализация, тревожность, страхи, неуверенность в себе, одиночество, агрессия, дистантное консультирование

Ключевые слова на АНГЛИЙСКОМ языке:

Psychological counseling, psychotherapy, psychohygiene, psychological training, psychodynamic approach, psychoanalysis, transfer, contrtransfer, resistance, analytical psychology, individual psychology, transaction analysis, personality-centered approach, existential counseling, logotherapy, systematic desensitization, behavior modification, operant conditioning, social learning, self-control, cognitive-behavioral approach, complaint, request, psychological history, psychological diagnosis, prognosis, advisory contact, interview, active empathic listening, open-ended questions, confrontation, interpretation, clarification, paraphrasing, self-realization, anxiety, fear, uncertainty in itself, loneliness, aggression, remote consulting

Цели учебной дисциплины

- формирование представлений об основных моделях психологического консультирования;
- овладение методами индивидуального консультирования по проблемам личностного развития в зрелом возрасте

Задачи учебной дисциплины

1. формирование системы представлений о целях задачах и принципах психологического консультирования, его организационных формах;
2. сравнительный анализ различных теоретических подходов и модель психологического консультирования личности, включая психоаналитический

подход, модель консультирования личности в аналитический и индивидуальной психологии, гуманистической психологии, экзистенциальной, поведенческом, когнитивно-поведенческом подходе,

3. формирование представления о роли и месте консультанта, профессионально важных качествах консультанта,
4. формирование представления о структуре психологического консультирования, задачах, стратегии, тактике и методах консультирования на каждом этапе;
5. овладение техниками консультативной беседы;
6. овладение методами сбора психологического анамнеза, выдвижения консультативных гипотез и их проверки, психологического сопровождения клиента в решении личностных проблем.

Перечень С-СПК, сформированных у обучающегося к началу освоения дисциплины:

- ✓ Анализировать личности на различных стадиях развития с учетом возрастных, гендерных, социо-культурных и индивидуально-психологических особенностей, а также факторов риска и условий жизнестойкости и толерантности личности к стрессорам и неблагоприятным воздействиям (СПК-1);
- ✓ Проводить диагностическое обследование детей, подростков и взрослых для выявления возрастных и индивидуальных особенностей личностного и умственного развития на различных возрастных стадиях, включая кризисы детских и зрелых возрастов (СПК-4);

Краткое описание программы учебной дисциплины на русском языке

Спецкурс направлен на формирование базовых понятий и представлений об основных теоретических подходах в психологическом консультировании, включая психоаналитический подход, модель консультирования личности в аналитический и индивидуальной психологии, гуманистической психологии, экзистенциальной психологии, поведенческом и когнитивно-поведенческом подходе, культурно-деятельностной психологии. Для каждого из указанных подходов рассмотрены принципы, цели, задачи, основные методы и техники консультирования, достоинства и перспективы развития, как и ограничения. Обсуждаются роль и место консультанта в совместной работе с клиентом над решением психологической проблемы. Анализируется структура консультирования, представлена характеристика каждого из этапов консультирования. Определена стратегия и тактика поведения консультанта, выделены риски явлений переноса и отказа от консультирования. Представлена обширная типология трудностей и проблем, инициирующих обращение клиента за психологической помощью в их связи с задачами развития в зрелом возрасте. Значительное место в курсе отведено практической отработке методов консультативной беседы, включая активное эмпатическое слушание, интерпретацию, техники перефразирования и прояснения. Внимание уделено анализу конкретных случаев консультирования, отработке умения формулировать консультативные гипотезы, составлению психологического заключения и выработке рекомендаций по преодолению трудностей.

Краткое описание программы учебной дисциплины на английском языке

The special course is aimed at formation of the basic concepts and notions of the major theoretical approaches in psychological consultation, including the psychoanalytic approach, the model of the consulting personality in the analytical and individual psychology, humanistic psychology, existential psychology, behavioral and cognitive-behavioral approach, the cultural

activities of psychology. For each of these approaches the principles, goals, objectives, basic methods and techniques of counseling, dignity and development prospects, and limitations. The role and place of the consultant in the joint work with the client on the solution of psychological problems are discussed. The structure of the counseling, the characteristic of each of the stages of the counseling are described. The strategy and tactics of behavior of the consultant highlighted the risks of transport phenomena and refusal of the advisory services. Wide typology of difficulties and problems, initiating the request for psychological assistance in their communication with the objectives of development in adulthood are presented. A significant place in the course devoted to practical mastering of the methods of the consultative talks, including the active empathic listening, interpretation, equipment re-phrasing and clarification. Attention is paid to the analysis of specific cases of counseling, development of the ability to formulate an Advisory hypothesis, the drafting of psychological conclusions and making recommendations to overcome difficulties.

4. Общая трудоемкость дисциплины
2 з.е. 72 час.

Вид учебной работы	Аудиторные занятия по видам				Самостоятельная работа			Трудоемкость
	лекции	Семинары (С)	практические занятия (ПЗ)	лабораторные работы (ЛР)	курсовой проект (работа)	реферат	другие виды самостоятельной работы	
<i>Семестр 10</i>								
академически х часов	36						72	108
зачетных единиц	1.0						2.0	3

5. Структура и содержание дисциплины

При заполнении данного раздела необходимо указать все разделы (дидактические единицы) дисциплины с указанием семестра и недели их освоения; для каждого раздела указываются виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов, трудоемкость (в академических часах), формы текущего контроля успеваемости (по неделям), формы промежуточной аттестации).

5.1. Содержание разделов дисциплины.

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Содержание раздела
1	Цели, задачи и принципы индивидуального консультирования личности	Психологическое консультирование, психотерапия, психопрофилактика, психогигиена, психологический тренинг в системе психологической помощи населению. Актуальные проблемы развития системы психологической службы. Цели, задачи и принципы психологического консультирования личности. Виды консультирования. Развивающая и адаптивная модель консультирования. Организационные формы психологического консультирования Цели и задачи индивидуального консультирования. Принципы психологического консультирования личности (этические,

		стратегические, тактические).
2	Основные теоретические подходы в психологическом консультировании личности	<p>Сравнительный анализ теоретических подходов в консультировании. Цели, задачи, стратегия и тактика психологического консультирования в психодинамическом подходе. Психологическое консультирование в аналитической психотерапии К.Г.Юнга. Модель психологического консультирования личности в индивидуальной психологии А.Адлера. Психологическое консультирование в гештальт-терапии (Ф.Перлз). Трансактный анализ Э.Берна.</p> <p>Психологическое консультирование в гуманистической психологии. Личностно-центрированный подход К.Роджерса и его основные техники. Экзистенциальное направление в психологическом консультировании (Р.Мэй). Психологическое консультирование в логотерапии (В.Франкл).</p> <p>Поведенческий подход в психологическом консультировании как «модификация поведения». Модель систематической десенсибилизации. Консультирование в рамках оперантной модели научения (Б.Скиннер) и в теории социального научения (А.Бандура). Психологическое консультирование в рамках когнитивно-поведенческого подхода (А.Бек, А.Эллис). Развитие саморегуляции как цель консультирования (А.Бандура, Д.Мейхенбаум).</p> <p>Психологическое консультирование в культурно-историческом деятельностном подходе: современное состояние и перспективы развития.</p>
3	Роль и место консультанта в процессе консультирования.	Требования к личности консультанта. Модель личности эффективного консультанта (аутентичность, открытость собственному опыту, развитие самопознания, сила личности и идентичность толерантность к неопределенности, принятие личной ответственности, постановка реалистичных целей, эмпатия, система ценностей). Требования к профессиональной подготовке консультанта.
4	Основные этапы психологического консультирования	<p>Структура психологического консультирования – исследование проблемы, двумерное определение проблемы, идентификация альтернатив, планирование, деятельность, оценка и обратная связь. Общая характеристика этапов психологического консультирования личности.</p> <p>Стратегия и тактика работы консультанта. Позиция консультанта в работе с клиентом и техники установления контакта с клиентом. Определение консультативного контакта и его основные параметры. Перенос и контрперенос в консультировании.</p> <p>Отказ от консультирования: причины, следствия, профилактика отказов.</p> <p>Жалоба – сюжет, структура, подтекст жалобы. Запрос и «терапевтический договор» (контракт) в психологическом консультировании.</p> <p>Правила сбора психологического анамнеза. Выдвижение консультативных гипотез и их верификация. Психологический диагноз и прогноз. Завершение консультирование. Оценка эффективности консультирования</p>

5	Консультативная беседа	Беседа (интервью) как основа деятельности психолога-консультанта. Невербальная коммуникация психолога и клиента в ходе консультирования. Типы беседы в консультировании. Структура консультативной беседы. Основные техники беседы (активное эмпатическое слушание, перефразирование, Я-высказывания, резюмирование, открытые вопросы, конфронтация, прояснение, интерпретация и пр.) Типичные ошибки консультанта в ходе беседы. 12 неэффективных высказываний, их ловушки» и причины негативных эффектов. Правила сбора анамнестических данных. Формулирование гипотез.
6	Виды индивидуального консультирования	Консультирование как решение проблемы. Сотрудничество с клиентом в принятии решения и выработке рекомендаций. Индивидуальное личностное консультирование. Кризисное консультирование. Особенности дистантного консультирования и консультирования по телефону. СМИ и психологическое консультирование. Интернет-консультирование. Возможности и ограничения.
7	Консультирование по психологическим проблемам личности	Психологическое консультирование по проблемам нарушений в развитии Я-концепции, личностной и профессиональной самореализации, трудностей общения, одиночества, агрессивного и аутодеструктивного поведения. Консультирование по проблемам личного и профессионального успеха, неуверенности в своих силах, трудных жизненных ситуациях. Консультирование в случае психологической зависимости. Психологическое консультирование по проблемам страхов и тревожности, дисфории, высокой лабильности настроения. Кризисное консультирование. Психологическое сопровождение возрастных и личностных кризисов. Психологическая помощь при утрате.

5.2. Виды учебной работы

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Сроки освоения семестр/неделя	Аудиторные занятия по видам				Самостоятельная работа (СРС)	Трудоёмкость (академические часы)
			лекции	Семинары (С)	практические занятия (ПЗ)	лабораторные работы (ЛР)		
1	Цели, задачи и принципы индивидуального консультирования личности	10	2				4	6
2	Основные теоретические подходы в психологическом консультировании	10	16				36	52

	личности							
3	Роль и место консультанта в процессе консультирования.	10	2				2	4
4	Основные этапы психологического консультирования	10	2				2	4
5	Консультативная беседа	10	4				20	24
6	Виды индивидуального консультирования	10	2				2	4
7	Консультирование по психологическим проблемам личности	10	2				8	10
			36				72	108

5.3. Формы, виды и сроки текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации (реферат, коллоквиум, контрольная работа, тесты, эссе и др.).

Количество форм и видов текущего контроля не должно превышать количество тем раздела; Количество форм и видов промежуточной аттестации не должно превышать количество разделов (преимущественной формой контроля является компьютерное тестирование)

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
		Формы	Сроки	Форма	Сроки
1	Цели, задачи и принципы индивидуального консультирования личности				
2	Основные теоретические подходы в психологическом консультировании личности			Реферат	
3	Роль и место консультанта в процессе консультирования.				
4	Основные этапы психологического консультирования				
5	Консультативная беседа	Контрольная работа	11 неделя		
6	Виды индивидуального консультирования				
7	Консультирование по психологическим проблемам личности			Анализ «кейсов» Описание консультативного случая	16 неделя

III. Учебно-методическое и информационное обеспечение лекционных занятий

3.1. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА К КУРСУ ЛЕКЦИЙ В ЦЕЛОМ

3.1.1. Базовые учебники (в том числе электронные учебники):

- Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. М., 2010
Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб, 2001.

3.1.2. Основная литература:

- Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование М., 2000
Васьковская С.В., Горностай П.П. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. Киев, 1995
Кочюнас Р. Основы психологического консультирования М., 1999.
Мастеров Б.М. Психологические условия самоизменения человека в практике консультирования. М. 1998.
Меновщиков И.Ю. Введение в психологическое консультирование. М., 2000.
Моховиков А.Н. Телефонное консультирование. Киев, 1994.
Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М., 1994.
Обозов Н.Н. Психологическое консультирование. СПб, 1993.
Орлов А.Б. Человекоцентрированный подход в психологии, психотерапии, образовании и политике (к 100-летию со дня рождения К.Роджерса) //Вопросы психологии, № 2, 2002.
Перлз Ф. Внутри и вне помойного ведра. М., 2001.
Польстер И., Польстер М. Интегрированная гештальт-терапия. Контур теории и практики. – М., 1997.
Фрейджер Р.,Фейдимен Д. Личность. Теории, эксперименты, упражнения. С-Пб:, 2001.
Хьелл Д., Зиглер Л. Теории личности. СПб, 1999
Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии. М., 2000.

3.1.3. Дополнительная литература:

- Абрамова Г.С. Психологическое консультирование М., 2001.
Айви А., Айви М., Саймон-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники. Практ.руководство М., 1999.
Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. Л., 1992.
Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. М., 2000.
Васьковская С.В., Горностай П.П. Психологическое консультирование. Ситуационные задачи. Киев, 1996
Джеймс М., Джонгвард Д. Рожденные выигрывать. – М., Издат. группа «Прогресс»,1993.
Копьев А.Ф. Особенности индивидуального психологического консультирования как диалогического общения. М., 1991.
Коттлер Д. Совершенный психотерапевт. СПб,, 2002
Наранхо К. Гештальттерапия. Воронеж, 1995.
Немов Р.С. Психологическое консультирование. М., 2001.
Психологическая консультация. Ред. В.Уоллес, Д.Холл СПб., 2003
Психологическая помощь и консультирование в практической психологии. Под ред. Тутушкиной М.К. СПб, 1998.
Психотерапевтическая энциклопедия. Ред. Б.Д.Карвасарский. СПб., 2003.
Романенко О. К. Практическая гештальттерапия. М, 1995.
Рудестам К. Групповая психотерапия. М., 2000.
Техники консультирования и психотерапии. Тексты. СПб, 2000.
Тодд Дж., Богарт А.К. Основы клинической и консультативной психологии. СПб, 2001.

3.2. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФОРМ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПО КУРСУ ЛЕКЦИЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

3.2.1. Примерный перечень вопросов для самостоятельного изучения студентами:

1. Психологическое консультирование, психотерапия, психопрофилактика, психогигиена, психологический тренинг в системе психологической помощи населению.
2. Актуальные проблемы развития системы психологической службы.
3. Виды консультирования.
4. Развивающая и адаптивная модель консультирования.
5. Организационные формы психологического консультирования
6. Принципы психологического консультирования личности (этические, стратегические, тактические).
7. Цели, задачи, стратегия и тактика психологического консультирования в аналитической психотерапии К.Г.Юнга.
8. Основные техники психологического консультирования личности в индивидуальной психологии А.Адлера.
9. Личностно-центрированный подход К.Роджерса и его основные техники.
10. Метод систематической десенсибилизации в консультировании страхов и тревожности.
11. Развитие саморегуляции как цель консультирования (А.Бандура, Д.Мейхенбаум).
12. Требования к личности и профессиональной подготовке консультанта.
13. Структура психологического консультирования
14. Позиция консультанта в работе с клиентом и техники установления контакта с клиентом.
15. Перенос и контрперенос в консультировании
16. Типы беседы в консультировании
17. Консультирование как решение проблемы
18. Цели, задачи и техники кризисного консультирования

3.2.2. Примеры тем эссе, рефератов, проектные задания и др.:

Рефераты:

1. Развитие модели психологического консультирования в психодинамическом подходе.
2. Техника анализа сновидений в работе З.Фрейда, К.Г.Юнга и А.Адлера.
3. Основные этапы развития личностно-центрированного подхода в трудах К.Роджерса.
4. Поиски смысла как содержание консультативной работы в логотерапии В.Франкла
5. Интернет-консультирование – возможности и ограничения
6. Модель индивидуального психологического консультирования в когнитивно-поведенческом подходе.

3.2.3. Примеры оценочных средств для проведения аттестации по итогам освоения учебной дисциплины и критерии усвоения знаний:

контрольные вопросы

1. Цели, задачи и принципы индивидуального консультирования личности
2. Цели, задачи, стратегия и тактика психологического консультирования в психодинамическом подходе.
3. Психологическое консультирование в аналитической психотерапии К.Г.Юнга.
4. Модель психологического консультирования личности в индивидуальной психологии А.Адлера.
5. Психологическое консультирование в гештальт-терапии (Ф.Перлз).

6. Трансактный анализ Э.Берна.
7. Психологическое консультирование в гуманистической психологии.
8. Клиент-центрированный подход К.Роджерса и его основные техники.
9. Экзистенциальное направление в психологическом консультировании (Р.Мэй).
10. Психологическое консультирование в логотерапии (В.Франкл).
11. Поведенческий подход в психологическом консультировании как «модификация поведения».
12. Модель систематической десенсибилизации.
13. Консультирование в рамках оперантной модели научения (Б.Скиннер) и в теории социального научения (А.Бандура).
14. Психологическое консультирование в рамках когнитивно-поведенческого подхода (А.Бек, А.Эллис).
15. Психологическое консультирование в культурно-историческом деятельностном подходе: современное состояние и перспективы развития.
16. Основные этапы психологического консультирования
17. Особенности консультирования по телефону.

– *проблемные ситуации, психологические задачи, проектные задания и т.п.* _____

– 1. Привести примеры открытых и закрытых вопросов в консультативной беседе. В чем заключаются ограничения и преимущества каждого типа вопросов?

– 2. Привести примеры типов конфронтации в консультативной беседе.

– 3. Приведите примеры 12 неэффективных высказываний и их возможных следствий для эффективности консультации.

– 4. В чем заключаются различия между жалобой, запросом и психологической проблемой клиента?

– 5. Назовите базовые техники установления контакта консультанта с клиентом.

V. Организационно-методический раздел по курсу лекций

5.1. МЕСТО КУРСА ЛЕКЦИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ООП): _____

Курс «Психологическое консультирование личности в зрелом возрасте» является дисциплиной вариативной части ООП. Курс обеспечивает формирование системы представлений об основных задачах, принципах и проблемных областях психологического индивидуального консультирования. Курс направлен на ознакомление с методами индивидуального психологического консультирования и является необходимой теоретической и методической базой для решения задач оптимизации развития личности. Для изучения курса необходимо освоить курсы «Психология развития и возрастная психология»; «Психология личности».

5.2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ КУРСА ЛЕКЦИЙ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ:

✓ Разрабатывать и осуществлять профессиональное консультирование с целью профессиональной ориентации и самоопределения личности, психологическое сопровождение процессов личностного и профессионального самоопределения личности в зрелых возрастах, осуществлять контроль за ходом психического развития детей групп риска и учебным процессом и консультирование в области детско-родительских отношений (СПК-8);

Разработчик:

МГУ имени М.В. Ломоносова факультет психологии	зав. кафедрой, профессор кафедры возрастной психологии, д-р психол. н.	О.А. Карabanова
---	--	-----------------

Рецензенты:

МГУ имени М.В. Ломоносова факультет психологии	профессор кафедры психологии образования и педагогики, д-р психол. н.	Н.А. Рождественская
---	---	---------------------

МГУ имени М.В. Ломоносова факультет психологии	доцент кафедры возрастной психологии канд. психол. н.	Ю.И. Фролов
---	---	-------------

Настоящая рабочая программа учебной дисциплины «Психологическое консультирование личности в зрелом возрасте» одобрена на заседании Учебно-методического совета факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова 13 апреля 2013 г., протокол № 3.

Исправленная и дополненная программа учебной дисциплины «Психологическое консультирование личности в зрелом возрасте» была утверждена на заседании Учебно-методического совета факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова 28 мая 2015г., протокол № 5.