



Автономная некоммерческая образовательная организация
высшего образования
«Воронежский экономико-правовой институт»
(АНОО ВО «ВЭПИ»)

УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по учебно-методической работе
 А.Ю. Жильников
« 21 »  2021 г.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Б1.В.08 Дистанционные методы и технологии психологического
консультирования
(наименование дисциплины (модуля))

37.04.01 Психология

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) Психологическое консультирование участников
образовательных отношений

(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника Магистр

(наименование квалификации)

Форма обучения очная, очно-заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) рассмотрен и одобрен на заседании кафедры психологии.

Протокол от « 17 » октября 20 21 г. № 2

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) согласован со следующими представителями работодателей или их объединений, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности, к которой готовятся обучающиеся:

Директор филиала Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова» Губкинский филиал
Уваров В.М.

(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Директор Автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации «Региональный экономико-правовой колледж» Чернусских Ю.Л.

(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Заведующий кафедрой

Л.В. Абдали

Л.В. Абдали

Разработчики:

Доцент

И.Ю. Кадацких

И.Ю. Кадацких

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО

Целью проведения дисциплины Б1.В.08 «Дистанционные методы и технологии психологического консультирования» является достижение следующих результатов обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции
УК-2	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла
ПК-3	Способен осуществлять ознакомление субъектов образовательного процесса с основными условиями психического развития воспитанников и обучающихся
ПК-9	Способен осуществлять консультативную деятельность с обучающимися по проблемам самопознания, профессионального самоопределения

В формировании данных компетенций также участвуют следующие дисциплины (модули), практики образовательной программы (по семестрам (курсам) их изучения):

- для очной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения			
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.
Научные основы организации инновационной деятельности в образовательном учреждении		УК-2		
Актуальные проблемы теории и практики современной психологии и педагогики	ПК-3			
Психологические основы педагогической деятельности	ПК-3			
Управление командой и стратегии лидерства		ПК-9		
Основные направления и школы психологического консультирования		ПК-9		
Сказкотерапия в психологическом консультировании	ПК-9			
Арт-терапевтические технологии в психологическом консультировании	ПК-9			
Учебная практика (педагогическая практика)	ПК-9			
Учебная практика (научно-исследовательская работа)		УК-2 ПК-3		
Производственная практика (научно-исследовательская (квалификационная) практика)				УК-2 ПК-3 ПК-9
Производственная практика (преддипломная практика)				УК-2 ПК-3 ПК-9

- для очно-заочной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения					
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.
Научные основы организации инновационной деятельности в образовательном учреждении			УК-2			
Актуальные проблемы теории и практики современной психологии и педагогики	ПК-3	ПК-3				
Психологические основы педагогической деятельности	ПК-3					
Управление командой и стратегии лидерства			ПК-9			
Основные направления и школы психологического консультирования		ПК-9				

Сказкотерапия в психологическом консультировании		ПК-9				
Арт-терапевтические технологии в психологическом консультировании		ПК-9				
Учебная практика (педагогическая практика)		ПК-9				
Учебная практика (научно-исследовательская работа)			УК-2 ПК-3			
Производственная практика (научно-исследовательская (квалификационная) практика)					УК-2 ПК-3 ПК-9	
Производственная практика (преддипломная практика)					УК-2 ПК-3 ПК-9	

Этап дисциплины (модуля) Б1.В.08 «Дистанционные методы и технологии психологического консультирования» в формировании компетенций соответствует:

- для очной формы обучения – 4 семестру;
- для очно-заочной формы обучения – 4 семестру.

2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, шкалы оценивания

Показателями оценивания компетенций являются следующие результаты обучения:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-2	ИУК-2.1. Понимает принципы проектного подхода к управлению	<p>Знать: принципы проектного подхода к управлению в психологическом консультировании</p> <p>Уметь: применять принципы проектного подхода к управлению в психологическом консультировании</p> <p>Владеть: навыками применения принципов проектного подхода к управлению в психологическом консультировании</p>
	ИУК-2.2. Демонстрирует способность управления проектами	<p>Знать: основные этапы жизненного цикла проекта в психологическом консультировании</p> <p>Уметь: управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла</p> <p>Владеть: навыками управления проектом на всех этапах его жизненного цикла в психологическом консультировании</p>
ПК-3	ИПК-3.1. Знает задачи и принципы психологического просвещения в образовательной организации с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся	<p>Знать: задачи и принципы психологического просвещения в образовательной организации с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся</p> <p>Уметь: осуществлять психологическое просвещение в образовательной организации с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся дистанционных методов и технологий</p> <p>Владеть: навыками психологического просвещения в образовательной организации с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся</p>
	ИПК-3.2. Владеет навыками преподавания, ведения дискуссий, презентаций и информирует педагогов, преподавателей, администрации образовательной организации и родителей (законных представителей) по вопросам психического развития детей и обучающихся	<p>Знать: методы преподавания, ведения дискуссий, презентаций и информирования педагогов, преподавателей, администрации образовательной организации и родителей (законных представителей) по вопросам психического развития детей и обучающихся в рамках психологического консультирования</p> <p>Уметь: применять методы преподавания, ведения дискуссий, презентаций и информирования педагогов, преподавателей, администрации образовательной организации и родителей (законных представителей) по вопросам психического развития детей и обучающихся в рамках психологического консультирования</p> <p>Владеть: навыками преподавания, ведения дискуссий, презентаций и информирования педагогов, преподавателей, администрации образовательной организации и родителей (законных представителей) по вопросам психического развития детей и обучающихся в рамках психологического консультирования</p>
ПК-9	ИПК-9.1. Знает современные	Знать: современные теории и методы

	<p>теории и методы консультирования, приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития, этические нормы организации и проведения консультативной работы</p>	<p>дистанционного консультирования, приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития, этические нормы организации и проведения консультативной работы</p> <p>Уметь: применять приемы дистанционного консультирования при организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития.</p> <p>Владеть: навыками дистанционного консультирования при организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития.</p>
	<p>ИПК-9.2. Проводит индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками</p>	<p>Знать: основные направления проведения дистанционных индивидуальных и групповых консультаций обучающихся</p> <p>Уметь: проводить дистанционные индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками</p> <p>Владеть: навыками проведения дистанционных индивидуальных и групповых консультаций обучающихся по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками</p>

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины (модуля):

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Критерии оценивания	Оценочные средства текущего контроля успеваемости	Шкала оценивания
1	Тема 1. Введение в дистанционное психологическое консультирование	ПК-3 ИПК-3.1.	<p>Знает: теоретические основы проведения психологических исследований и консультировании и психотерапии семьи</p> <p>Умеет: использовать основные методологические принципы отечественной психологии.</p> <p>Владеет: понятием о психолого-педагогическом и педагогическом исследовании</p>	Устный опрос	«Зачтено», «Не зачтено»
2	Тема 2. Процессуальная	УК-2 ИУК-2.1.,	Знает: процесс консультирования:	Устный опрос, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»

	модель дистанционного консультирования	ИУК-2.2. ПК-3 ИПК-3.1., ИПК-3.2.	установление контакта, установление отношений Умеет: выбирать методы консультирования Владеет: навыками использования процессуальной модели дистанционного консультирования		
3	Тема 3. Специальные темы дистанционного консультирования	УК-2 ИУК-2.1., ИУК-2.2. ПК-3 ИПК-3.1., ИПК-3.2.	Знает: специальные темы дистанционного консультирования. Умеет: выявлять фазы суицидальности. Владеет: навыками экзистенциально-аналитической помощи при кризисных состояниях.	Устный опрос, эссе, тренинг	«Зачтено», «Не зачтено»
4	Тема 4. Практика дистанционного психологического консультирования	УК-2 ИУК-2.1., ИУК-2.2. ПК-3 ИПК-3.1., ИПК-3.2. ПК-9 ИПК-9.1., ИПК-9.2	Знает: теоретические основы проведения дистанционного психологического консультирования; теоретические основы использования дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человек, Умеет: применять общепрофессиональные знания и умения в различных научных и научно-практических областях психологии в консультировании Владеет: практикой дистанционного психологического консультирования.	Устный опрос, тренинг, задание	«Зачтено», «Не зачтено»
5	Тема 5. Супервизии практики дистанционного консультирования	УК-2 ИУК-2.1., ИУК-2.2. ПК-3 ИПК-3.1., ИПК-3.2. ПК-9 ИПК-9.1., ИПК-9.2	Знает: цели и задачи супервизорского сопровождения, специфику профессиональных ситуаций начинающих консультантов. Умеет: применять общепрофессиональные знания и умения в различных научных и научно-практических областях психологии в семейном консультировании Владеет:	Устный опрос, реферат, упражнения	«Зачтено», «Не зачтено»

		феноменологическим методом в супервизии		
ИТОГО	Форма контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации	Шкала оценивания	
	Экзамен	Ответ на билет	«Отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»	

Критерии оценивания результатов обучения для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

1. Критерии оценивания устного ответа:

- зачтено – обучающийся дает четкие, грамотные развернутые ответы на поставленные вопросы, приводит примеры из реальной жизни; полно и обосновано отвечает на дополнительные вопросы; грамотно использует понятийный аппарат и профессиональную терминологию;
- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

2. Критерии оценивания выполнения реферата:

- зачтено – тема раскрыта в полном объеме и автор свободно в ней ориентируется, последовательно и логично, материал актуален и разнообразен (проанализированы несколько различных источников), выводы аргументированы, обучающийся ответил на вопросы преподавателя и аудитории;
- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

3. Критерии оценивания эссе:

- зачтено – представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы; проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и с обоснованиями, с корректным использованием профессиональных терминов и понятий в контексте ответа; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт;
- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

4. Критерии оценивания типовых заданий:

- зачтено – выбрали и использовали форму и стиль изложения, соответствующие предложенному заданию; применили связанную с темой учебно-методическую информацию, используя при этом понятийный аппарат в данной области; представили структурированный и грамотно написанный текст, имеющий связное содержание;
- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

5. Критерии оценивания игр, упражнений и тренингов:

- зачтено – обучающийся провел анализ избираемых вариантов игровой деятельности, продемонстрировал умение излагать основные положения, обоснованно отстаивать свою точку зрения, воспринимать противоположные точки зрения, отвечать на вопросы оппонентов, демонстрирует необходимое поведение и действия, соблюдает регламент;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

6. Критерии оценивания ответа на экзамене:

Оценка «отлично» – знает теоретические основы проведения дистанционного психологического консультирования; цели и задачи супервизорского сопровождения, специфику профессиональных ситуаций начинающих консультантов; владеет навыками проведения дистанционного психологического консультирования на основе применения общепрофессиональных знаний и умений в различных научных и научно-практических областях психологии в консультировании.

Оценка «хорошо» допускает незначительные ошибки в знании теоретических основ проведения дистанционного психологического консультирования; целей и задач супервизорского сопровождения, специфики профессиональных ситуаций начинающих консультантов; владеет навыками проведения дистанционного психологического консультирования на основе применения общепрофессиональных знаний и умений в различных научных и научно-практических областях психологии в консультировании.

Оценка «удовлетворительно» допускает ошибки в знании теоретических основ проведения дистанционного психологического консультирования; целей и задач супервизорского сопровождения, специфики профессиональных ситуаций начинающих консультантов; в недостаточной мере владеет навыками проведения дистанционного психологического консультирования на основе применения общепрофессиональных знаний и умений в различных научных и научно-практических областях психологии в консультировании.

«Неудовлетворительно» – знания и умения не соответствуют оценке «удовлетворительно».

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

1 ЭТАП – Текущий контроль освоения дисциплины

Вопросы для устного опроса

Тема 1. Введение в дистанционное психологическое консультирование

1. Виды консультирования на дистанции: консультирование, консультирование по почте, типы психологических услуг в Интернет.

2. Особенности синхронного и асинхронного консультирования.

3. Преимущества и недостатки дистанционного консультирования.
4. Этические принципы оказания психологических услуг на дистанции.

Тема 2. Процессуальная модель дистанционного консультирования

1. Предварительный этап консультирования: знакомство клиента с предоставляемыми услугами через сайт. Процедура регистрации на консультацию.
2. Процесс консультирования: установление контакта, установление отношений. Три уровня консультативных отношений.
3. Выбор метода консультирования.
4. Завершающий этап консультирования: подведение итогов и конкретизация самостоятельных действий клиента.
5. Владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств и их теоретической обоснованности;
6. Работа в парах с письменными обращениями клиентов по различным темам по выбору студента. Составление ответа на обращение с соблюдением требований процессуальной модели. Анализ проведенной работы.

Тема 3. Специальные темы дистанционного консультирования

1. Виды личности.
2. Экзистенциально-аналитическая помощь при кризисных состояниях.
3. Распознавание диссимуляции при принятом решении о суициде.
4. Дистанционное консультирование при эндогенной депрессии и шизофрении.
5. Консультирование родственников психически больных людей.
6. Психологическое консультирование и психологическая коррекция отсроченных реакций на травматический стресс.

Тема 4. Практика дистанционного психологического консультирования

1. Анализ запросов звонивших по телефону доверия.
2. Консультирование при разрыве отношений с любимым человеком.
3. Взаимоотношения с родителями и неприятие ими выбранного партнера.
4. Консультирование при трудности общения с партнером, добрачная беременность, безответная любовь, непонимание и др.
5. Достоинства консультирования по телефону доверия.
6. Недостатки консультирования по телефону доверия.

Тема 5. Супервизии практики дистанционного консультирования

1. Персональный экзистенциальный анализ: работа с вытесненными негативными переживаниями консультанта, владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств и их теоретической обоснованности;
2. Культура психогигиены консультанта: предотвращение

возникновения «синдрома выгорания», необходимость проработки собственного травматического опыта, групповой и семейной психотерапии, психологической коррекции отсроченных реакций на травматический стресс.

Типовые задания

Тема 4. Практика дистанционного психологического консультирования

Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-9.1
2	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
3	УК-2	ИУК-2.1., ИУК-2.2
4	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
5	ПК-3, ПК-9	ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2

Задание 1. Найдите в литературе следующие направления и теории в психологическом консультировании и подготовьте демонстрацию техники в аудитории:

1. Эмоционально-образная терапия в консультативной практике.
2. Терапия отправных точек.
3. Транзактный анализ Э.Л. Берна.
4. Терапия нового решения М. и Р. Голдинг.
5. Мультимодальное консультирование.

Задание 2. Проведите консультативную сессию с клиентом (студент с курса) используя техники и приемы, представленные ниже.

1. Поощрение
2. Повторение
3. Вопрос
4. Прояснение
5. Конфронтация
6. Интерпретация
7. Суммирование
8. Отражение чувств
9. Информирование
10. Убеждение
11. Обратная связь
12. Самораскрытие

Задание 3. Подготовьте эссе «Я – практический психолог»

Эссе – средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить

анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

В эссе следует изложить:

- 1) какими личностными особенностями должен обладать психолог-консультант;
- 2) каковы ваши личностные особенности?
- 3) какие условия необходимо соблюдать, чтобы стать профессиональным консультантом.

Эссе состоит из четырех частей, отвечающих следующим требованиям:

1. Краткое содержание, в котором определяется тема и приводятся основные тезисы; дается краткое описание структуры и логики повествования.
2. Основная часть эссе содержит основные положения и аргументацию.
3. В заключении формулируются основные выводы по теме эссе.

Задание 4. Ниже приведен список вопросов, заданных клиенту консультантом. Переформулируйте их таким образом, чтобы перевести в открытую форму.

1. Вы завидуете успехам вашей сестры?
2. Вы не согласились на переезд из-за того, что боялись, что не приживетесь в другой стране?
3. Вы были опечалены тем, что получили с ее стороны отказ, или чем-то другим?
4. Вы волновались перед этим выступлением?
5. Вы волновались перед этим выступлением из-за того, что ожидали предвзятого отношения к себе?
6. Этот человек вызывает у вас отвращение?
7. Это увольнение означало для вас провал?
8. Вы явились домой пораньше для того, чтобы проследить за сыном?
9. Ее молчание связано с тем, что она очень застенчива?
10. Как, на ваш взгляд, будет развиваться эта ситуация в дальнейшем?
11. Когда вы ругаете его, он обычно молчит?
12. Он отправился к отцу в другой город, так как очень обиделся на вас и не хотел больше жить с вами?
13. Он отправился к отцу в другой город, чтобы уговорить его выписать доверенность?
14. Вы не очень хорошо относитесь к своей невестке?
15. Обычно ваш сын стесняется и прячется в своей комнате, когда к вам домой приходят гости?
16. Вам не кажется, что он так поступает потому, что находится под влиянием матери?
17. Он говорил об этом с раздражением?

Задание 5. «Психологические позиции клиента и консультанта»

Ниже приведены фрагменты реплик психолога-консультанта, обращенных к клиенту. Определите в каждом конкретном случае, как можно описать позицию консультанта по отношению к клиенту — психологически он «над», «под», «на равных» с ним или находится «вне контакта».

Первые несколько реплик разберем в качестве примера вместе.

1. Я вижу, что для непрофессионала вы неплохо разбираетесь в людях.

Позиция «сверху». «Для профессионала — неплохо, я как профессионал могу вас, непрофессионала, оценить» — взгляд, конечно же, сверху вниз.

2. Вы придете в следующий раз? Как вы сейчас? Что вы сейчас об этом думаете?

Заискивающая позиция «снизу». Обратите внимание на характерное для неуверенной позиции психолога дублирование вопросов (вместо одного задаются целых три).

3. (Клиент плачет.) Поплачьте, ничего страшного, вам это полезно...

Позиция «сверху». Всегда, когда клиент находится в «сильных чувствах», когда ему больно, тяжело, тревожно, когда он в гневе, подобная позиция считается также как «вне контакта», а психолог рассматривается как отчужденный и даже жестокий. Человек в сильных чувствах очень нуждается в психологической поддержке, присоединении, в противном случае консультант своим поведением усугубляет душевную боль, ощущение непонятности и одиночества у клиента.

Задание: какую позицию занимает консультант по отношению к клиенту.

1. Вы говорите, с вами никогда ничего подобного не происходило... Но вы ведь уже не маленький, вам тридцать семь.

2. Вам тяжело и трудно говорить об этом... Больно...

3. Причины школьных дезадаптаций у детей самые разные, от психофизиологических проблем до несформированности социальных умений. В вашем случае можно говорить о взаимодействии двух факторов, таких как...

4. Сейчас много психологов, и, конечно, вы вправе найти для себя такого, с которым вам будет комфортно работать. Если я вам не подойду по каким-то причинам, вы можете обратиться к другому.

5. Когда я сталкиваюсь с проблемами, подобными вашей, я спрашиваю себя: почему люди не находят в себе сил напирать волю и отказаться от повторения невротических сценариев в своей жизни, почему они по доброй воле так себя мучают?

6. Давайте попробуем восстановить подробную картину того, что произошло в тот вечер.

7. Все сложные ситуации в жизни даются либо в наказание, либо как испытание. Нужно уметь терпеть и преодолевать. Вы сможете это сделать, если сами захотите. Человек может очень многое.

8. Как опытный психолог, я могу сказать вам как психологически зрелому и сильному человеку — оставьте эту ситуацию как она есть, не вмешивайтесь, только это может спасти ваши отношения.

9. Простите, а не могли бы вы описать ваши чувства в этой ситуации?

10. Мы, психологи, формируем личные качества людей, которые помогают им творчески и зрелым образом реализовывать себя в этом мире.

Ключ ответов

Задание 1.

Эмоционально-образная терапия – новый метод психодинамического направления психотерапии. Специфическое отличие эмоционально-образной терапии – сочетание аналитического исследования и коррекции в работе с образами эмоциональных состояний. Методика позволяет выразить эмоциональное состояние через зрительный, звуковой или кинестический образ и трансформировать исходное эмоциональное состояние через внутреннюю работу с этим образом. Воздействие осуществляется самим пациентом, является самовоздействием на собственные эмоции или части личности.

Результат такого воздействия виден незамедлительно, на приёме и проявляется снятием внутреннего эмоционального конфликта. Эмоционально-образная терапия нацелена на поиск исходной причины проблем личности и ее коррекцию.

Проблемы личности рассматриваются через их психосоматическое выражение: в основе всех проблем лежат эмоциональные состояния, а эти состояния могут быть поняты через телесное переживание. Преобразование эмоции ведет к психосоматическому эффекту, к изменению личности, к решению проблемы на более глубоком уровне, чем уровень поведения или интеллекта. Поведение и мышление меняются как результат изменения глубинной эмоциональной основы. Преображенная эмоция снова фиксируется в теле, в дальнейшем определяет новое поведение, мышление, психосоматические состояния, уровень энергии и черты характера.

Этапы эмоционально-образной терапии

1. Клиническая беседа.

Этот этап включает знакомство, осмысление проблемы, сбор историографических данных, заключение контакта, формирование гипотезы о структуре проблемы.

2. Прояснение симптома.

В течение второго этапа устанавливается, каким образом чувство или состояние выражено телесным действием.

3. Создание образа.

Психотерапевт предлагает пациенту представить чувство виде образа, находящегося в пространстве или перед ним на стуле.

4. Исследование образа.

Созданный образ изучается с точки зрения чувственных характеристик (размер, форма, цвет, консистенция и т.д.), отношения к образу и образа к

себе. На этот этап образ несет в себе много информации, которую нужно правильно читать. Образы могут быть различными, так как обусловлены они индивидуальными особенностями пациента.

5. Проверка на фиксацию.

На этом этапе прослеживается наличие эмоционально-энергетической связи между образом и состоянием человека. Интерпретация образа дается пациенту после полной проработки, тогда она воспринимается легко, с пониманием.

6. Трансформация образа.

Это мысленное общение с образом, передача чувства через образ. На внешнем уровне происходит работа с образом, а на внутреннем – работа над состоянием пациента. На этом этапе происходят глубокие психоэмоциональные изменения в состоянии всего организма человека.

7. Соматизация образа.

На данном этапе происходит слияние образа с телом, с частью личности, или установление с образом иных позитивных отношений. Наше тело сохраняет эмоциональные состояния, поэтому слияние образа с телом помогает ощутить новое позитивное состояние и привыкнуть к нему.

8. Ситуативная проверка.

Психотерапевт предлагает пациенту представить травмирующую ранее ситуацию и проследить за реакцией человека на неё: не появились ли побочные нежелательные эффекты в виде сомнения или дискомфорта от новых ощущений.

9. Этап закрепления.

Доктор предлагает представить дальнейшую жизнь или дорогу, план действий. На этом этапе пациент переживает удивление, радость от полученных новых ощущений, часто сравнивая работу психотерапевта с чудом.

Для корректного проведения всех этапов терапии, для максимально эффективного воздействия на эмоции и чувства пациента психотерапевт должен обладать высоким уровнем квалификации, чтобы своими действиями не навредить человеку.

Задание 2.

1. Поощрение

Поощрение - это минимальное средство для поддержания изложения клиентом собственной истории, подтверждение высказанного им и обеспечение плавного течения беседы. К поощрениям относятся утверждения, которые демонстрируют признание, подтверждение и понимание сказанного клиентом. Техника поощрения - это минимальное средство, чтобы показать клиенту вашу включенность в беседу. Сюда входят короткие реплики вроде «Ага», «Угу», «Так», а также короткие фразы типа «Я понимаю» или «Да-да, продолжайте». Другими образцами техники поощрения могут быть такие фразы: «Не могли бы Вы более подробно рассказать о Ваших отношениях» или «Продолжим нашу беседу». Все они,

подобно соли, полезны, когда используются в меру. Опасность заключается в их чрезмерном использовании, тогда они раздражают или становятся просто смешными.

2. Повторение

Повторение - это почти буквальное воспроизведение сказанного клиентом или избирательное акцентирование определенных элементов его сообщения. Возвращение сказанного создает у клиента ощущение, что консультант стремится понять и прочувствовать то, что было выражено им. Кроме того, повторение фокусирует внимание на сообщении клиента, позволяя ему осознать дополнительные значения и выразить невысказанное.

Клиент: Сегодня я очень плохо себя чувствую. Случилось непоправимое.

Консультант: Непоправимое?

3. Вопрос

Вопрос - это приглашение о чем-то рассказать, средство сбора интересующей информации, уточнения или исследования опыта клиента.

4. Прояснение

Прояснение - это возвращение, как правило, в более сжатой и ясной форме сути когнитивного содержания высказывания клиента. «Что вы имеете в виду, когда говорите...?» Множество реплик консультанта - это лишь вариации данного вопроса. «Правильно ли я понял, что...»; «Насколько я понял, вы рассматриваете события следующим образом...»; «Вы можете поправить меня, если я ошибаюсь, как я вас понял...»; «Другими словами, вы считаете...».

5. Конфронтация

Конфронтация - это реакция, в которой проявляется противостояние защитным маневрам или иррациональным представлениям клиента, которые он не осознает или не подвергает изменению. Конфронтация - это обращение внимания клиента на то, что он избегает, это выявление и демонстрация противоречий или расхождений между различными элементами его психического опыта.

Консультант: В начале беседы вы жаловались на то, что муж часто конфликтует с вами, но вы только что рассказали о нескольких ситуациях, в которых вы сами выступили инициатором конфликтов, а муж не только не пытался обвинить вас в чём-то, а наоборот, искал пути примирения. Что вы думаете по этому поводу?

6. Интерпретация

Интерпретация - это процесс придания дополнительного значения или нового объяснения тем или иным внутренним переживаниям или внешним событиям клиента или связывание между собой разрозненных идей, эмоциональных реакций и поступков, выстраивание определенной причинной связи между психическими явлениями.

Консультант: Вы рассказываете о том, насколько бесчувственны окружающие вас люди. Похоже, вам легче говорить о раздражении на тех, кого здесь нет, чем об обиде на меня.

7. Суммирование

Суммирование - это высказывание, которое в краткой фразе собирает вместе основные идеи рассказа клиента, устанавливает определенную последовательность тем или подытоживает результат, достигнутый в ходе определенного отрезка беседы, всей беседы или даже ряда встреч.

Консультант: Итак, сначала вы начали испытывать раздражение, затем у вас появились головные боли, а теперь время от времени проявляются вспышки гнева.

8. Отражение чувств

Отражение чувств - это отзеркаливание и словесное обозначение вербально или невербально выраженных клиентом эмоций (произошедших в прошлом, переживаемых в настоящий момент или предполагаемых в будущем) с целью фасилитации их отреагирования и осмысления.

Консультант: Вы рассердились на отца за то, что он сделал.

Клиент: Нет, я восхищаюсь им.

9. Информирование

Информирование - это предоставления информации в форме объяснений, изложения фактов или мнений либо по собственной воле, либо в ответ на вопросы клиента.

10. Убеждение

Убеждение используется множеством способов, например, для облегчения эмоционального выражения («Вы имеете право испытывать печаль!»); чтобы преодолеть сопротивление клиента, который пришел под влиянием окружения (например, «Я понимаю, что вы здесь не по собственной воле. Однако вряд ли найдётся человек, у которого нет никаких проблем. Может быть, стоит подумать о том, как, несмотря ни на что, использовать это время продуктивно»); чтобы продуцировать сновидения (например, «Если, ложась спать, вы подумаете о том, что хотите запомнить сновидение, это скорее всего произойдёт»); а также для других терапевтических целей.

11. Обратная связь

Обратная связь - это описание поведения клиента, которое помогает ему узнать, как другие воспринимают его, как они реагируют на его поведение. Обратная связь - это также способ помочь клиенту задуматься над коррекцией своего поведения.

Консультант: Я заметил, что уже не один раз при упоминании о ней ваше лицо оживает, после чего вы на некоторое время замолкаете.

12. Самораскрытие

Самораскрытие - это разделение с клиентом собственного опыта, предоставление информации о себе, о событиях из собственной жизни или непосредственное выражение в отношениях с клиентом испытываемых чувств или желаний, возникающих идей или фантазий.

Задание 3.

Оглядываясь назад, всё чаще задумываюсь, почему я выбрала психологию, кто такой психолог для школьников, что дает моя профессия.

Для меня школьный психолог – это не только любимая профессия, это постоянное саморазвитие, это моя жизнь.

Никогда не задумывалась, кем хочу быть. Всегда хотела быть полезной людям. Всегда хотела заниматься тем, что по душе. Моя мечта сбылась! Я – Школьный психолог!

Всегда с гордостью говорю, кто я по профессии, что работаю с детьми. Мне так нравится их непосредственность! Их мимика, жесты, манера общения! У каждого ребёнка своя жизнь, свои особенности развития. Так здорово раскрывать их личность, искать резервы к их новым подвигам и победам. Общаться с ними, как с взрослыми, относиться серьёзно к их детским проблемам, ведь для них это очень важно.

Детство – это – то время, когда дети учатся общаться, когда они определяются со своей ролью и местом в обществе, когда они сталкиваются с множеством сложностей и препятствий. В это период часто встречаются проблемы, которые у них не получается решить самостоятельно, и им нужен совет взрослого и опытного человека, и не каждый может обратиться к родителям и родственникам, особенно тогда, когда проблема заключается в общении с ними и возникают конфликты.

Я знаю, что детские проблемы корнями уходят в детско-родительские отношения. Именно психолог может гармонизировать отношения между детьми и их родителями; научить каждого взрослого «вчувствоваться» в мир ребёнка, понимать своего ребёнка и жить, содействуя и радуясь ему.

Возможно наша профессия – это профессия эколога детства, потому что школа – не только – то место, где дети получают знания, где передаются умения и навыки, идеалы, традиции, но и место, где развивается личность ребёнка в целом. Оказать поддержку взрослому человеку – это и есть моя главная задача и основной смысл работы. Я думаю, очень важно быть рядом с ребёнком в трудной ситуации, вовремя поддержать, вселить в него веру в себя, сопереживать его неудачам, радоваться успехам.

Школьный психолог, как доктор Айболит, к которому приходят учителя и ученики, делится своими проблемами. Он, как дипломат, выслушав все стороны, используя свои профессиональные знания и опираясь на свой опыт, помогает найти правильный путь для выхода из сложившейся ситуации.

Профессия наша не только глубокая, сложная, но в ней достаточно и творчества. Нужно постоянно развиваться самой, придумывать интересные занятия, адаптировать под участников имеющиеся программы. Быть просвещённым и развиваться в различных областях – профилактика и просвещение, основы проектной деятельности, нейрофизиологии, диагностические и коррекционные методики. Всегда быть в курсе всех дел школы, общаться с учителями, учениками, родителями, администрацией. Постоянная исследовательская работа, постоянный анализ деятельности.

Пусть эту профессию многие не понимают, ставят по сомнение нашу деятельность, боятся слова «психолог». Давайте мы будем по-другому называться, пусть только ИДУТ к нам, мы ВМЕСТЕ найдём пути выхода из трудных ситуаций, поможем найти ресурсы для жизни на новом этапе. Счастье наших детей приносит и нам много радости! И приятно жить, осознавая, что кто-то на планете понял, как стать счастливей.

Я очень люблю свою работу! Не сомневаюсь в том, что я буду любить её и через много лет. Я верю в то, что школьная психология совсем скоро окрепнет, повзрослеет, появятся новые методы работы, выйдут в свет новые законы функционирования психологической службы. Но самое главное, изменимся мы. Мы, специалисты, работающие с детьми. Мы станем мудрее, терпимее, наберёмся опыта. Сколько интересного нас ждёт впереди, сколько запоминающихся встреч и важных дорог, ведущих к человеческим душам!

Задание 4. Пример ответов:

1. Какие чувства вызывает у вас успех вашей сестры?
2. В связи с чем вы не дали своего согласия на переезд?
3. Чем именно вы были опечалены в этой ситуации?
4. Какие чувства вы испытывали перед выступлением?
5. По какой причине вы волновались перед этим выступлением?
6. Какие чувства вызывает у вас этот человек?
7. Что означало для вас увольнение?
8. С какой целью вы пришли домой пораньше?
9. Как вы считаете, чем вызвано её молчание?
10. Как, на ваш взгляд, будет развиваться эта ситуация в дальнейшем?
11. Как он себя ведёт, когда вы ругаете его?
12. С какой целью он отправился к отцу в другой город?
13. Доверенность, по вашему мнению, как-то связана с его поездкой в другой город?
14. Как вы относитесь к своей невестке?
15. Как себя ведёт ваш сын, когда к вам домой приходят гости?
16. Как вам кажется, почему он так поступает?
17. Как он говорил об этом?

Задание 5.

1 и 10 позиция «над».

Остальные - на равных.

Типовые темы рефератов

1. Психологическое консультирование как вид отношений помощи.
2. Психологические основы консультирования по вопросам развития личности.
3. Психологическая специфика организации педагогического консультирования.

4. Психологические аспекты консультирования деловых отношений.
5. Семейное консультирование и психотерапия.
6. Психологическое консультирование по вопросам здоровья.
7. Особенности консультирования детей дошкольного возраста.
8. Особенности консультирования детей младшего школьного возраста.
9. Особенности консультирования в подростковом возрасте и в период ранней юности.
10. Специфика оказания консультативной помощи родителям и педагогам.
11. Особенности оказания экстренной психологической помощи по телефону.
12. Международный подход в подготовке профессионалов в области консультирования.
13. Теории личности и практика консультирования
14. Эклектическая модель структуры консультативного процесса.
15. Роль и место консультанта в консультативном процессе.
16. Личность консультанта.
17. «Синдром сторания»: причины возникновения и профилактика.
18. Консультативный контакт.
19. Физические и эмоциональные компоненты терапевтического климата.
20. Эмпатия в консультировании.
21. Функции семьи в современном обществе.
22. Этапы развития любви как чувства.
23. Особенности семей среднего супружеского возраста.
24. Характерные особенности стабильного брака.
25. Критические периоды семейных отношений.

Упражнения

Тема 2. Процессуальная модель дистанционного консультирования

Тема 5. Супервизии практики дистанционного консультирования

Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-9.1
2	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
3	УК-2	ИУК-2.1., ИУК-2.2
4	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
5	ПК-3, ПК-9	ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
6	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2

7	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
8	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
9	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
10	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
11	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
12	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
13	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
14	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
15	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
16	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
17	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
18	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
19	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
20	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
21	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2

Упражнение № 1. Разворачивание переживаний через указание на слово в речи

Клиент выбирает определенный предмет из прошлого, который ему нравится и рассказывает про него. Это может быть что угодно: игрушка, часы, картина и т.д. Психолог просит рассказать клиента про то, что ему больше всего нравится в этом предмете, а во время рассказа старается быть «эмоционально отзывчивым».

Основная задача: Вслушиваясь в речь человека, психолог выбирает из каждой второй реплики одно слово, за которым, как ему кажется, скрывается некоторый важный для человека эмоциональный опыт. Это место в речи может восприниматься психологом как:

- эмоциональное;
- смущенное;
- трогательное;
- тревожащее.

Выбрав определенное слово, терапевт строит диалог таким образом:

- Скажи немного больше про «[слово]».

Другие варианты:

- Попробуй прислушаться к своему переживанию, когда произносишь «[слово]».

- Попробуй прислушаться к своему переживанию, лежащему за словами «[слова]».

Завершение (выделите на него минуту в конце)

- Что было для тебя интересным в нашем разговоре?

Упражнение № 2. Выманивание спрятавшихся переживаний

Данное упражнение используется когда:

- клиент приходит на встречу с психологом без какой-либо четкой темы для разговора.

- тема для разговора была сформулирована давно, и на этот момент потеряла свое актуальное «живое» переживание. 101

В первую очередь психологу нужно приостановить и успокоить клиента. Нужно дать ему время «побыть в пустоте», без необходимости отвечать на вопросы.

- Не спеши. Будь спокоен. Возьми себе время.

После этого, психолог может предложить клиенту как-то очень легкое задание, не требующее напряжения и не сбивающее собственное состояние клиента, например:

– Попробуй просто начать говорить вслух то, что приходит тебе в голову.

– Попробуй назвать мысли, которые непроизвольно крутятся в голове.

– Попробуй перечислить разные темы, про которые ты думал сегодня.

После этого, психотерапевт дает клиенту время, и стремится «не сбить» его переживания вопросами. А когда клиент разговорится и его эмоциональность достаточно включится, они смогут переходить к следующему этапу работы.

Упражнение № 3. Оpoznание собственных переживаний

Для некоторых людей очень не просто понять то, что они чувствуют. Для работы с такими людьми психологу недостаточно режима обнаружения переживаний, нужна подробная инструкция, выполнив которую, клиент сможет понять что он чувствует. Пример:

Вернись, пожалуйста, мысленно в тот момент, когда это произошло. Вспомни, момент, когда ты это увидел. Что первое тебе захотелось сделать в этот момент? Какое первое движение возникло в теле в первый момент?

О: Вернись, пожалуйста, мысленно в тот момент, когда это произошло. Вспомни, как он говорил это тебе. Что первое захотелось твое душе тогда? Что первое приходящее на ум тебе захотелось сказать тогда?

О: Мысленно посмотри на ту ситуацию. Расскажи немного больше про свои переживания, которые у тебя начинают появляться, когда ты начинаешь про нее думать и ее мысленно рассматривать.

О: Скажи немного больше про эту загадочность. Не спеши, попробуй как-то выразить это ощущение другими словами сколь угодно странными.

Или универсальное, хотя и довольно обобщенное:

О: Не спеши. Возьми себе время. Попробуй вслушаться в это переживание. О чем оно пытается сказать тебе?

У приведенных примеров имеются определенные цели в отношении переживаний клиента:

Замедлиться.

Воссоздать некоторую картину в своем воображении (напр. вернуться в прошлое).

Начать «прислушиваться» к происходящему в душе и теле, тем или иным способом.

Упражнение № 4. Конкретизация переживаний

Для начала психолог выбирает неясное текущее переживание, оно может быть неясным для клиента. Либо не до конца понятным для психолога. Используется активное слушание, с использованием таких реплик как:

О: Попробуй рассказать больше об этом переживании.

О: Попробуй описать, что тебе хотелось бы понять про это?

Задача психолога, это не менее трех раз давать клиента инструкцию прислушиваться к себе. Желательно максимально одинаковыми словами.

О: Не спеши. Возьми себе время. Попробуй вслушаться в это переживание. О чем оно пытается сказать тебе?

Завершение (выделите на него минуту в конце)

О: Что оказалось для тебя интересным в нашем разговоре?

Упражнение № 5. Обучение активному слушанию

Психолог раздает участникам карточки с правилами активного слушания и объясняет как их применять.

О: Сейчас вам нужно разбиться на пары. Выберите себе в пару человека, которого вы знаете меньше всего, но с кем хотели бы познакомиться поближе.

О: После того, как вы разбились на пары, сядьте друг напротив друга. Задания следует выполнять определенное количество времени. Поэтому следите за моими сигналами. Сначала правилами руководствуется «слушающий».

О: Итак, «говорящий» 5 минут рассказывает «слушающему» о себе, о своих переживаниях и чувствах. «Слушающий», используя все правила и рекомендации помогает «говорящему» рассказать о себе». Через 5 минут тренер останавливает беседу.

О: Сейчас у «говорящего» будет 1 минута, в течении которой, он должен рассказать «слушающему» о том, что в его поведении помогло ему высказаться, а что затрудняло рассказ. Потом «слушающий» и «говорящий» меняются местами.

Упражнение № 6. Отработка умения слушать

Все участники делятся на 2 команды. Выбираются две противоположные по смыслу темы и каждая из команд должна высказать аргументы, в пользу своей темы. В этом упражнении важно не то, насколько хорошо был аргументирован ответ, а то насколько правильно был выполнен алгоритм правил активного слушания. Тот, чья очередь говорить, должен слушать предшествующего человека, реагируя «угу», а после высказывания аргументов задает уточняющий вопрос, если было не понятно или использует парафраз, если все ясно. Аргументы в пользу своей команды можно начать излагать после того, как предшествующий подтвердил, что его поняли правильно. Остальные следят, чтобы был парафраз, а не развитие мысли и не приписывать того, чего не было в высказывании.

Упражнение № 7. Отражение чувств.

Это упражнение развивает навыки слушания и эмпатии. Человек должен не только ориентироваться на слова, но и учитывать невербальные сигналы.

Участники разбиваются на пары, задача одного из них - произнести эмоционально окрашенную фразу. После чего другой участник объясняет смысл произнесенной фразы (парафраз) и предположительно определяет чувства, которые испытал партнер. После чего участники меняются местами.

Упражнение № 8. «Все равно ты молодец, потому что...»

Это упражнение больше подойдет для людей, встречающихся не впервые. Оно так же тренирует эмпатическое слушание. Все участники встают в круг и по очереди передают друг другу какой-нибудь предмет. Тот, с кого начинается круг и в чьих руках окажется предмет, говорит: «Меня любят за то, что...». И при этом он должен передать предмет следующему игроку. Второй, выслушав, должен продолжить словами: « Все равно ты молодец, потому что...», и повторить фразу, сказанную первым игроком. Тем самым, рассказывая о своей проблеме, клиенты не только избавляются от негативных эмоций, но и ощущают поддержку окружающих.

Упражнение № 9. «Контролер»

Упражнение проводится в «тройках». Один человек выступает в роли «контролера», а двое беседует. Проводится три беседы, каждая по 8-10 мин. За время беседы «контролер» следит за соблюдением таких правил. Например, прежде чем высказать свое мнение по обсуждаемому вопросу, надо повторить то, что сказал собеседник. Повторение может начинаться словами: "Ты думаешь...", "Ты говоришь...". Контролер следит за соблюдением этого правила и имеет право вмешаться в разговор, когда беседующие забывают его выполнять".

Тема для беседы предлагается тренером и зависит от состава группы. Например, в группе руководителей можно предложить такую тему: "Выбрать три наиболее важные качества, которыми должен обладать руководитель для успешной работы".

Упражнение № 10. «Карточки»

Участники разбиваются на пары, психолог раздает им карточки.

О: Сейчас каждый из вас получит карточку. Текст на ней разделен на три части. В первой части описывается ситуация (это часть зачитывается), во второй части содержится то, что вы будете говорить собеседнику. А третья часть содержит в себе истинную причину ваших слов. Задача каждого игрока - поочередно понять позицию собеседника. Сделать это они должны посредством приемов активного слушания: уточнение, пересказ, дальнейшее развитие мыслей собеседника, сообщение о своем состоянии. Цель упражнения – это не решить проблему собеседника, а понять истинную причину.

Упражнение № 11. «Продолжи высказывание»

Участники садятся по кругу. Это упражнение позволяет понять суть предлагаемых методик и техник, потренироваться в их использовании на практике, что является первоначальным шагом на пути к формированию умения слушать.

О: Я буду зачитывать вам различные предложения, вы должны будете продолжить их, используя такие приемы как: уточнение, пересказ, развитие мысли. Предложения подбираются в зависимости от состава группы. Каждое предложение читается три раза. Первый раз - для уточнения, второй - для пересказа и третий - для развития мысли. После того, как все закончили писать, психолог просит некоторых зачитать свои варианты ответов и вносит свои коррективы.

Упражнение № 12. «Продолжи искренно»

Упражнение, которое помогает человеку преодолеть стеснение и неловкость в выражении своих чувств и эмоций, а так же понимать чужие. Все участники садятся по кругу, психолог по очереди подходит к каждому и просит вытащить одну из карточек. Человек должен прочесть вслух написанный текст и быстро, не задумываясь, продолжить фразу. Например: «В обществе лиц противоположного пола я обычно чувствую себя...; У меня немало недостатков. Например: Бывало, что близкие люди вызывали у меня почти ненависть. Однажды, помню...» Остальные, после того как человек договорит, должны либо поднять руку, если считают его высказывание искренним. Если после высказывания хотя бы один человек поднял руку, «говорящий» пересаживается в центр круга. Тому, чье высказывание не признали искренним дается второй шанс.

Упражнение № 13. «Сильные и слабые качества»

Цель упражнения - это обмен полезной информацией и обратная связь после отработки навыков. Участники садятся в круг. Сейчас у каждого из вас есть возможность обратиться к двум участникам группы, и попросить его назвать два качества (отрицательное/положительное), которое помогает ему в

общении и усложняет его. После каждого высказывания идет обсуждение, можно задавать вопросы и обговаривать каждый ответ, приобщая к дискуссии всех участников тренинга.

Упражнение № 14. «Футболка с надписью»

Упражнение предполагает достаточное знакомство членов группы друг с другом. Было время, когда имело популярность такое движение как хиппи. Одной из таких традиций было делать какие-нибудь надписи на своей одежде, часто отражающие жизненную позицию, девиз ее обладателя. Сейчас вы будете бросать друг другу мяч со словами: «Если бы ты был хиппи, то на твоей футболке было бы написано...» В ответ на это, человек либо принимает мяч, тем самым принимая надпись, либо кидает его обратно, в случае несогласия.

Упражнение № 15. «Волшебный магазин»

Это не сложное упражнение подойдет как для детей, так и для взрослых. Оно помогает выявить, каких эмоций человеку не хватает, а от каких он хотел бы избавиться. Психолог просит представить, что в аудитории появился волшебный магазин эмоции, и что он является продавцом. Но для того что бы купить там одну положительную эмоцию, нужно отдать свое негативное переживание. После того, как человек назвал определенное переживание, следуют вопросы: «Почему вы хотите избавиться от этого чувства? С чем оно связано? Для чего нужна приобретаемая эмоция?»

Упражнение № 16. «Радуга чувств»

Целью является обучение осознанию своего эмоционального состояния. Участникам выдается по два листка А4 и набор карандашей или фломастеров. А как же перечень различных положительных и отрицательных эмоций. Сейчас перед вами список эмоций, вам предстоит обозначить каждую эмоцию каким-нибудь определенным цветом, после чего, нарисовать две радуги. Первая - отображает те эмоции, которые вы испытывали за последнее время, вторая - те эмоции, которые вы испытываете обычно. Радуга может состоять из любого количества цветов и их последовательности. После того, как участники нарисовали две радуги, психолог задает им вопросы относительно содержания их рисунков и испытываемых переживаний.

Упражнение № 17. «Состояния»

Развивается чувство эмпатии. Суть упражнения состоит в том, чтобы понять, что чувствует сидящий рядом с тобой человек. Один из сидящих, обращаясь к соседу, начинает упражнение со слов: "Мне кажется, что ты сейчас спокоен и заинтересован происходящим" или "Мне кажется, что ты утомлен" и т. д. Тот, кому это сказали, в свою очередь, скажет всем о своем состоянии в данный момент. Затем он выскажет свое предположение о

состоянии соседа слева. После того как круг замкнется, психолог может задать группе общий вопрос: "Каким образом вы определили состояние своего соседа?" или более конкретный: "На какие признаки вы ориентировались, определяя состояние своего соседа?".

Упражнение № 18. «Найди пару»

Психолог готовит карточки с эмоциональными состояниями, на каждое состояние приходится по две карточки. Участники садятся по кругу. Сейчас у вас на руках карточки с эмоциональными состояниями, у каждого из вас есть своя пара. Вам требуется изобразить то, что написано у вас на карточке, и найти человека с таким же эмоциональным состоянием. В конце упражнения, у объединившихся пар можно спросить по каким признакам они нашли свою пару.

Упражнение № 19. «Интервью»

Участники разбиваются на две группы, первая группа – журналисты, которые берут интервью, во второй группе каждый выбирает, кто он будет, чью роль возьмет (спортсмен, митрополит, бизнесмен, президент и т. п.) и, исходя из своей роли, должен отвечать на вопросы журналистов в течение 3 – 5 минут. После чего, можно поменяться ролями. В заключение обсуждают: "Легко ли было общаться исходя из определенной роли? Какие переживания и мысли возникали во время выполнения упражнения? Что помогло понять это упражнение?". При этом у первой группы тренируется навык активного слушания, а вторая группа, ставя себя на место другого человека, ощущает новые эмоции и выражает их.

Упражнение № 20. «Передача чувств»

Цель упражнения - показать, насколько по-разному мы понимаем и передаем свои эмоции и чувства. Все участники встают в ряд, в затылок друг к другу, первый человек поворачивается ко второму и передает ему мимикой какое-либо чувство (радость, гнев, печаль, удивление и т. п.), второй человек должен передать следующему это же чувство, и т. д. У последнего спрашивают какое чувство он получил, и сравнивают с тем, какое чувство было послано. После выполнения этого упражнения можно обсудить то, как каждый понимал ту или иную мимику, какие были сложности.

Упражнение № 21. «Поиск смысла жизни»

Инструкция: Сядьте в удобную позу. Представьте, что недостающий смысл жизни находится настолько далеко, что вы ощущаете свою изолированность от него, и настолько близко, что вы можете достаточно ясно его ощущать (то есть, видеть, или слышать, или просто чувствовать его присутствие). На что он похож? Первое, что возникает в вашем воображении и будет правильным ответом. Изучите возникший образ, поговорите с ним. Понятно, что недостающий смысл жизни должен представляться чем-то чрезвычайно прекрасным, энергетически сильным. Смысл жизни

действительно дает нашей жизни много энергии и спокойствия, уверенности. Если вы уверены, что смысла жизни нет, то это означает. Что вы на самом деле знаете, чего вам недостает, но вы отрицаете его существование. Поэтому эта отговорка не годится, вы все равно можете представить то, что как вам кажется, не существует, но в принципе желательно для вас.

Какие преграды существуют между вами и вашим смыслом жизни? На что они похожи, что они сообщают вам, как обосновывают отсутствие контакта между вами и смыслом жизни? Найдите контраргументы и другие способы преодоления препятствий. Если это не действует, то позвольте самому смыслу разрушить одну преграду за другой, приблизиться к вам и войти в ваше тело. Ощутите, как смысл жизни вошел в вас и соединился с вами. Как изменилось ваше состояние? Ощущаете ли вы себя спокойнее, увереннее, целостнее, сильнее? Пусть это чувство закрепится и распространится по всему вашему телу. Время упражнения 5-10 минут.

Тренинговые занятия

Тема 3. Специальные темы дистанционного консультирования

Тема 4. Практика дистанционного психологического консультирования

Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2
2	УК-2, ПК-3, ПК-9	ИУК-2.1., ИУК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2, ИПК-9.1, ИПК-9.2

Тренинг 1

«Развитие групповой сплочённости»

Цель: сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия; повышение уровня коммуникативной компетентности участников в коллективном взаимодействии; развитие умения действовать согласованно в группе.

Задачи:

- повышение эффективности общения в различных ситуациях взаимодействия в группе;
- формирование и усиление общего командного духа;
- развитие навыков и умений, необходимых для создания атмосферы сотрудничества в учебном коллективе;
- осознание и снятие внутренних барьеров и зажимов, мешающих эффективной коммуникации в группе;
- развитие умения оказывать психологическую поддержку и обратную связь участникам группы в ходе межличностного взаимодействия;

- осознание своей роли в группе и формирование адаптивной модели поведения;

- снятие эмоционального напряжения и настроения участников на работу, повышение активности и инициативы.

Состав группы: 8 – 12 человек.

Методические приёмы: ролевая игра, игровое моделирование, анализ ситуаций, коррекционные упражнения, групповая дискуссия, невербальные упражнения.

Правила и принципы работы группы:

- 1) принцип активности участников;
- 2) творческая позиция участников (самостоятельно найти решение в предложенной ситуации);
- 3) говорить кратко и конкретно, не перебивая других участников;
- 4) говорить о своих чувствах;
- 5) принцип партнёрского общения;
- 6) принцип «здесь и теперь»;
- 7) принцип конфиденциальности;
- 8) группа сама принимает решения и добавляет новые правила;
- 9) каждый участник тренинга несёт ответственность за свои слова и поведение.

Разминка:

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: "европейцев", "японцев" и "африканцев".

Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми "своим способом": "европейцы" пожимают руку, "японцы" кланяются, "африканцы" трутся носами.

Вопросы: Какие эмоции у вас вызвало это упражнение? Что было трудным? Что помогло справиться с упражнением?

Упражнение 1 «Пишущая машинка»

Цель: развитие концентрации внимания, командного взаимодействия (сплочённости).

Время: 10 – 20 мин.

Задание: между участниками тренер распределяет буквы алфавита.

Тренер произносит слово, его необходимо «напечатать». Группа, олицетворяющая пишущую машинку, пытается это сделать, хлопая в ладоши. Правильно напечатанным считается слово, которое участники «отхлопали», не нарушая очередности букв.

Вопросы: как вы справились с заданием? В чем заключалась его сложность для вас?

Упражнение 2 «Одеяло»

Цель: упражнение направлено на развитие умения действовать согласованно.

Время: 30 мин.

Задание: тренер делит группу на подгруппы по четыре человека, располагая их в пространстве таким образом, чтобы у каждой из команд было

приблизительно по четыре квадратных метра площади. Тренер предупреждает группы о том, что разговаривать нельзя, и участники должны понимать друг друга без слов. Для того, чтобы настроить участников на работу, тренер зачитывает следующую историю: «Прекрасным летним днем вы все вместе собрались на морском берегу. Вы расстилаете на песке покрывало, потом садитесь на него и наслаждаетесь солнцем, свежим воздухом и плеском волн. Вдруг собирается гроза. Вы уходите с побережья, но прежде, все вместе, вы должны сложить покрывало». После этой истории все команды и все члены команд совместными усилиями должны сложить воображаемое покрывало. На эту процедуру отводится две минуты.

Обсуждение: что помогает команде успешно справиться с заданием? Что затрудняет решение задачи? Что предпринимают отдельные игроки, чтобы преодолеть препятствия?

Упражнение 3 «Встречают по одежке»

Цель: развивать активное групповое общение, учиться анализировать свою социальную «маску».

Время проведения: 15 минут.

Процедура: участники садятся в круг. Каждый получает карточку с надписью, например: «Я плохо слышу», «Я богатый», «Похвалите меня», «Решаю все проблемы», «Люблю подражаться», «Дам денег», «Я все умею», «Пожалейте меня», «Я вас обманываю» и т.п. Карточки держат так, чтобы обладатель ее не видел надпись, в то время как все другим она видна. Участники активно общаются друг с другом в соответствии с тем, что написано на карточке. Общение с обладателем карточки строится в форме вопросов, просьб или утверждений косвенно, намеками, и при этом он должен догадаться, что именно (желательно дословно) написано на его карточке. На вопросы, просьбы, утверждения он, естественно, пока принимает информацию, не отвечает и никаких наводящих вопросов никому не задает.

Обсуждение:

- Что помогло догадаться о содержании надписи на карточке?
- Что мешало понять содержание надписи на карточке?
- Какие самые тонкие и остроумные высказывания или вопросы звучали в адрес владельцев карточек?

Упражнение 4 «Трехликий эксперт»

Цель: игра стимулирует способность к импровизации, внимание к словам другого участника группы, развивает доверие.

Время: 10 минут.

Задание: выбирается «эксперт» и участники группы просят его ответить на возникшие вопросы. Этот эксперт будет «трехликим» — его составят трое игроков, которые будут отвечать на вопросы, но говорить смогут только по очереди и только по одному слову.

Группа садится полукругом, трое желающих располагаются напротив в ряд. Каждый из них получает свой номер: 1, 2 или 3.

Прокомментируйте ситуацию в жанре конференса: «Я хотел бы предложить вашему вниманию сенсацию — трехголового эксперта по всем вопросам. Вы действительно сможете задать ему любые интересующие вас вопросы. Вопрос может быть серьезным, например: «Как стать лучше, чем я есть?» — или совершенно пустяковым: «Как есть булочки в постели, чтобы меня потом не беспокоили крошки?» Эксперт ответит на каждый вопрос, причем, используя все три головы. Каждая голова будет произносить по одному слову. Одна из голов начинает, вторая продолжает, затем третья, и так дальше, пока предложение не будет закончено. Начать отвечать может и игрок номер 3, тогда продолжает игрок номер 1 и т. д.»

Эксперты произносят по одному слову, не заботясь о том, каким может получиться окончательный ответ. Они должны просто говорить друг за другом, следя за тем, чтобы ответ попадал в тему. Каков вопрос, таков ответ: ответы могут быть такими же невразумительными или, наоборот, вполне внятными, как и вопросы — в зависимости от того, позволяет ли это тема. Хороший эксперт помнит об уже сказанных словах и выдерживает общий тон и интонацию ответа.

Когда ответ закончен, трехголовый эксперт произносит загадочно: «Пожалуйста, следующий вопрос». Это предложение, в отличие от остальных, произносится всеми тремя головами одновременно.

Определите для каждой команда по три вопроса.

Анализ впечатлений.

Упражнение 5 «Моя проблема в общении»

Цель: узнать, какие проблемы существуют в общении, учиться преодолению коммуникативных барьеров.

Время: 15-20 минут.

Процедура: участники группы пишут на отдельных листах бумаги в краткой, лаконичной форме ответ на вопрос: «В чем заключается твоя основная проблема в общении?» Листки не подписываются. Листки сворачиваются и складываются в общую папку. Затем каждый студент произвольно берет любой листок, читает его и пытается найти прием, с помощью которого он смог бы выйти из данной проблемы. Группа слушает его предложение и оценивает, правильно ли понята соответствующая проблема и действительно ли предлагаемый прием способствует ее разрешению. Допускаются иные высказывания участников группы: анализирующие, уточняющие или расширяющие ответ.

Обсуждение: что вызвало у вас затруднение? Что помешало быть искренним? Хотелось бы вам что-либо изменить в своём поведении в ходе общения? Если «да», то, что конкретно?

Упражнение 6 «Исполнение желаний»

Цель: учиться действовать вместе с другими участниками группы, учиться импровизировать, развитие сплочённости и согласованности в процессе общения.

Время: 15-20 минут.

Один из членов группы высказывает вслух своё желание. Группа обсуждает способ удовлетворения этого желания здесь, в данной обстановке, и затем реализует этот способ (в воображении, в пантомиме, в реальных действиях). Затем исполняется желание другого участника.

Обсуждение: было ли трудно загадывать желание? Довольны ли вы тем, как удовлетворила ваше желание группа?

Завершающее упражнение «Чемодан»

Нужно собрать чемодан с положительными характеристиками каждому участнику тренинга.

Рефлексия занятия.

Тренинг 2

«Развитие коммуникативных навыков»

Цель: развитие коммуникативных навыков, средств позитивного проектирования, актуализация личного опыта в общении, способов эффективной профессиональной саморегуляции, повышение уровня коммуникативной компетентности участников в коллективном взаимодействии, развитие умения действовать согласованно в группе.

Задачи:

- снятие эмоционального напряжения и настроения участников на работу, повышение активности и инициативы;
- повышение эффективности общения в группе;
- исследование своих межличностных стилей общения;
- рост личности через расширения сферы осознания себя и других, а также процессов, происходящих в группе;
- развитие умения оказывать психологическую поддержку и обратную связь в ходе общения.
- формирование и усиление общего командного духа.

Состав группы: 10 – 14 человек.

Методические приемы: анализ ситуаций, коррекционные упражнения, невербальные упражнения, групповая беседа и дискуссия, ролевая игра, игровое моделирование.

Материалы и оборудование: бумага, ручки, карточки с изображениями эмоциональных состояний, мел, стулья, сборник мелодий для релаксации.

Правила и принципы работы группы:

«Здесь и теперь».

Принцип эмоциональной открытости.

Правило Я-высказываний.

Правило уважения говорящего.

Правило конфиденциальности.

Разминка:

По кругу передается пачка салфеток. Ведущий объявляет, что каждый участник может взять то количество, которое считает нужным для себя. Когда салфетки будут разобраны всеми участниками группы, психолог

просит пересчитать их и назвать столько фактов из своей биографии, сколько салфеток у них в руках.

Вопросы: Какие эмоции у вас вызвало это упражнение? Что было трудным? Что помогло справиться с упражнением?

Упражнение 1 «Смена позиции»

Цель упражнения: развитие гибкости и пластичности в процессе смены коммуникативной позиции в контактах с участниками.

Время: 10-15 минут.

Задание: Группа рассаживается в круг. По желанию выбирается один участник, который, двигаясь по часовой стрелке, вступает в непродолжительные разговоры с

каждым членом группы. Остальные участники слушают, оценивая, какие коммуникативные средства были применены, изменяется ли стиль беседы в соответствии с индивидуальностью нового партнера, меняется ли коммуникативная позиция у водящего.

Обсуждение: Коллективное обсуждение проводится в двухфазном режиме. На первой фазе свои впечатления высказывают члены группы, с которыми водящий разговаривал. На второй – группа выслушивает самого водящего, анализирующего чувства и переживания, возникшие у него в ходе многократной смены коммуникативной позиции при переходе к новому собеседнику.

Упражнение 2 «Мостик»

Цель упражнения: создание сплоченного коллектива, развитие у участников взаимоподдержки и взаимопомощи по отношению друг к другу, отработка невербальных средств общения.

Время: 15-20 минут.

Задание: Участники садятся по кругу, в центре которого по диагонали психолог вычерчивает мелом линию. Условия игры он объясняет следующим образом: «Представьте, что эта линия – мостик через бурную горную речку. Внизу под таким подвесным, качающимся на ветру мостиком, бушует река. Пройти по мосту в один конец может только один человек: нигде разминуться. Задача игры заключается в том, чтобы два путника, двигающиеся навстречу друг другу, сумели пройти по мостику в противоположные стороны и не свалиться вниз. Кто хотел бы попробовать?»

Из группы по желанию выходят два участника. Решение данной задачи предварительно не обсуждается, люди действуют спонтанно, начиная идти по игровому «мостику» навстречу друг другу. При встрече они должны договориться, применяя минимум слов и затрачивая на переговоры не более одной минуты.

Обсуждение: После проигрывания упражнения следует рассмотреть такие вопросы: кто проявил инициативу в решении коммуникативной задачи и кто был ведомым, старались участники игры помочь друг другу или наоборот, пытались достичь только своей цели, не задумываясь о партнере, какие средства более эффективны в подобной условно опасной ситуации?

Упражнение 3 «Очередь»

Цель упражнения: развитие у участников форм непосредственного коммуникативного поведения, способности к спонтанному игровому общению, раскованности и внутренней свободы.

Время: 15-20 минут.

Задание: Из группы выбираются восемь человек, из которых один – водящий. Семь человек становятся друг за другом как бы в очередь, а восьмой должен пройти к прилавку магазина без очереди. Он завязывает разговор с каждым стоящим, пытаясь достичь своей цели. Очередь при этом имеет игровую задачу не пропустить «нахала» к прилавку.

В это время остальные члены группы рассаживаются амфитеатром и наблюдают за происходящим.

Общее обсуждение: Анализируется каждый коммуникативно-содержательный момент игры: кто из стоящих в очереди уступил и, кто не пропустил «нахала», какие средства были применены водящим (просьбы, угрозы, шантаж и т.п.).

Упражнение 4 «Вдвоем»

Цель упражнения: формирование внутренних средств гибкости и пластичности в процессе смены коммуникативных позиций.

Время: 15-20 минут.

Задание: Работа в паре. Упражнение содержит три игровые задачи: партнеры садятся спина к спине и в течение 5 минут ведут разговор; следующие 5 минут они беседуют, когда один сидит, а другой стоит перед ним, поочередно меняясь позициями «сверху» и «снизу»; затем они садятся друг напротив друга и «разговаривают» только глазами в течение 10 минут. После решения каждой задачи пара обменивается впечатлениями.

Обсуждение: организуется общее коллективное обсуждение того, какая игровая задача была наиболее легкой и приятной, когда в общении появились трудности и почему, в какой из пар возник психологический контакт и др.

Упражнение 5 «Перехвати инициативу»

Цель упражнения: расширение диапазона профессиональных возможностей педагога относительно успешного удерживания своей ведущей, управляющей позиции в учебно-воспитательном процессе.

Время: 10- 15 минут.

Задание: Из группы участников выбираются два «актера», остальные – наблюдатели. «Актеры» играют роли собеседников, которые разговаривают на какую-то тему, например, «Самый лучший художник...» («Самая лучшая музыка...», «Самый лучший отдых...» и т.п.). Задаются также этапы разговора: на первом один собеседник держит инициативу, а другой играет пассивную роль – слушает и поддакивает; на втором этапе пассивный собеседник должен суметь перехватить инициативу у первого и навязать ему свою точку зрения. Разумеется, первый при этом будет стараться удержать за собой коммуникативное лидерство.

Обсуждение: участники группы анализируют возможные в таких случаях средства «захвата коммуникативного пространства» или борьбы за управление ситуацией. Важно обратить внимание на возникающие в

жизненной ситуации подобного типа, в которых человек начинает лично самоутверждаться, используя слабости другого.

Упражнение 6 «Моя юность»

Цель упражнения: активизация воспоминаний участников, отнесенных ко времени, когда они были девушками (или юношами).

Время: 10-15 минут.

Задание: Группа садится в круг и по очереди (или по желанию) вспоминают случаи из своего личного опыта: «Самое радостное событие моей юности» или «Самое грустное событие моей юности».

Обсуждение: Выполнение упражнения будет успешным, если участникам группы удастся почувствовать себя такими, какими они были в юности, ярко и отчетливо ощутить свои юношеские переживания.

Упражнение 7 «Пять минут»

Цель упражнения: преодолеть «стресс торопливости», нейтрализовать эмоциональное напряжение, укрепить стремление к достижению состояния внутренней уравновешенности.

Время: 10-15 минут.

Задание: упражнение начинается со следующих слов психолога: Представьте, что вы идете к автобусной остановке и видите, как подъезжает нужный вам автобус. Что вы сделаете? Спокойно скажете себе, что не будете торопиться, вскоре подойдет другой, или резко побежите к нему, чтобы сэкономить пять минут? Подумайте о том, что вам удалось успеть войти в автобус и, тяжело дыша, вы протискиваетесь между пассажирами. Пять минут у вас в запасе. Что вы будете делать в течение этих пяти минут, которые вам удалось сэкономить, затратив определенные усилия?

Обсуждение: в ходе группового обсуждения часто выясняется, что педагоги находятся в постоянной спешке, стремясь сэкономить каждую минуту даже тогда, когда в этом нет особой необходимости. Многие действительно не могут представить, что они будут делать в эти сэкономленные пять минут, и приходят к выводу о бесполезности «стресса торопливости» и его вредном влиянии на свое самочувствие.

Упражнение 8 «Пожелания»

Группа высказывает пожелания друг другу на день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово.

Рефлексия занятия.

2 ЭТАП – Промежуточная аттестация по итогам освоение дисциплины

Список вопросов к экзамену

1. История возникновения и развития дистанционного психологического консультирования.
2. Виды консультирования на дистанции: консультирование, консультирование по почте, типы психологических услуг в интернете.
3. Особенности синхронного и асинхронного консультирования.

4. Преимущества и недостатки дистанционного консультирования.
5. Этические принципы оказания психологических услуг на дистанции.
6. Предварительный этап консультирования: знакомство клиента с предоставляемыми услугами через сайт.
7. Процедура регистрации на консультацию.
8. Процесс консультирования: установление контакта, установление отношений. Три уровня консультативных отношений.
9. Процесс консультирования: диагностика, обсуждение и фокусировка проблемы.
10. Выбор метода консультирования.
11. Завершающий этап консультирования: подведение итогов и конкретизация самостоятельных действий клиента.
12. Виды личности.
13. Психология острого горя.
14. Психологическая помощь при кризисных состояниях.
15. Суицидальность как реакция на ценностный кризис. Фазы суицидальности.
16. Распознавание диссимуляции при принятом решении о суициде. Антисуицидальный контракт.
17. Суицид как подведение итогов жизни. Истерическая парасуицидальность: распознавание и способы обращения.
18. Суицидальность при психических заболеваниях.
19. Дистанционное консультирование при эндогенной депрессии и шизофрении.
20. Консультирование родственников психически больных людей.
21. Супервизии как обязательная составляющая обучения и профессионального сопровождения психологов - консультантов.
22. Цели и задачи супервизорского сопровождения.
23. Специфика профессиональной ситуации начинающих консультантов.
24. Виды и формы супервизий. Феноменологический метод в супервизии.
25. Персональный экзистенциальный анализ: работа с вытесненными негативными переживаниями консультанта, понимание консультантом самого себя и основных мотиваций клиента, обнаружение оснований для аутентичного самовыражения.
26. Культура психогигиены консультанта: предотвращение возникновения «синдрома выгорания», необходимость проработки собственного травматического опыта.

Комплекс заданий

Общие критерии оценивания

№ п/п	Процент правильных ответов	Оценка
1	86 % – 100 %	5 («отлично»)
2	70 % – 85 %	4 («хорошо»)
3	51 % – 69 %	3 (удовлетворительно)
4	50 % и менее	2 (неудовлетворительно)

Задания закрытого типа

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-2	ИУК-2.1. ИУК-2.2.	16	ПК-9	ИПК-9.1.
2	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.	17	ПК-3	ИПК-3.1.
3	ПК-9	ИПК-9.1.	18	ПК-9	ИПК-9.1.
4	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.	19	ПК-3	ИПК-3.1.
5	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.	20	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.
6	ПК-9	ИПК-9.1.	21	ПК-9	ИПК-9.1.
7	УК-2	ИУК-2.1. ИУК-2.2.	22	ПК-3	ИПК-3.1.
8	ПК-3	ИПК-3.1. ИПК-3.2.	23	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.
9	ПК-3	ИПК-3.1.	24	ПК-3	ИПК-3.1.
10	УК-2	ИУК-2.1., ИУК-2.2.	25	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.
11	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.	26	ПК-9	ИПК-9.1.
12	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.	27	УК-2 ПК-3	ИУК-2.1. ИПК-3.1.
13	ПК-9	ИПК-9.1.	28	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1.
14	ПК-9	ИПК-9.1.	29	УК-2 ПК-3	ИУК-2.1. ИПК-3.1.
15	УК-2 ПК-9	ИУК-2.1. ИПК-9.1.	30	ПК-3 ПК-9	ИПК-3.1. ИПК-9.1. ИПК-9.2.

Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ
1	2,3	16	1
2	3	17	1
3	2	18	1,3,4
4	4	19	1
5	1	20	1,2

6	1,3,4	21	4
7	1,2,4	22	2
8	1,5,8	23	2
9	2	24	2
10	1	25	1-б, 2-г, 3-д, 4-в, 5-а
11	1,2	26	4
12	2,1,3,4	27	1,2
13	1	28	4
14	2	29	1,4,5
15	1,2,3,4	30	1-б, 2-е, 3-в, 4-г, 5-д, 6-а

Задание № 1

Проект дистанционного консультирования предполагает следующие процедуры когнитивного реструктурирования в кругах бихевиоральных терапевтов:

1. Корректирующее информирование;
2. Инокуляция стресса;
3. Обсуждение иррациональных убеждений;
4. Приостановка мышления.

Задание № 2

Первая из пяти потребностей человека по А. Маслоу в иерархической структуре

1. Потребность в безопасности и защите;
2. Потребность в уважении;
3. Физические потребности;
4. Потребность в принадлежности и любви;
5. Потребность в самоактуализации.

Задание № 3

Дайте определение термину семья

1. Малый коллектив;
2. Малая группа;
3. Малое общество;
4. Малая культура.

Задание № 4

Ведущими мотивациями супружеского союза являются все, кроме одной

1. Нравственно-психологическая;
2. Хозяйственно-бытовая;
3. Семейно-родительская;
4. Эмоционально-досуговая.

Задание № 5
С течением времени функции семьи

1. Изменяются;
2. Остаются ригидными;
3. Стабилизируются;
4. Упрощаются.

Задание № 6
Выделите классиков семейного консультирования

1. В. Сатир;
2. Б. Скиннер;
3. К. Витакер;
4. С. Минухин.

Задание № 7
Исходя из принципов проектного подхода к управлению выделите три основных понятия структурной модели по С. Минухину

1. Структура семьи;
2. Холоны или subsystemы семьи;
3. Сценарий семьи;
4. Границы семьи;
5. Территория семьи.

Задание № 8
Укажите три инстанции личности человека в соответствии со структурной моделью психического Фрейда

1. Ид;
2. Самость;
3. Я-Родитель;
4. Я-Дитя;
5. Супер-Эго;
6. Ты;
7. Я-Взрослый;
8. Эго.

Задание № 9
Дайте определение термину полигиния:

1. Многомужество;
2. Многоженство;
3. Неравный брак;
4. Единобрачие.

Задание № 10

Учитывая проектный подход, раскройте суть полиандрии

1. Многомужество;
2. Многоженство;
3. Партнерство;
4. Единобрачие.

Задание № 11

К видам дистанционного психологического консультирования относятся:

1. Телефон доверия;
2. Переписка;
3. Консультации посредством СМИ;
4. Консультирование через третье лицо.

Задание № 12

Перечислите этапы конфликта в семье:

1. Предконфликтная ситуация, разрушение, инцидент;
2. Предконфликтная ситуация, нарушение ролевой структуры, инцидент, разрешение;
3. Предконфликтная ситуация, осознание, инцидент, разрешение;
4. Постконфликтная ситуация.

Задание № 13

Эгалитарная семья предполагает:

1. Полное равноправие мужа и жены;
2. Совместное лидерство мужа и жены;
3. Бесспорное лидерство мужчины;
4. Персональное главенство женщины.

Задание № 14

Модель семьи, которая принимается обществом и отражается в коллективных представлениях, культуре

1. Нормальная семья;
2. Идеальная семья;
3. Реальная;

4. Автономная.

Задание № 15

Выберите основные принципы гештальт-терапии, в том числе в проектировании консультационной деятельности:

1. «Здесь и сейчас»;
2. «Я – ты»;
3. Субъективизация высказываний;
4. Континуум сознания.

Задание № 16

К кризису традиционных семейных устоев относятся

1. Отказ от преданности брака на всю жизнь;
2. Интенсификацию разводов;
3. Увеличение числа неполных семей;
4. Широкое распространение аборт.

Задание № 17

Какой тип семьи преобладает в современном обществе

1. Детоцентрический;
2. Межпоколенный;
3. Автономный;
4. Регулирующий.

Задание № 18

Какие однозначно положительные эффекты существуют в проектной деятельности и практике дистанционного консультирования?

1. Повышение доступности психологической помощи
2. Отсутствие этических проблем, существующих в традиционной практике
3. Экономия ресурсов и/или их грамотное перераспределение
4. Возрастание роли клиента в терапевтическом процессе
5. Предпочтение клиентов дистанционной формы воздействия

Задание № 19

Дайте определение понятию патриархальная семья

1. Структура власти в семье;
2. Количество поколений в семье;
3. Принадлежность супругов к определенной общности;
4. Количество детей в семье.

Задание № 20

Какие теории в современной науке определяют понятие «нация»

1. Культурноцентристская теория;
2. Биологическая теория;
3. Полоролевая теория;
4. Климатическая теория.

Задание № 21

Смысл брака в религиозных системах состоит в ...

1. Ироизводстве потомства;
2. Идентичности индивидуума;
3. Эмоциональной открытости;
4. Верности.

Задание № 22

Кто ввел понятие «жизненный цикл семьи»

1. Н. Пезешкиан;
2. Пол Глик;
3. Л. Леви-Брюль;
4. В. Дружинин.

Задание № 23

Период вступления в брак и зачатие первенца

1. Стадия репродуктивного родительства;
2. Стадия предродительства;
3. Стадия прародительства;
4. Стадия социализированного родительства.

Задание № 24

Нуклеарная семья это:

1. Структура власти в семье;
2. Количество поколений в семье;
3. Принадлежность супругов к определенной общности;
4. Количество детей в семье.

Задание № 25

Соотнесите понятия психодинамического направления и их определения.

1. Механизмы защиты;
2. Копинг-механизмы;

3. Невроз;
4. Невротический конфликт;
5. Симптом.

Варианты ответа:

- а) осуществление компромисса между подавляемым желанием и требованиями подавляющего фактора
- б) определенные приемы переработки поступающей в психику информации, предохраняющие ее от чрезмерного напряжения и тревоги
- в) переживания, возникающие в результате столкновения по крайней мере двух несовместимых тенденций, действующих одновременно как мотивы, определяющие чувства и поведение
- г) осознанные, активные и конструктивные приемы переработки психотравмирующих событий
- д) это конфликт между бессознательным и сознанием

Задание № 26

К задачам развития молодой семьи относятся все, кроме одной

1. Дифференциация от родительской семьи;
2. Установление границ общения с друзьями и родственниками;
3. Разрешение конфликта между личными и семейными проблемами;
4. Пересмотр супружеских отношений.

Задание № 27

Отличительными характеристиками психологического консультирования от психотерапии в проектной деятельности являются:

1. Ориентация на психически здоровую личность;
2. Воздействие на сознание клиента;
3. Постановка диагноза и учет симптоматики;
4. Воздействие на глубинные бессознательные слои психики.

Задание № 28

На возникновение симпатии влияет все, кроме одной (исключите один неверный ответ)

1. Физическая привлекательность;
2. Социально-демографические характеристики;
3. Особенности поведения в общении;
4. Собственная самооценка.

Задание № 29

Что из перечисленного является задачами проектирования и проведения дистанционного консультирования?

1. Помощь обучаться новому поведению;
2. Наладить дружеские отношения;
3. Навязывание своего мнения;
4. Проведение тренингов;
5. Помощь психолога в определении того, что именно и как можно изменить в ситуации;
6. Не информировать клиента о возможности выдачи сведений по интересующей его проблеме.

Задание № 30

Соотнесите направления в психологического консультирования с их теоретическими принципами

1. Психоаналитическое направление;
2. Адлеровское направление;
3. Терапия поведения;
4. Рационально-эмоциональная терапия;
5. Ориентированная на клиента терапия;
6. Экзистенциальная терапия.

Варианты ответа:

- а) Основное внимание уделяется способности человека познавать свой внутренний мир, свободно выбирать свою судьбу, ответственности и экзистенциальной тревоге как основному мотивирующему фактору, поиску уникального смысла в бессмысленном мире, одиночеству и отношениям с другими, временности жизни и проблеме смерти. Нормальное развитие личности основывается на уникальности каждого индивида.
- б) Сущность человека определяется психической энергией сексуальной природы и опытом раннего детства. Основу структуры личности составляют три инстанции: ид, эго и суперэго. Поведение мотивируется агрессивными и сексуальными побуждениями. Патология возникает из-за вытесненных в детском возрасте конфликтов. Нормальное развитие основывается на своевременном чередовании стадий сексуального развития и интеграции.
- в) Человек - продукт среды и одновременно ее творец. Поведение формируется в процессе обучения. Нормальному поведению обучают посредством подкрепления и имитации. Проблемы возникают в результате плохого обучения
- г) Человек рождается со склонностью к рациональному мышлению, но одновременно и со склонностью к паралогичности. Он может становиться жертвой иррациональных идей. Жизненные проблемы возникают из-за ошибочных убеждений. В основе нормального поведения лежат рациональное мышление и своевременная коррекция принимаемых решений
- д) Акцентируется позитивная природа человека. Каждый человек в раннем детстве формирует уникальный стиль жизни, человек творит свою судьбу.

Поведение человека мотивируется стремлением к достижению целей и социальным интересом. Жизненные трудности способствуют формированию неблагоприятного стиля жизни. Нормальное развитие личности предполагает адекватные жизненные цели

е) Акцентируется позитивная природа человека - свойственное ему врожденное стремление к самореализации. Проблемы возникают при вытеснении некоторых чувств из поля сознания и искажении оценки опыта. Основу психоздоровья составляют соответствие идеального Я реальному Я, достигаемое реализацией потенциала собственной личности, и стремление к самопознанию, уверенности в себе, спонтанности

Задания открытого типа

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1.	ПК-3.	ИПК-3.1.	31.	УК-2.	ИУК-2.1. ИУК-2.2.
2.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	32.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
3.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	33.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
4.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	34.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
5.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	35.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
6.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	36.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.

7.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	37.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
8.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	38.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
9.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	39.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
10.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	40.	УК-2.	ИУК-2.1. ИУК-2.2.
11.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	41.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
12.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	42.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
13.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	43.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
14.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	44.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
15.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	45.	УК-2.	ИУК-2.1. ИУК-2.2.
16.	ПК-3.	ИПК-3.1. ИПК-3.2.	46.	УК-2.	ИУК-2.1. ИУК-2.2.

	ПК-9.	ИПК-9.1. ИПК-9.2.		ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
17.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	47.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
18.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	48.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
19.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	49.	УК-2.	ИУК-2.1. ИУК-2.2.
20.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	50.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
21.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	51.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
22.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	52.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
23.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	53.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
24.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	54.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
25.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	55.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
26.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	56.	УК-2. ПК-3.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2.

				ПК-9.	ИПК-9.1. ИПК-9.2.
27.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	57.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
28.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	58.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
29.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	59.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.
30.	УК-2. ПК-3. ПК-9.	ИУК-2.1. ИУК-2.2. ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.	60.	ПК-3. ПК-9.	ИПК-3.1. ИПК-3.2. ИПК-9.1. ИПК-9.2.

Ключ ответов к заданиям открытого типа

№ вопроса	Верный ответ
1.	Тревожность
2.	Переходный возраст. Дать ребенку пространство, слушать его, интересоваться.
3.	Выслушать. Провести диагностику ребёнка, дать рекомендации.
4.	Низкая самооценка, самокритичность.
5.	Возможно у ребёнка начал проявляться кризис 3-х лет. Но вероятнее педагогическая запущенность. Нет постоянства, ребёнок привык к няне, а смена окружения негармонично сказывается на формировании модели поведения. Ребёнком не занимаются, только кричат – это даёт ребёнку деструктивный пример. Рекомендации: дать ребёнку стабильность, нивелировать запущенность, работать родителям со своим поведением. Ребёнок в данном возрасте - отражение родителей.
6.	Работа с самооценкой, научить ребёнка экологично проявлять эмоции.
7.	Разделите условно ситуацию на две части: а) испуг; б) последствия (через 2 года). Убрать с психологом тревожность и страх, переосмыслить опыт. Пока негативные проявления окончательно не закрепились в поведении ребёнка, необходимо работать с травмирующей ситуацией, не избегать её.
8.	Значение важное. Необходимо быть с девочкой честной и мягко адаптировать прошлое в настоящее.
9.	Когнитивное развитие мальчика отстаёт, либо это следствие педагогической запущенности, в то время как физическое идёт своим ходом. Необходимо поговорить с родителями мальчика, объяснить ситуацию. Нанять репетитора, искать другой подход к обучению, либо перевести в коррекционный класс.
10.	Алкоголизм – это болезнь. Необходимо разводиться, делить квартиру и строить нормальную жизнь отдельно от бывшего мужа. Либо дальше медленно убивать себя и своих детей.
11.	Возможно девочка излишне чувствительна к критике, имеет истероидные черты, характерные для художественного типа личности. Не достаточно вводных данных. Обратиться к психологу.
12.	Психокоррекционная работа в данной ситуации должна быть направлена на формирование у матери адекватной семейной модели. Затем выстраивание с помощью психолога детско-родительских отношений.
13.	Кризис 7 лет обостряет ревность. Разговаривать с дочкой, объяснять ей, а главное

	показывать, что её любят.
14.	Резюме по феноменологическим данным: трудности адаптации в новом коллективе, черты демонстративности в поведении. Необходимо сепарироваться маме от бабушки и её гиперопеки.
15.	Резюме по данным феноменологии: чрезмерная застенчивость, слезливость. Возможно интровертированность, а может следствие впитывания жизненного сценария матери. Работать в контексте социализации, поиска друзей по интересам и организации собственного кружка.
16.	Воспитание ребёнка – это обязанность матери, а не школы. Более того – школа, без семейной поддержки не способна эффективно влиять на развития ребёнка.
17.	На дисциплину на уроке влияет отношение к учителю. У авторитетного учителя нет проблем с дисциплиной. Авторитет достигается путём совпадения слов учителя и его действий. Уважают и слушают такого учителя, который любит детей, свой предмет и интересуется жизнью молодёжи. Необходимо быть честным, справедливым, заинтересованным в том, что делаешь.
18.	Девушке необходимо поговорить искренне с другом, сказать, что её поведение обосновано заботой о здоровье друга. Что она им дорожит, и будет учиться дружить безусловно.
19.	Это механизм адаптации и инструмент, с помощью которого она преодолевает страх смерти.
20.	Если это доставляет дискомфорт – надо работать с психологом. Возможно инфантильность. Если устраивает – хорошо.
21.	Идти к психологу, работать с подавленными эмоциями.
22.	Работать с сепарацией от родительской семьи.
23.	Жена лезет не в своё дело. Если её что-то не устраивает, пусть работает с психологом.
24.	Обратиться к психотерапевту. ОКР.
25.	Врать дети учатся от родителей, либо копируя их поведение, либо получая выгоду от лжи и наказание за правду. Теперь это сформированная привычка. Работать с психологом над гармонизацией семейной атмосферы и выстраиванием доверия.
26.	Не достаточно информации. Работа в семейном консультировании.
27.	Учиться коммуникации. Выйти из позиции инфантильной жертвы.
28.	<p>Действия грамотного семейного терапевта:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Необходимая часть, без которой техники не сработают: Контакт, Мотивация, Информирование, Контракт: продемонстрировать свое доброжелательное отношение и желание помочь; объяснить почему важно, чтобы высказывались оба супруга и как это поможет семье в достижении их целей; получить согласие обоих супругов придерживаться правил. 2. Конкретные техники, помогающие семье придерживаться регламента: - Ввести правило одного микрофона и директивно прерывать жену - Поставить песочные часы на стол перед семьей и давать одинаковое время каждому - Пользоваться свистком каждый раз, когда жена перебивает мужа - Все вопросы задавать паре письменно, ответы зачитывать поочередно - Ввести компенсацию: за каждое нарушение жена выполняет одно желание мужа 3. Способы, помогающие восстановить нейтральность, если она была уже сильно нарушена. - Отсадить жену в сторону и общаться только с мужем. - Произнести монолог, равный по объему тексту жены, но в адрес мужа, описывая поведение его жены на этой консультации. 4. Поддержать жену – «вам тяжело, вы многим делитесь, откровенны, спасибо». 5. Информировать о необходимости услышать обе стороны - «вы пришли на семейную консультацию, важно высказаться семье: и жене, и мужу, это правило, консультация будет неэффективной». 6. Договориться о дальнейшем взаимодействии – «понимаю, что сложно сдерживаться. У вас будет возможность высказаться, когда я к вам обращусь. И буду останавливать в другом случае. Вы готовы продолжить работу в таком формате?»
29.	В чём суть вашего запроса?
30.	<ol style="list-style-type: none"> 1. снятие ответственности. 2. принятие ответственности. 3. снятие ответственности. 4. принятие ответственности. 5. снятие ответственности. 6. снятие ответственности. 7. снятие ответственности. 8. принятие ответственности. 9. снятие ответственности.

	10. принятие ответственности.
31.	Кризис 3 лет. Характерна строптивость, упрямство, своеволие. В отношениях «взрослый – ребёнок» главенство должно оставаться за взрослым. Ребёнок будет всеми возможными способами проверять взрослых на твёрдость, а взрослые должны всеми доступными способами удерживать свои позиции.
32.	Кризис 1 года. Родители должны знать, что ругать, наказывать, шлёпать малыша, равно как и потакать всем его капризам и требованиям нельзя. В зависимости от ситуации надо постараться отвлечь малыша, переключить его внимание. Поощряйте стремление малыша к самостоятельности, доверяйте выполнять какие-то действия, не забывая при этом строго контролировать всё, что он делает. Плюс мама сформировала своим поведением привычку.
33.	Работа с психологом. Адаптация.
34.	Работа с психологом. Отношения с отцом.
35.	Работа с психологом. Структура семьи.
36.	Работа с психологом. Адаптация, методы противодействия буллингу.
37.	Работа с психологом. Реабилитация.
38.	Объяснить родителям, что их требование не законно и чревато отчислением ребёнка.
39.	Работа с психологом. Адаптация, ресоциализация, возрастной кризис.
40.	Работа с психологом. Выявление ценности отношений. Простить, восстанавливать доверие и решать проблемы или уйти - решает сам клиент.
41.	Провести конфликтологический тренинг в организации.
42.	Обучить техникам работы с тревогой.
43.	Принять позицию родителей. Объяснить свою. Найти консенсус.
44.	Работа с психологом. Выявление ценности отношений. Простить, восстанавливать доверие и решать проблемы или уйти - решает сам клиент.
45.	Не вмешиваться в семью сына. Отпустить.
46.	Работа с самооценкой, разумным риском и выявлением сильных сторон.
47.	Работа со стрессом, забота о себе.
48.	Поговорить искренне.
49.	Поговорить искренне. Выслушать потребности друг друга в отношениях. Решить возможность их удовлетворения.
50.	Подростковый кризис. Разговаривать, слушать, поддерживать, понимать ребёнка. Найти общие интересы, проводить вместе время.
51.	Начинать понемногу восстанавливать навыки дома, работа с адаптацией и тревогой.
52.	Проявление кризиса. Объяснить это подростку, предложить поговорить о своих беспокойствах с родителями.
53.	Выявить запрос клиента. Здесь его нет. Отрезвить. Работа с кризисом отношений, выявление ценности для клиента семьи. Прояснение ситуации с коллегой. Если это не просто влечение, а общая перспектива развития, то развестись (решение принимает клиент) и быть вместе.
54.	Работа с восстановлением доверия, отпуская обид (можно в гештальт подходе).
55.	Работа с психологом, убираем позицию жертвы, учимся принимать ответственность, сепарируемся от родителей.
56.	Обратиться в социальную службу, отселить внука.
57.	Кризисный период. Ревность. Объяснять ребёнку, разговаривать, проявлять терпение.
58.	Кризисный период. Ребёнок проявляет негативизм – это нормально. Можно предложить ему самостоятельно выполнять те или иные действия, предлагать «контролируемый» выбор.
59.	Не вмешиваться столь активно в развитие ребёнка. Ребёнок на сенсомоторной стадии. Его поведение нормально.
60.	Кризисный период. Ребёнок проявляет негативизм – это нормально. Терпение.

Задание № 1

«Катя Симонова, собираясь в школу, очень сильно волнуется, по несколько раз проверяет свою домашнюю работу, учебники и выходит из дома на 10 минут раньше обычного». Проанализируйте, какая личностная особенность описана в данном примере?

Задание № 2

«Феде 15 лет; очень замкнутый, необщительный, эмоционально

холодный мальчик. У него нет друзей, в учебе не делает никаких успехов. Но при этом Феде нравится изучать религии и истории Индии. Он заинтересован медитативными техниками. Эти особенности обострились, в последний год, когда мальчику исполнилось 14 лет. Он практически перестал общаться с родителями и все свободное время проводит в своей комнате».

Почему могла возникнуть такая ситуация? Какой план действий можно предложить родителям и педагогам?

Задание № 3

Внимательно прочтите задание, в котором представлена проблемная ситуация из реальной жизни. Предложите решение данной ситуации.

«К учителю приходит мать с убежденностью, что ее дочь - одаренный ребенок, но она нервная, может плохо сдать экзамены и требует учесть это в конкурсном отборе в 7 класс».

Задание № 4

Проанализируйте, о каких особенностях подростковой психики свидетельствует приведенный ниже отрывок?

«Наружность моя, я убеждался, не только была некрасивой, но я не мог даже утешать себя обыкновенными утешениями в подобных случаях. Я не мог сказать, что у меня выразительное, умное или благородное лицо. Выразительного ничего не было – самые обыкновенные черты. Грубые и дурные черты, глаза маленькие карие, особенно в то время, когда я смотрелся в зеркало, были скорее глупые, чем умные».

Задание № 5

«Добрый день! Моему ребенку 2 года и 4 месяца. Последние полгода живем вдвоем: мама, папа и сын. Ребенок желанный, с 9 месяцев целый год сидел с няней, а потом ходил в сад. Уже пол года дома с мамой. До этого жили в семье с бабушкой и племянницей, старшей дочерью, старшим сыном; состав менялся постоянно, так как все учатся в вузах.

В доме никто не дерется, кричим только на него. Ребенок не слушается совершенно, на улице может уйти очень далеко. Прячемся за деревья, думаем, что испугается и вернется, но реакции никакой. Дома прыгает на всех с подголовника дивана, на наши головы, на грудь. Постоянно запрещаем, объясняем, что больно, — не хочет понимать, каждый день скачет. На улице у детей все отбирает, толкается и кричит, с площадки разбегаются дети с мамами при нашем приходе. В группе раннего развития также отбирал все у детей, заниматься не хотел, постоянно с ним сидели в раздевалке. Воспитатель пыталась с ним общаться — бесполезно, пожелала только терпения. Шлепаем его, а он еще просит а-та-та. Дома постоянно кричит или ноет. Устали все, что делать, не знаем. Злюсь на него так сильно, что хочется из дома сбежать». Ваши действия?

Задание № 6

В пятом классе сразу бросается в глаза огненно-рыжая голова бойкого мальчика, который ни минуты не может усидеть спокойно. Он — олицетворение движения и неусидчивости, всегда в кругу товарищей. Казалось бы, кто как не он чувствует себя среди детей «как рыба в воде». Но нет. Есть у него своя «ахиллесова пята», — он рыжеголовый и этого не скроешь. Стоит лишь немного оплошать перед лицом своих товарищей, или просто кому-то не понравиться, как прозвище готово. А для него это едва ли не самое большое оскорбление. Вот и превращается мальчишка за одно мгновение в разъяренного быка, перед носом которого крутят красной тряпкой. А детское общество сплошь да рядом удивительно дерзко и безжалостно...

Какой план действий можно предложить?

Задание № 7

Из рассказа матери:

«Моему сыну было 8 лет, когда, возвращаясь из школы, он увидел, как старшеклассники что-то требовали у младших детей. Не получив нужного, они жестоко побили их на глазах у других детей. Сын очень перепугался и прибежал домой. С тех пор он боится ходить сам в школу, на улицу, мотивируя тем, что и его побьют те самые ребята. Я его долго убеждала, ходила с ним вместе на улицу, провожала в школу. С тех пор прошло уже 2 года. Сын самостоятельно ходит в школу, на улицу, но, как только я посылаю его в магазин, находящийся недалеко возле дома, или еще куда-нибудь, он начинает плакать и говорить, что боится встречи с теми ребятами.

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 8

В консультацию обратилась мать пятилетней девочки, удочеренной за год до этого. Ее беспокоило, как реагировать на довольно упорные вопросы Кати, относившиеся к событиям раннего детства: помнит ли она, «как они ходили в лес вместе с тетей, когда она была маленькая», и т.д. За год совместной жизни у матери и девочки сложилась взаимная привязанность, и воспоминания о прежней жизни — отрывочные и всплывающие непроизвольно, — не сопровождалась у Кати тоской или печалью (родная мать ребенка была лишена родительских прав, после чего в возрасте трех лет девочка была помещена в детский дом). Вместе с тем для Кати было очень значимо связать нынешнюю жизненную ситуацию с сохранившимися, хотя и смутными, воспоминаниями о прошлом.

Ваши действия?

Задание № 9

Учительница:

«Меня привел к вам очень деликатный вопрос. В моем 5 классе учится мальчик С. В связи с плохим обучением и поведением его оставили на второй год в одном и том же классе. Особых хлопот в этом году он не

причиняет. Волнует другое. Я не знаю даже, как это объяснить. Иногда С. ведет себя так, как петух в курятнике. На голову выше всех детей, физически сильнее, он зажимает девочек в темных углах, дергает и бесцеремонно ощупывает, а те, не понимая, что происходит, визжат от страха и боли. Такие «шутки» повторяются все чаще. Я теряюсь в догадках, не зная, как подступиться, что сделать. С одной стороны, стоит пресечь эти «шутки», так как некоторые девочки пожаловались дома, и их родители уже интересовались, что там творится в школе. С другой стороны, хотя С. будто бы старше других детей, но часто мыслит очень инфантильно. Складывается впечатление, что он сам не ведает, что творит».

Как выйти из этой ситуации?

Задание № 10

В 7-м классе есть девочка Вера, которая учится в меру своих возможностей, ведет себя очень скромно и примерно. Но время от времени она 2—3 дня не появляется в школе. А когда приходит, то зачастую с синяками от побоев. Оправданий для пропусков не имеет, выглядит как затравленный зверек. На вопросы не отвечает. Дети говорят, что это отец бьет ее, когда приходит домой подвыпивши. Разговор классного руководителя с матерью на эту тему не удался. Женщина напряженно молчала, слушая педагога. Учитель обратился к психологу с вопросом: что делать?

Через какое-то время, поддавшись уговорам, мать девочки все-таки пришла к психологу. Она открыла некоторые подробности их неблагополучной семейной жизни. Муж систематически выпивает, но наотрез отрицает то, что это болезнь. Уже начал выносить вещи из дома. Живут в 1-комнатной квартире - идти некуда. Старшая дочь (ему неродная, от первого брака), доведена им до отчаяния, обещает наложить на себя руки. Женщина слезно просила психолога вмешаться в их семейные дела, поговорить с мужем. Возможно, хоть как-то удастся повлиять на него, ведь под угрозой не только психическое здоровье младшей дочери, но и жизнь старшей.

Ваши действия?

Задание № 11

9-летняя ученица музыкальной школы имеет хорошие музыкальные способности. Сама пробует писать музыку. Но во время занятий по специальности (фортепиано) ведет себя неадекватно. В ответ на замечания учителя или просьбы исправить ошибки может совсем перестать играть и сидеть, насупившись, либо продолжать играть, не обращая внимания на то, что говорит педагог. Учителю приходится значительную часть урока тратить на уговоры, попытки поладить. Поведение девочки зависит от настроения, которое может испортиться из-за пустяка. Что делать учителю в таких случаях? Как вести себя с таким ребенком?

Задание № 12

Обратилась мама с жалобами на сына 9 лет:

«Несобранный, рассеянный, вспыльчивый, занимается онанизмом, не знаю, как отучить». Более подробная психологическая диагностика взаимоотношений матери и сына выявила сильный элемент неприятия ребенка в родительской позиции матери. Мама с сыном живут вдвоем, с отцом в разводе уже несколько лет. Рефреном многих ее высказываний проходила мысль о том, что женщина все может, за все берется, «везет воз», а мужчины — «слабаки». Активно проводила мысль о том, что в воспитании ребенка отец не нужен, мать его полностью заменяет, даже в воспитании сына: «На лыжах — пожалуйста, боксом пожалуйста, самолет клеить — пожалуйста». Единственное, зачем нужен отец в семье — для того, чтобы давать детям пример благородного, рыцарского отношения к женщине.

Какой план действий можно предложить?

Задание № 13

Из рассказа матери: «Моя семилетняя дочь ревнует меня к своему младшему братику. Когда он был совсем маленьким, это не особенно проявлялось, а сейчас наши отношения очень обострились. Стоит сделать ей какое-то замечание, как она воеет: «Ты меня не любишь, любишь только своего Сашу», начинаю себя ловить на том, что лишь возьму младшего на руки, так и опускаю, а вдруг дочь снова приревнует. При ней стараюсь обращать меньше внимания на сына. Но часто слышу: «Мама, почему ты ему положила большой кусок торта!», «Ты снова с ним играешься, а кто будет играть со мной...» и т.д. Как избавиться от детской ревности?»

Задание № 14

Маша О., 9 лет, 5 гимназический класс.

Феноменология.

Запрос классного руководителя: «Посоветуйте маме забрать дочь из гимназии».

Запрос мамы: «Может быть, мне лучше забрать дочь из гимназии».

Данные, приведенные учителями:

Успеваемость удовлетворительная, единственная претензия — тройки по русскому языку. Вступительные экзамены сдала неровно: получила «3» за диктант, но понравилась учителю-словеснику хорошей речью. Зачислена с условием, что догонит класс по английскому. Учителей беспокоит ее поведение: она «не вписывается» в коллектив, настраивает одних девочек против других, иногда грубит старшим. Маша привирает, придумывая о себе «красивые» истории: однажды она заявила, что плохо себя чувствует, поэтому надо поручить одноклассникам провожать ее домой (школьный врач оценила ее жалобы как симуляцию).

Данные, сообщенные мамой:

Нет усердия в учебе, часто «выкручивается». В начальных классах (в другой школе) была самой сильной по успеваемости, правда, уровень

преподавания был низкий. Маме казалось, что дочь способна справляться с более высокими требованиями, поэтому Маша и поступила в гимназию. В прежнем классе отношения с одноклассниками и учителем были нормальные. Она жалуется, что в гимназии ее дразнят за «бедность». Ее родители развелись, когда девочке было 2 года, живет Маша с мамой и бабушкой. Мама — инженер, зарплата скромная, вынуждена во многом отказывать себе и дочери. Возвращается мама домой поздно, общение с дочерью ограничивается занятиями английским языком. Мама — молодая интересная женщина, но, по ее признанию, ни о какой личной жизни и речи быть не может, так как бабушка (70 лет, бывшая учительница) подавляет и дочь, и внуку. Бабушка не разрешает Маше гулять после школы, боясь, как бы с ней что-нибудь не случилось, в кружки внуку водить отказывается, ссылаясь на свое слабое здоровье. Маша и мама трогательно привязаны друг к другу, мама очень переживает из-за гимназических трудностей дочери.

Наблюдение и беседа с ребенком:

Маша — миловидная, миниатюрная девочка. К обследованию отнеслась заинтересованно, внимание психолога было ей приятно. Очень словоохотлива, интересы инфантильные, доброжелательна к окружающим, ориентирована на поддержку со стороны старших, ей свойственна некоторая демонстративность поведения. Не удовлетворена своими оценками и отношениями в новом классе. В отсутствие подруг в гимназии винит одноклассниц или обстоятельства. Жалуется на чрезмерную опеку со стороны бабушки, особенно обидно Маше, что бабушка даже днем не разрешает ей гулять во дворе.

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 15

Слава С., 13 лет, 7 гимназический класс.

Феноменология.

Запрос классного руководителя: «Как помочь Славе избавиться от «комплексов»? Мальчик не может отвечать у доски перед всем классом, малейшая неприятность приводит к стрессу».

Данные, приведенные учителями:

Учится хорошо, преимущественно на пятерки, к его поведению в школе никаких претензий нет. С одноклассниками хорошие, ровные отношения, правда, настоящего друга в классе у него нет. Слава не проявляет инициативы в установлении дружеских отношений со сверстниками, внеклассные мероприятия обычно игнорирует, редко ездит на экскурсии, объясняя это тем, что не хочет волновать маму. Ребята уважают его за знания. Слава пишет прекрасные сочинения, очень хорошо занимается по иностранному языку. Тем не менее, учителей беспокоит будущее мальчика, его неподготовленность к жизни, незащищенность перед невзгодами. Устные ответы у доски представляют для Славы тяжелое испытание: он краснеет, запинаясь, на глаза наворачиваются слезы, в связи с этим учитель вынужден

давать ему письменное задание, с которым он, тут же успокоившись, прекрасно справляется.

Поводом обращения учителей к психологу послужил случай на городской межпредметной олимпиаде. По условиям конкурса задания по всем предметам выполняются участниками письменно, поэтому Славу как сильного ученика включили в состав команды без колебаний. Но произошло досадное недоразумение. Ему дали карточку с заданием не по французскому языку, который он изучает, а по английскому. Мальчик взял карточку, не сказав ни слова. Сидевшая рядом с ним одноклассница уговаривала его подойти к организаторам, объяснить ситуацию и попросить заменить задание, она даже хотела сделать это сама, но Слава категорически отказался и сдал в комиссию чистый лист. По физике и математике он выполнил задания лучше остальных ребят из своей гимназии, но суммарный балл из-за иностранного языка оказался низким. Свое поведение при получении не того задания мальчик объяснил боязнью показаться невоспитанным, нахальным и тем самым подвести гимназию. Учителя связывают Славины «странности» с трагической гибелью его отца. Мать до сих пор переживает случившееся, и это сказывается на сыне.

Данные, сообщенные мамой:

Отец мальчика, зоолог, погиб в экспедиции, когда сыну шел третий год, отца он не помнит. Все их родственники живут в других городах, так что мать и сын постоянно вдвоем. Разлучались только во время отдыха Славы в летнем оздоровительном лагере, но последние два сезона мальчик отказывался, ссылаясь на однообразие жизни в лагере и отсутствие интересных для себя занятий. Никаких конфликтов с сыном у матери нет, живут они дружно. Слава подробно рассказывает о новостях школьной жизни, мама — о своих делах на работе и различных бытовых проблемах. Если она расстроена, то мальчик утешает и успокаивает ее. До сих пор, и это маму очень радует, у нее с сыном доверительные отношения. Слава всегда хорошо учился, коллектив ему нравится, на одноклассников никогда не жаловался. В начальной школе мама по его просьбе объясняла трудные темы. Сейчас сын не обращается к ней за помощью, успешно осваивает материал самостоятельно. Днем он гуляет во дворе с ребятами, любит играть в футбол. Близких друзей у него нет, как правило, домой их не приглашает, хотя мама не возражает против гостей. Любимое занятие мальчика — чтение и шахматы, он может часами разбирать шахматные партии и решать задачи. Маме 48 лет, она конструктор, работает «от звонка до звонка», затем спешит по магазинам и к 7 — 8 ч. вечера приходит домой, где её ждет сын. В последние годы семья с трудом сводит концы с концами из-за инфляции, а пособие по потере кормильца мизерно. На дополнительный заработок у неё нет времени, да и предприимчивостью она не отличается. Единственное подспорье семейному бюджету — шитьё и вязание, этим она и занимается дома после работы. Иногда они ходят в гости к маминой подруге, та тоже воспитывает одного сына. Вопрос о повторном браке у матери не возникал: надо было заниматься маленьким сыном, а когда он подросток, подходящий, с ее

точки зрения, для замужества возраст миновал. Социальный опыт Славы очень скромный: это школа и булочная, где он каждый день покупает хлеб. Мама понимает, что для взрослого сына этого недостаточно, но так трудно что-то изменить! Шахматного кружка поблизости нет, а долгая дорога небезопасна, а также может оставаться недостаточно времени на уроки. В компанию сверстников Славу не заманить, на школьные вечера мальчик не ходит, ссылаясь на неумение танцевать, а мамины предложения научить его танцам, было иронически встречено: «Сейчас так не танцуют». Выяснилось, что на экскурсии с классом он не ездит по собственной инициативе, мама никогда не возражала против них. Случай на олимпиаде имел неожиданные последствия: мальчик задался целью самостоятельно изучить английский. Мама принесла с работы учебник, и уже месяц Слава штудирует второй иностранный язык, по-прежнему получая пятерки по французскому. Готовность заплакать из-за любой мелочи присуща ему всю жизнь. «Такой уж он уродился, да и я сама такая, а кроме меня он никого и не видит», — заключила мама.

Наблюдение и беседа с подростком:

Слава — худой, долговязый паренек с угловатыми движениями. Встречи с психологом испугался. Когда он вошел в кабинет, у него на глазах были слезы. Отношение к обследованию можно охарактеризовать как послушно-обреченное, иногда подростка удавалось вывести из этого состояния, но как только разговор заходил о чем-то неприятном, Слава тут же возвращался в исходную позицию, опять появлялись слезы. Беседы не получилось, так как отвечал мальчик односложно, об инциденте на олимпиаде сожалеет, теперь он понимает, что надо было разобраться в этой ситуации, и если ему не хватило смелости самому выяснить это недоразумение, то надо было бы воспользоваться помощью одноклассницы. Единственной темой, на которую удалось с ним свободно поговорить, — шахматы. Славе не скучно играть одному, но он понимает, что под руководством специалиста обучение было бы эффективнее. Хотелось бы подружиться с ребятами — любителями шахмат и проверить свои силы. Занимаясь в кружке, легче получить разряд. В районном Доме детского творчества нет шахматной секции, а куда можно обратиться — он не знает. В конце беседы, как бы извиняясь, подросток сказал, что догадывается, почему его пригласили к психологу, что он часто не знает, как правильно себя вести, и добавил, что он не возражает против встречи психолога с мамой.

Ваши действия?

Задание № 16

Юра (6 лет, 2 месяца) пришел записываться в школу с мамой. Первое же задание, в котором требовалось нарисовать фигуру мужчины, а затем срисовать два предложенных образца, он выполнил крайне неохотно, приговаривая, что ему не нравится рисовать. Выполняя задание «Узор», в котором требуется по определенному правилу соединять нарисованные геометрические фигуры, он тоже все время говорил, что устал и не хочет

больше рисовать. Но тут же вскакивал из-за стола, подбегал к доске, хватал мел и принимался рисовать на доске корабли. От выполнения следующих заданий он пытался уклониться, ссылаясь на боль в животе. Но его мать, находившаяся все время рядом с ним, сказала, что он всегда так говорит, когда не хочет что-то делать. Мальчик не мог справиться практически ни с одним заданием: все они вызвали у него отрицательные эмоции. Обследование показало, что Юра абсолютно не готов к школе: ни в мотивационном, ни в волевом, ни в интеллектуальном, ни в речевом отношении. Психолог предложил подождать со школой ещё год, чтобы Юра повзрослел и пошел учиться с семи лет. В предстоящем же году стоит заняться развитием ребенка. Женщина ответила: она понимает, что ее сын очень неусидчив и невнимателен, что он очень запущен, так как им никто никогда не занимался ни в семье, ни в детском саду. Но именно поэтому она хочет, чтобы он пошел в школу с шести лет.

Какой план действий можно предложить?

Задание № 17

В кабинет психолога заглянул учитель и, как бы, между прочим, завел разговор о дисциплине учеников на уроке. «Есть ли какие-то психологические приемы для налаживания дисциплины? — спросил он в разговоре. — Что говорит об этом психологическая наука?»

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 18

Старшеклассница сообщила, что дружит с одноклассником, но ей не нравится, что он курит. Чтобы заставить его изменить эту вредную привычку, она поставила ему «ультиматум»: либо он бросает курить, либо она перестанет с ним дружить. Курить он не бросил, и они перестали встречаться, причем создалось впечатление, что юноша легко смирился с таким ее решением. Девушка хочет возобновить дружбу, но не знает, как это сделать, боится прослыть навязчивой, не хочет, чтобы ее считали «тряпкой», легко изменяющей своим словам. За советом она обратилась к психологу.

Ваши действия?

Задание № 19

После кончины тещи жена стала очень странной. Увлечлась оккультной литературой, общается со странными людьми. Дважды устраивала у нас дома спиритический сеанс. Боюсь, она растеряет собственное душевное здоровье, уж очень это все странно. Может быть, ее надо показать врачу? Да ведь не пойдет. Скажите, могут все эти занятия привести к психическому заболеванию?

Какой план действий можно предложить?

Задание № 20

Я очень доверчивый человек, и этим часто пользуются люди. Называют меня наивной и часто подсмеиваются надо мной, полагая, что я этого не замечаю. Пару раз сталкивалась и с серьезным предательством, ударом в спину. Однако я по-прежнему верю людям, даже понимая, что эта вера — идиотская. А что вы думаете по этому поводу?

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 21

Иногда на меня находят странные состояния. Прямо на лекциях неожиданно к горлу подкатывает ком, на глаза наворачиваются слезы (такое часто бывает на занятиях по возрастной или семейной психологии) — я чувствую, что вот-вот разрыдаюсь, и сама не понимаю, почему... Сдерживаюсь усилием воли, чтобы никто не заметил, не смотрю ни на кого, только в тетрадь... Ну это же ненормально... Скажите, что с этим делать?

Ваши действия?

Задание № 22

Мы поженились полгода назад. За это время я отчетливо убедился, что жена полностью зависит от родителей и во всех своих решениях равняется на них. У нее очень тесная связь с матерью: ни одного решения без нее принять не может, советуется даже о том, как лучше сварить яйца на завтрак — вкрутую или всмятку. Эта связь мешает нашему браку, ставит его под угрозу. С женой я договарюсь, она будет к вам ходить.

Какой план действий можно предложить?

Задание № 23

Бывшая жена моего мужа совершенно не справляется со своими родительскими обязанностями, в результате у дочери мужа от первого брака (она живет с матерью) появилась куча психологических проблем. Хорошо бы вы с ней поработали как специалист, а то она постоянно названивает нам домой и требует, чтобы муж поговорил с дочерью. Она должна научиться общаться с подростком — она этого совершенно не умеет.

Ваши действия?

Задание № 24

У меня постоянное стремление мыть руки, все время кажется, что они грязные. Пока не помою их три раза с мылом, не могу даже сесть за стол кушать. Кусок мыла уходит у меня за три дня. Я не могу справиться с этим, хотя и прекрасно понимаю, что со мной не все в порядке. Помогите мне отучиться от этой привычки.

Какой план действий можно предложить?

Задание № 25

Ребенок (9 лет) все время врет, врет по пустякам, по мелочи... как только на него не воздействовали. Обманывает и насчет оценок, и насчет

того, обедал или нет, и насчет того, что происходило в школе, и когда просто спрашиваем — где гулял с ребятами, что делал. Ругались, по-хорошему убеждали, умоляли даже. А он все равно...

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 26

В наших отношениях с мужем что-то разладилось за последние полгода. Он стал таким равнодушным, невнимательным. Может, у него кризис среднего возраста? Помогите разобраться в наших отношениях.

Ваши действия?

Задание № 27

Очень трудно мне на работе. Люди друг с другом общаются, даже угощают друг друга — кто пирожками домашними, кто еще чем... А меня будто и не замечают, словно меня в комнате нет, словно я пустое место. Почему так? Что можно с этим сделать?

Какой план действий можно предложить?

Задание № 28

На приеме семейная пара. В течение всей встречи жена жалуется на мужа, приводит огромное количество примеров. Когда вы задаете вопросы мужу, перебивает, отвечает за него, не дает мужу высказаться. Укажите способы справиться с этой ситуацией?

Ваши действия?

Задание № 29

Ознакомьтесь с приведенными ниже репликами клиентов, относящимися к началу консультативной беседы. Сформулируйте варианты ответных реплик психолога, направленных на помощь клиенту в переходе к изложению жалобы.

1. Даже не знаю» сможете ли вы мне помочь... Вы сами-то человек семейный?

2. Скажите, а у вас тут нет другого психолога... постарше?

3. Да знаете ли вы вообще хоть что-нибудь? Что такое аутизм? Эдипов комплекс? Аграфия? А чем она отличается от дисграфии?

4. Видел вас в коридоре и сразу решил идти к вам и только к вам... Сразу видно, что вы хороший специалист, можете по-настоящему выслушать и понять человека, не то что некоторые...

5. Пришла к вам по рекомендациям моих знакомых, из них трое были у вас на приеме по поводу проблем, связанных с детьми... Они говорят о вас только хорошее, что вы им всем отлично помогли, что вы вообще очень хорошо всем помогаете, и вот решила обратиться, конечно же, к вам...

6. Предупреждаю вас, что гипнозу и внушению я не поддаюсь, зря вы на меня так смотрите...

7. Психологов сейчас много, как собак нерезанных... И зачем все туда идут? Ведь хороших специалистов в любой профессии очень мало. А профессия эта мало денежная. Я прав?

8. Я человек позитивный. Зачем ссориться, зачем негативные эмоции доставлять друг другу? С кем бы я ни работал — всегда стараюсь поддержать, помочь по мере возможности... Вот и к вам пришел. Если что, если у вас какая-то проблема, если я могу быть вам полезен хоть чем-то — дайте знать, всегда с удовольствием помогу.

9. Вы такая грустная сидите... Вас, наверное, уже клиенты ваши достали, каждый грузит и грузит своими проблемами...

10. Нелегкое время, тяжелое время... В наши молодые годы все было иначе. Ведь вот сколько сейчас семей несчастных, сколько разводов... диву даешься, прости господи... Читала я недавно в газете: в больших городах шестьдесят процентов браков заканчиваются разводами. А дети потом страдают, расплачиваются за ошибки родителей. Уж кому, как не вам, психологу, этого не знать... Наверное, каждый день такие вот мамы к вам обращаются...

Задание № 30

Ознакомьтесь с приведенными ниже репликами клиентов, адресованными консультанту, ведущему прием.

Для каждой реплики попробуйте распознать представления клиента о распределении ответственности за процесс и результат консультативной беседы.

1. Веду тихую войну со свекровью уже много лет. Покоряться ей нельзя, чуть ослабишь бдительность - немедленно переходит в наступление. У меня есть несколько догадок по поводу ее мотивов... я бы хотела с вами их обсудить, как со специалистом, потому что это важно с точки зрения выработки дальнейшей линии поведения.

2. Эти приступы застенчивости очень мешают мне в общении с партнерами. Я был бы очень благодарен вам, если бы вы помогли мне с ними справиться. Ведь уже сейчас возникают серьезные сложности, что же будет потом?

3. С моим ребенком никто не может справиться — ни учителя, ни бывший муж, ни родители, ни врачи, ни психологи. Жизнь с ним — просто кошмар, иногда думаю — дотянуть его хотя бы до совершеннолетия, а там уж как бог даст... я уже и не мечтаю что-то изменить, мне бы выжить...

4. Пожалуйста, подскажите, как мне быть более устойчивым к агрессии и как сделать так, чтобы на работе со мной больше считались и больше уважали.

5. Если есть какие-нибудь методики... вы гипнозом владеете? Или какие-то приемы еще, программирование, я о нем немного читала... я больше не могу с этой неуверенностью в себе, я хочу, чтобы она ушла!..

6. Как я рад, что смог попасть на прием именно к вам! Вас мне порекомендовала Валя Иванова, вы так ей хорошо помогли в прошлом году...

Передавала вам большой привет и вот это... возьмите... Словом, проблема у нас в семье очень серьезная, живем мы с ней уже несколько лет, и ситуация не сдвигается с мертвой точки. К кому мы только не обращались — никто не помог! И рассчитывать мы можем теперь только на вас... если не к вам, то я уж и не знаю, куда обращаться... никто уж и не поможет...

7. Что-то вы уж больно молоденький... а вы прямо консультант, да? Ну... ладно... в общем, есть у меня сложности, но сможете ли вы помочь... не знаю... А другого консультанта у вас здесь нет?

8. Я сделаю все, что нужно, только помогите вернуть мужа...

9. Это кошмарная, рабская зависимость... он будто управляет мной, как будто он хозяин, а я его послушная слуга, и я не могу сказать ему и слова против...

Он знает, что я люблю его и не могу ему ни в чем отказать... и в этой зависимости я больше не могу, не хочу находиться... но как ее прервать? Я бы очень хотела, чтобы в результате вы убрали ее или хотя бы ослабили... потому что вы психолог и знаете, как это сделать... или нет?

10. Знаете, пришла вот на консультацию, и вы спрашиваете — чего я жду... а я ничего и не жду от этой встречи... в моей ситуации изменить уже ничего нельзя, наверное, психологическими методами, мне просто надо принять решение, и, кроме меня, никто его не примет... решать должна я сама, но я никак не могу сделать выбор, никак...

Задание № 31

«Здравствуйте. Моей дочке 2 года и 9 месяцев. Детский сад не посещает, сидит дома с мамой. Недавно, посмотрев мультфильм “Мешок яблок” (главный герой там — заяц), дочка начала называть себя “Папа-Косой” по имени главного героя и говорит о себе в мужском роде: “Я сделал, я открыл, я не умница, а умник” и т.п. Причем, если я обращаюсь к ней по имени, она отвечает: “Я не Аня, я — Папа-Косой”. И так она поправляет всех родственников, бабушек-дедушек и своих друзей. Чужим или малознакомым людям дозволено её называть Аней, для остальных она категорично отвечает про Папу-Косого. И порой, если обращаешься по имени, игнорирует, делает вид, что не слышит, и просьбы не выполняет. И еще: везде и всюду рядом с нами бегают воображаемые сыночки-зайчата. Например, в маршрутке мы занимаем два места, чтобы рядом разместить всех сыночков-зайчиков. Подскажите, пожалуйста, как себя вести в данной ситуации: подыгрывать или все-таки называть по имени?».

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 32

«Здравствуйте! Моей дочке 1 год и 2 месяца. Живем втроем: я, дочка и муж. Проблема в том, что она не дает мне делать какие-либо дела: я мою посуду — она в слезы, когда говорю, что закончу свои дела и займусь ею, — плачет громче, дальше я не реагирую, но она сама не успокаивается,

проплачет целый час, цепляясь за меня, пока я вожусь на кухне. Если увожу ее в комнату и оставляю там, закрыв дверь, тоже не успокаивается.

Чтобы это прекратить, я иду к ней в комнату (или веду ее за руку туда, если она плакала, оставаясь со мной), даю грудь, она успокаивается. Так же происходит, если я глажу, вяжу, сажусь к компьютеру или вообще сажусь за стол, что-то делать, — она в слезы. Дочь всем своим видом и поведением показывает, что я должна прекратить свои занятия и заняться ею. Причем не на все мои дела такая реакция.

Например, если я мою полы или подметаю, т.е. хожу туда-сюда, она просто ходит за мной и участвует в процессе или просто смотрит. Довольно длительное время может чем-нибудь заниматься, если я нахожусь рядом, но ничего не делаю (лежу на диване и наблюдаю за ней). Мы 10 месяцев прожили с родителями мужа, и там было так же, но я старалась не допускать плача, чтобы не беспокоить никого; если дочка начинала капризничать, я старалась сразу успокоить, брала на руки, отвлекала и т.п. Все равно она была капризна. Она начинала плакать, если я выходила из комнаты, даже если в комнате кто-то оставался.

Сейчас, когда мы живем отдельно, в целом она не так капризна, как раньше, я могу ходить туда-сюда относительно спокойно, но, конечно, если я задержусь, она за мной пойдет, и это, я считаю, нормально. Подскажите, пожалуйста, как мне вести себя, когда она требует все бросить и переключиться на нее? Не обращать внимания на плач, игнорировать такое поведение? Она ведь не успокаивается, даже может больше часа плакать. Это ведь слишком».

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 33

К школьному психологу обратилась женщина 30 лет с проблемой трудностей в адаптации к учебе в 1 классе у ее дочери. Девочка не посещала до школы детский сад, в основном, общалась со взрослыми членами семьи. В каком направлении должна вестись работа?

Задание № 34

К психологу обратился студент ВУЗа с проблемой во взаимоотношениях с однокурсниками. Особенный дискомфорт клиент переживает во взаимоотношениях с юношами. В каком направлении должна вестись работа?

Задание № 35

За консультацией обратилась женщина 45 лет в связи с проблемой конфликтной ситуации в семье. Хочет найти способ разрешить конфликт. В каком направлении должна вестись работа?

Задание № 36

К школьному психологу обратились родители подростка в связи с проблемой травли со стороны одноклассников. Мальчик перешел в этот класс из другой школы. В прежней школе проблем с одноклассниками не было. В каком направлении должна вестись работа?

Задание № 37

К психологу обратился мужчина, который после автомобильной аварии получил инвалидность. Чувствует себя никому не нужным, потерянным. Хочет найти возможность получить работу. В каком направлении должна вестись работа?

Задание № 38

За консультацией к психологу обратилась преподаватель младших классов. У нее складываются неблагоприятные отношения с родителями одного из учеников, которые требуют особого внимания к своему сыну и только высоких отметок. Как разрешить конфликт?

Задание № 39

К психологу обратился мужчина 65 лет в связи негативным состоянием и самочувствием из-за вынужденного выхода на пенсию. Работу свою любит и не хотел бы ее терять.

Ваши действия?

Задание № 40

За консультацией к психологу обратилась женщина 35 лет в связи с ситуацией супружеской измены. Хочет понять, что ей теперь делать.

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 41

К школьному психологу обратились преподаватели русского языка и литературы в связи с конфликтом с новым завучем, который ведет себя высокомерно и может сделать замечание своим коллегам в присутствии учеников. Как конструктивно разрешить ситуацию?

Задание № 42

К консультанту обратилась студентка ВУЗа 20 лет по поводу сильного волнения перед экзаменами. Это очень мешает учебе. Как справиться с волнением?

Задание № 43

К консультанту обратился подросток с проблемой непонимания со стороны родителей. Как нормализовать отношения?

Задание № 44

За консультацией к психологу обратился мужчина 40 лет в связи с ситуацией супружеской измены. Хочет понять, что ему теперь делать.

Ваши действия?

Задание № 45

За консультацией к психологу обратилась женщина 53 лет. Она в разводе и живет вместе со своим сыном, который недавно женился. У нее складываются неблагоприятные отношения с невесткой и хотелось бы их улучшить. Как это сделать?

Задание № 46

К психологу обратился мужчина 45 лет. Хотел бы сменить свою работу, но не уверен, что справится с новой работой, которую ему предлагают.

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 47

За консультацией к психологу обратилась женщина 53 лет, которая работает главным бухгалтером на крупном предприятии. Она периодически испытывает сильную усталость, появились проблемы со сном, напряжение. Предполагает, что это связано с чрезмерной нагрузкой на работе, но не готова ее менять.

Ваши действия?

Задание № 48

К консультанту обратился мужчина 45 лет в связи с серьезными конфликтами со своим сыном-подростком. Жена во всем потворствует сыну, ее не переубедить, и сын требует такой же реакции от отца. Как наладить отношения?

Задание № 49

За консультацией обратилась женщина 48 лет в связи с проблемой кризисной ситуацией в семье и ухудшением отношений между супругами. Как нормализовать отношения?

Задание № 50

К психологу обратились родители девочки-подростка. Дочь стала плохо учиться, прогуливает школу, начала курить, грубо разговаривает с родителями. Как найти подход к дочери?

Задание № 51

К психологу обратилась молодая женщина, которая после декретного отпуска боится выйти на работу. Раньше в работе она была очень успешна, а теперь боится, что, как программист, не сможет наверстать упущенное время.

Ваши действия?

Задание № 52

К психологу обратился подросток 14 лет в связи с проблемами с приемными родителями. Они перестали его понимать и любить. Как теперь быть?

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 53

«Недавно у меня сложилась щепетильная ситуация, о которой я не могу рассказать никому из близких и родных. Я замужем седьмой год. И меня моя семейная жизнь устраивает. С мужем работаем в одной компании, но в разных департаментах. Не так давно к нам в отдел пришел новый сотрудник. Ничего в нем такого нет, можно сказать, что он совсем не в моем вкусе. Но так сложилось, что мы подружились (как бы это смешно ни звучало). Мы стали с ним на работе очень тесно общаться. Па перерывы ходили вместе. Да и так свободное на работе время постоянно проводили вместе. Через какое-то время он перешел в другое подразделение нашей компании. Мы не перестали общаться. Мы созваниваемся, общаемся через СМС. Иногда даже просто выбираемся на улицу погулять вдвоем.

Мы разговариваем на абсолютно разные темы, иногда рассказываем подробности личной интимной жизни. С ним легко и спокойно. Мы много шутим, смеемся. Этот молодой человек уже давно живет со своей девушкой, но они не в официальном браке. Сейчас он работает вместе с моим мужем. Они знакомы, иногда мы втроем сидим в баре и общаемся. Муж не так тесно с ним общается, как я. И сейчас я поняла, что меня влечет к нему. Я знаю, что его тоже ко мне влечет. Он часто пытается ко мне прикоснуться. Но так как у него есть девушка, то он не может ей изменить» (Анна, 32 года).

Ваши действия?

Задание № 54

«Об измене мужа стала догадываться, когда забеременела вторым ребенком (ребенок желанный, инициатива появления на свет второго ребенка принадлежит мужу). Всю беременность ходила нервная и раздраженная, подозревая мужа в измене, а муж отрицал факт измены. Когда отношения накалились до предела, муж решил на откровенный разговор и рассказал, что изменять начал практически сразу после свадьбы. Я была в шоке, начались проблемы с беременностью. А за две недели до родов он мне сказал, что и меня, и свою любовницу любит одинаково, поэтому принял решение остаться один. Я собрала вещи, заказала билет и уже собиралась уехать к маме, как муж сказал, что мы должны остаться вместе. Не знаю — это его решение или кто-то отговорил его. Теперь живем вместе, у него вроде бы открылось новое чувство ко мне, а я по-прежнему не могу справиться с болью и обидой. Как жить, подскажите?» (Наталья, 34 года).

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 55

«У моей сестры за плечами десять лет брака, двое замечательных детишек, и вот сегодня она серьезно задумалась о разводе. Ситуация такая: три первых года она жила со свекровью, золовкой и старшим братом мужа. Потом с мужем решили, что так жить нельзя, сняли квартиру. Прожили почти семь лет в съемной квартире. Зимой этого года ее золовка попросила, чтоб они опять стали жить со свекровью, так как она уже в возрасте и ей нужна помощь.

Сама золовка постоянно на работе, помогать своей матери не может. Моя сестра и ее муж обсудили это предложение и приняли решение вновь переехать к свекрови. Все было бы неплохо, но у свекрови есть старший сын, которому уже 50 лет, и он пьет по-страшному. Свекровь к этому относится нормально, говорит “что поделаешь, такой он уродился”. Когда они только переехали, моя сестра просила свекровь, чтоб она сказала своему старшему сыну не трогать детей, когда он пьяный. И вот в понедельник сестра готовила на кухне, он выходит из своей комнаты пьяный и начинает учить ее детей. Сестра ему сказала, чтобы он ушел в свою комнату и детей не трогал. Он стал орать, что его выживают из квартиры. В этот самый момент пришла свекровь и стала обвинять мою сестру, что она ненормальная и ее надо лечить... В общем сестра плачет, звонит мне, жалуется. Я тоже уже не знаю, что посоветовать. Может, вы подскажете, как ей быть?» (Ольга, 37 лет).

Ваши действия?

Задание № 56

В консультацию обратилась пожилая женщина. Она вдова, живет в двухкомнатной квартире с 23-летним внуком, которого из-за смерти родителей воспитывала с 12 лет. Он женился и теперь требует, что бабушка отправилась в дом престарелых и не мешала ему жить. Женщине некуда идти, но дома ей создают невыносимую обстановку. Последняя капля — угроза отобрать ключи.

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 57

«Здравствуйтесь. Моей дочке 2 года и 3 месяца. Недавно у нас появилась младшая дочь, ей сейчас 3 недели. Характер старшей очень изменился. Она и раньше была папина дочка. Но сейчас она вообще меня к себе не подпускает. Хочу ей надеть кофточку: “Уйди, (пусть) папа”. Если надеваю, то снимает и плачет. Если хочет попить, даю ей воды — бросает на пол и просит, чтобы папа дал. И так во всем. Все время просится к мужу на руки, не дает ему ничего делать. Ночью вообще страшно: требует, чтобы муж все время с ней спал. Просыпается каждые 5 минут, проверяет, чтобы не ушел. Если увидит меня, — истерика. Я пытаюсь ей уделять больше внимания, но как это делать, если она меня прогоняет? Мы устали. Подскажите, что нам делать».

Ваши действия?

Задание № 58

«Здравствуйте! Моей дочери 2,5 года. Она разговаривает, знает много стихов, поет песни и пререкаемся с мамой. У меня уже дошло до того, что взялась за ремень: укладываю спать — она не хочет, я ухожу — она начинает рыдать: “Хочу спать”. Надеваю на ночь памперс, она не хочет; откладываю памперс в сторону, — начинается: “Надень памперс”. И такое раз пять на дню. Рассказываю — слушает, обещает больше себя так не вести. И все повторяется.

На площадке дерется. Я с ней занимаюсь, играю (если нет домашней работы), папа тоже время уделяет, занимается ее воспитанием. Где я упустила, недоглядела, не могу понять. Считаю, что ремень тоже не метод воспитания, но как себя вести дальше, уже не знаю. У меня такое чувство, что она проверяет мои нервы на прочность. Пожалуйста, подскажите как себя вести».

Опишите порядок действий психолога.

Задание № 59

«Здравствуйте, меня зовут Алексей, моему сыну 1 год и 1 месяц. Сижу с ребенком я, а жена несколько месяцев назад вышла на работу. Уже задавал вопрос про то, что ребенок не смотрит в глаза (пока не дождался ответа), почитал литературу на вашем сайте и пришел к выводу, что он также и не воспринимает меня как партнера в игре. Все желает делать сам, выхватывает игрушки до того, как я покажу, что с ними можно делать. Когда удается показать какое-либо действие (не очень сложное — например, открыть какую-либо коробочку или перелистнуть правильно страничку детской книги с картинками), пытается повторить два-три раза. В случае неудачи с досадой откидывает ее в сторону, не проявляя большей настойчивости, что-то сделать своими руками вообще не дает.

Скажите, может проблема не в ребенке, а во мне? Может, я слишком многого от него требую, и слишком настойчиво? Когда нужно прекращать настаивать на своем и давать ребенку право выбора? В остальном он прекрасно справляется: даешь бутылочку с водой — начинает пить стоя; говоришь ему: “сидя пей” — садится и пьет; “подними ту или иную вещь” — поднимает, “дай папе” — дает. Кто не в порядке: Папа или Ребенок?».

Ваши действия?

Задание № 60

«Моей дочери 2 года и почти 10 месяцев. Последние пару месяцев мы общаемся с ней только криком. Я могу повторить свою просьбу спокойным тоном десятки раз, но она не будет услышана до тех пор, пока я не закричу. С полутора лет мы занимаемся в школе раннего развития. Помимо изучения букв и цифр, детей учат различать цвета, дают навыки лепки, рисунка и т.п. Все это происходит в игровой форме.

Дочери занятия нравились, но около четырех месяцев назад на занятиях она стала отвлекаться, прыгать, бегать. Я подумала, что ей не хватает

движения, и раз в неделю стала водить ее на занятия физкультурой для малышей. В данный момент ситуация просто приводит меня в отчаяние, потому что и на обычных занятиях, и на физкультуре ребенок на все просьбы выполнить какое-либо задание отвечает: “Не хочу, не буду!” Пробовала договариваться, ругать, приводить примеры, объяснять — не помогает. Стала говорить, что если она не хочет заниматься, то нам лучше пойти домой. Доходя до двери, я слышу: “Буду делать!”. Мы возвращаемся, но через минуту все повторяется.

Я не могу сказать, что ей неинтересно, потому что, приходя домой, она просит поучить с ней буквы, сделать зарядку, считает, учит стихи. Сегодня педагог по физкультуре спросила: “Соня, ты покажешь маме дома, как ты делаешь ласточку?” Ответ: “Нет, не покажу”. Стоило нам выйти за дверь школы, она мне шепчет: “Хочу показать ласточку”. Я совершенно не знаю, как избавиться от этого упрямства. Кричать уже нет сил. Вынуждена купить себе успокоительное. Кроме того, Сонечка стала грызть ногти и постоянно тащит в рот все, что попадает в руки (и сами руки тоже). Хотя она даже пустышку никогда не сосала. Может, у ребенка невроз?».

Какой план действий можно предложить?

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация обучающихся обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (модулю).

Преподаватель доводит до сведения обучающихся на первом учебном занятии перечень вопросов, выносимых на промежуточную аттестацию, и критерии оценивания знаний, умений и навыков.

Целью экзамена является проверка и оценка знаний обучающегося по теории и применению полученных знаний, умений и навыков при решении практических задач.

Экзамен проводится по расписанию, сформированному учебно-методическим управлением, в сроки, предусмотренные календарным учебным графиком.

Результаты сдачи экзаменов оцениваются: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Экзамен проводится по билетам. Экзаменуемый сам выбирает экзаменационный билет, который содержит два вопроса. Экзаменатор имеет право задавать дополнительные вопросы в соответствии с рабочей программой дисциплины (модуля).

Обучающийся допускается к экзамену по дисциплине (модулю) при условии выполнения всех видов работ, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины (модуля).

Экзамен принимается преподавателем, ведущим занятия по

дисциплине (модулю).

Результаты экзамена заносятся в зачетно-экзаменационную ведомость и зачетную книжку обучающегося. Если обучающийся не явился на экзамен, в ведомости напротив фамилии обучающегося преподавателем делается запись «не явился». Неявка на экзамен без уважительной причины приравнивается к оценке «неудовлетворительно».

Во время экзамена с разрешения экзаменатора обучающийся может пользоваться справочниками, таблицами, инструкциями и другими материалами. Экзаменуемый получает 30 минут для подготовки ответа на вопросы экзаменационного билета. На устный ответ каждого экзаменуемого выделяется не более 15 минут.

Экзаменуемый при подготовке ответа ведет необходимые записи, которые предъявляет экзаменатору. При отказе экзаменуемого от ответа в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «неудовлетворительно».

Результаты экзамена заносятся в зачетно-экзаменационную ведомость. Если обучающийся не явился на экзамен, в ведомости напротив фамилии обучающегося делается запись «не явился». Неявка на экзамен без уважительной причины приравнивается к оценке «неудовлетворительно».

В зачетную книжку выставляется соответствующая оценка, полученная обучающимся. Оценка «неудовлетворительно» в зачетную книжку не ставится. Заполнение зачетной книжки до внесения соответствующей оценки в ведомость не разрешается.

Прием экзамена у обучающегося прекращается при нарушении им дисциплины, использовании неразрешенных материалов и средств мобильной связи. В этом случае обучающемуся в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «неудовлетворительно».

В случае несогласия обучающегося с оценкой, выставленной на экзамене, он имеет право подать апелляцию.