

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.05 Техники психологического консультирования

**Автор:**

Профессор кафедры  
общей психологии ИОН РАНХиГС,  
докт.психол.наук, профессор

Никольская А.В.

**Код и наименование направления подготовки, профиля:** 37.03.01 «Психология»,  
«Психологическое консультирование и коучинг»

**Квалификация (степень) выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очная

**Цель освоения дисциплины:**

Целью изучения дисциплины «Техники психологического консультирования» является формирование студентов знанием основ практики психологического консультирования в профессиональной деятельности, в том числе, ознакомление студентов с: 1. основными теориями психологического консультирования, 2. с требованиями, нормами и условиями психологического консультирования, 3. формами и видами психологического консультирования, • основными методами, приемами и техниками целенаправленного психологического воздействия, особенностями их применения в консультативной практике

**План курса:**

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Содержание тем (разделов)
Тема 1	Консультативная работа: цели, задачи, основные понятия и ограничения	Психологическое консультирование как профессиональная деятельность. Консультирование и психотерапия. Проблема определения понятий. Цели и задачи консультирования. Основные принципы консультирования. Возможные ограничения в работе со стороны клиента и со стороны психолога
Тема 2	Техники когнитивно-поведенческой терапии	Метод альтернативных гипотез, дискутирование, модель А-В-С, шкалирование, работа с нереалистичными ожиданиями, работа с иррациональными установками, выявление атрибуций, выявление низкой толерантности к фрустрации, экспозиция, контраргументация
Тема 3	Техники позитивной терапии	Модель баланса, использование притч и метафор, постановка ясных целей и выработка плана, выявление аутоотлической деятельности, определение обратной связи, погружение в деятельность, фокусирование, выработка веры в свои силы
Тема 4	Техники работы со стрессом, тревогой, гневом,	Когнитивная реструктуризация, релаксация, ролевые игры, тренинг осознанности, медитативные техники, дыхательные техники

Тема 5	Консультативный контакт	Перенос и контрперенос в консультировании. Ловушки консультирования. Индивидуальный стиль консультирования. Креативность и мастерство консультанта. Способы создания и удержания консультативного контакта. Супервизия в консультировании
Тема 6	Профессиональные проблемы консультирования	Современное состояние консультирования и перспективы развития

**Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:**

Консультативная работа: цели, задачи, основные понятия	Контрольная работа
Техники когнитивно-поведенческой терапии	реферат
Техники позитивной терапии	Реферат
Техники работы со стрессом, тревогой, гневом,	тест
Консультативный контакт	Контрольная работа
Профессиональные проблемы консультирования	Эссе

Промежуточная аттестация проводится в форме итогового проекта с презентацией по дисциплине, защита которой проводится в рамках сдачи зачета:

**Основная литература:**

1. Психологическое консультирование : практ. пособие для вузов / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина ; под ред. Е. П. Кораблиной. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 222 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-07244-0. — Режим доступа : HYPERLINK <https://biblio-online.ru/bcode/438728>
2. Кашапов, М. М. Психологическое консультирование : учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 157 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-06554-1. — Режим доступа : HYPERLINK <https://biblio-online.ru/bcode/437154>