

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Институт гуманитарных и социальных наук  
Кафедра «Психология»

Утверждено на заседании кафедры  
«Психология»  
«30» января 2023 г., протокол № 7

Заведующая кафедрой



Н.В. Шурова

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**по выполнению лабораторных работ**  
**по дисциплине (модулю)**  
**«Теория и практика возрастно-психологического консультирования»**

**основной профессиональной образовательной программы**  
**высшего образования – программы магистратуры**

по направлению подготовки  
**37.04.01 – «Психология»**

с направленностью (профилем)  
**«Детская и возрастная психология»**

Форма(ы) обучения: *очная, очно-заочная*

Идентификационный номер образовательной программы: 370401-01-23

Тула 2023 год

**Разработчик(и) методических указаний**

Перегудина В.А., доц. каф. психологии, канд. психолог. наук



подпись

## **Содержание**

Пояснительная записка .....	3
Тематика и основное содержание лабораторных работ .....	4
Методический материал для проведения лабораторных работ .....	4
Список литературы для подготовки к лабораторным работам .....	29

## **Пояснительная записка**

Дисциплина относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы.

Дисциплина (модуль) изучается во 2 семестре.

**Целью** освоения дисциплины «Теория и практика возрастно-психологического консультирования» является комплексная подготовка студентов в области теории, технологии и методик профессионального психологического консультирования и развитие у них личностных характеристик, способствующих профессиональному осуществлению консультативной деятельности.

**Задачами** освоения дисциплины являются:

- формирование в системном виде актуальных представлений о теориях и практиках возрастно-психологического консультирования;
- формирование устойчивой системы категорий и понятий, посредством которых в психологии описывается профессиональная консультативная работа психолога с лицами разного возраста;
- формирование основных навыков работы на каждом этапе консультативного процесса;
- формирование базовых навыков совладания с основными проблемами, возникающими у начинающих психологов-консультантов;
- формирование базового понимания динамики и основных закономерностей изменения личности участников консультативного процесса;
- формирование мотивации к практической и исследовательской работе в сфере возрастно-психологического консультирования и выбору дальнейшей индивидуальной образовательной траектории.

### Тематика и основное содержание лабораторных работ

№ ЛР	Наименование лабораторных работ	Кол-во академических часов
<b>Очная форма обучения</b>		
<i>2 семестр</i>		
1	Психологическое обследование ребенка в практике консультирования	2
2	Проблема коррекции психического развития в детском возрасте	2
3-4	Консультирование по проблемам подросткового и юношеского возрастов	4
5	Индивидуальная и групповая работа с родителями в консультационном процессе	2
6	Кризис «середины жизни» и особенности психологической поддержки взрослых в ситуации кризиса. Консультирование пожилых людей	2
<b>Итого</b>		<b>12</b>
<b>Очно-заочная форма обучения</b>		
<i>2 семестр</i>		
1	Психологическое обследование ребенка в практике консультирования	2
2	Проблема коррекции психического развития в детском возрасте	2
3-4	Консультирование по проблемам подросткового и юношеского возрастов	4
5-6	Индивидуальная и групповая работа с родителями в консультационном процессе	2
7	Кризис «середины жизни» и особенности психологической поддержки взрослых в ситуации кризиса. Консультирование пожилых людей	4
<b>Итого</b>		<b>14</b>

### **Лабораторное занятие 1. Психологическое обследование ребенка в практике консультирования (2 часа)**

**Цель:** развить навыки сбора анамнеза, проведения психодиагностического интервью, наблюдения и оценивания, изучение принципов подбора психодиагностических процедур, адекватных ситуации консультирования.

**Задачи:**

1. Изучить основные этапы и правила проведения индивидуального психологического обследования ребенка.
2. Освоить схему составления психологического анамнеза.

**Материалы:** дидактические материалы в виде распечатанных заданий для каждого студента.

**Ход занятия:**

1. **Ознакомление с алгоритмом проведения индивидуального психологического обследования ребенка.** Студенты работают в

микрогруппах, изучая этапы и правила проведения индивидуального психологического обследования (См. Материалы № 1 для лабораторного занятия № 2).

**2. Работа в парах «консультант»-«клиент», проведение психодиагностического интервью, сбор анамнеза.** Включает в себя:

- ☐ Отработку навыков наблюдения и оценивания клиента
  - ☐ Обсуждение возможных психологических диагнозов
  - ☐ Выдвижение гипотез о причинах трудностей ребенка
  - ☐ Составление схемы психологического заключения
  - ☐ Формулировка системы психолого-педагогических рекомендаций
- (См. Материалы № 2 для лабораторного занятия № 2)

**Компетенции, приобретаемые на лабораторном занятии.** В результате работы студенты должны:

**знать:** схемы сбора анамнеза, принципы подбора психодиагностических процедур, адекватных ситуации консультирования

**уметь:** проводить психодиагностическое интервью и клиническую беседу, наблюдать и оценивать в процессе консультации, формулировать психологический диагноз

**владеть:** внутренней логикой консультативного процесса, знать его структурные стадии и взаимосвязи между ними.

*Материалы к лабораторному занятию № 2.*

1. В детской практической психологии существуют традиционные **правила обследования детей дошкольного возраста**. Они заключаются в следующем: - удержание единой пространственной позиции психолога и ребенка («глаза в глаза»), что обеспечивается отсутствием доминанты взрослого и организуется в детском пространстве (детский стол и стульчики и т. д.);

- предоставление первоначального свободного выбора сферы деятельности («игра», «рисунок», «общение» и т. д.), что обеспечивается созданием поля возможностей для ребенка;

- чередование сфер деятельности, что обеспечивается сменой деятельности, на основе которых построены различные тесты (общение-конструирование-движение-рисование);

- регламентация времени, общее время психологического обследования может длиться от 30 минут до 1 часа в зависимости от возраста ребенка;

- регламентация интеллектуальной нагрузки, что обеспечивается пропорциональным отношением интеллектуальных тестов в диагностическом комплексе (не более 3 в одной процедуре с чередованием средств: вербальных и невербальных);

- регламентация личностно-эмоциональной нагрузки, что обеспечивается пропорциональным соотношением проективных тестов в

диагностическом комплексе (не более 3 в одной процедуре с чередованием средств: ассоциативных и экспрессивных);

- дублирование методик общей диагностической направленности, что обеспечивается использованием различных методических средств для подтверждения результатов и может осуществляться дублированием диагностических методов (наблюдения, беседы);

- варьирование процедуры психологического обследования, что обеспечивается недирективными инструкциями и сменой структурных этапов обследования, использованием всех видов помощи при решении тестовых заданий. Данное правило применяется только по мере необходимости при осложнениях адаптации ребенка к ситуации и процедуре обследования, связанных с определенными личностно-эмоциональными особенностями ребенка (тревожность, неуверенность, замкнутость и т. д.).

## 2. Полная модель психологического обследования ребенка в индивидуальном консультировании

№	Этап	Задачи	Содержание, формы и методы работы	Методики (возможные варианты)
1.	Сбор предварительной информации	Установление доверительных отношений с клиентом. Снятие эмоционального напряжения. Ориентирование клиента в правилах и условиях обследования.	Получение информации о социальной ситуации развития ребенка. Формулирование гипотез относительно психологической проблемы ребенка. Определение стратегии индивидуального обследования ребенка. Первичная беседа с родителями, получение информации от врачей, учителей. Наблюдение за ребенком в школьной или иной обстановке. Анализ продуктов творчества ребенка (поделки, рисунки, школьные тетради	Опросник АСВ («Стиль семейного воспитания») Эйдемиллера, Юстицкиса. Опросник родительского отношения. Анкета по сбору данных о ребенке. Методика «Родительское сочинение». Сбор психологического анамнеза по прилагаемой схеме.

			в динамике).	
2.	Этап экспериментально-психологического обследования	Проверка выдвинутых гипотез относительно сущности, характера и причин имеющихся трудностей и нарушений. Установление основных психологических характеристик ребенка.	Сочетание тестового и клинического методов обследования. Наблюдение за ребенком в естественной для него обстановке и обстановке консультации. Изучение личностных особенностей родителей (при необходимости).	Беседа с подростком по предлагаемой схеме, тест Векслера, ШТУР, прогрессивные цветные матрицы Равенна, «рисунок человека» Ф. Гуденаф-Харриса, зрительно-моторный гештальт-тест Л. Бендер, рисунок семьи, шкала самооценки Дембо-Рубинштейн, «Пиктограмма», проба на совместную деятельность ребенка с родителем: «Архитектор-строитель», «Рисуночный диалог». Диагностика межличностных отношений и мотивационной сферы (методика Р. Жилия и др.)
3	Аналитический этап	Окончательная отработка гипотез. Постановка психологического диагноза. Составление условно-вариативного	Обработка совокупности полученных данных. Консультации со смежными специалистами. Углубленное	

		прогноза развития. Разработка рекомендаций для программы коррекционной работы. Составление проекта заключения.	изучение литературы.	
4	Заключительный этап	Выработка реалистического взгляда родителя (или другого обратившегося лица) на ребенка. Совместная выработка мер помощи, программы психолого-коррекционных мероприятий. Преодоление установок клиента на «готовый рецепт». Повышение уверенности клиента в своих силах по решению проблемы.	Совместное обсуждение психологического заключения и прогноза развития. Иллюстрирование ключевых моментов заключения результатами (рисунки). Получение обратной связи от родителей при обсуждении выводов. Рекомендации (при необходимости) про консультироваться у смежных специалистов.	

## **Лабораторное занятие 2. Проблема коррекции психического развития в детском возрасте (2 часа)**

**Цель:** Развитие навыков разработки и проведения психокоррекционных процедур, адекватных ситуации консультирования.

**Задачи:**

1. Изучить этапы коррекционной работы с детьми.
2. Освоить методы коррекционной работы с детьми.

**Материалы:** дидактические материалы в виде распечатанных заданий для каждого студента.

**Ход занятия:**

1. **Ознакомление с этапами коррекционной работы, рекомендациями и формами работы с детьми.** Студенты обсуждают материалы лекции и опорный конспект (Приложения № 1 и № 2).

## **2. Анализ и реализация программ психологической коррекции.**

Студенты анализируют пример коррекционной программы (Приложение № 3) и составляют коррекционную программу по выбранной ситуации консультирования.

**Компетенции, приобретаемые на лабораторном занятии.** В результате работы студенты должны:

**знать:** этапы коррекционной работы с детьми, методы коррекционной работы, принципы подбора психокоррекционных процедур, адекватных ситуации консультирования.

**уметь** разработать программу психокоррекционной работы, в соответствии с ситуацией консультирования.

**владеть** способами организации и проведения психокоррекционной работы, в соответствии с ситуацией консультирования.

### *Материалы к лабораторному занятию № 3.*

**1. Опорный конспект к 1 задаче.** В целом можно выделить четыре основных этапа коррекционной работы. 1. На диагностическом этапе используются различные модификации методики А. Р. Лурии, адаптированные для детского возраста (Симерницкая Э. Г., 1991; Микадзе Ю. В., Корсакова Н. К., 1994; Цветкова Л. С., 1998; Семенович А. В., 2002; Ахутина Т. В., Пыдаева Н. М., 2003; Глозман Ж. М., Потанина А. Ю., Соболева А. Е.т 2006). С их помощью можно выявить не только актуальный уровень знаний и умений ребенка, но и те причины, которые приводят к наблюдаемым нарушениям, то есть установить наличие повреждения или запаздывания функционального созревания мозговых структур. На основании диагностических данных составляется карта особенностей функционирования мозговых структур и разрабатывается коррекционная программа, индивидуальная для каждого ребенка. Диагностические данные используются не только для выбора коррекционных приемов, но и для оценки эффективности воздействия.

2. Цель установочного этапа — создание у ребенка и его родителей активной установки на коррекционную работу, формирование мотивов самопознания и самосовершенствования, снятие тревожности, повышение уверенности в возможности достижения позитивных изменений. Необходимость установочного этапа обусловлена в данном случае еще и тем, что довольно часто применение нейропсихологической коррекции не соответствует ожиданиям родителей, которые «настраиваются» на известные им психологические приемы. Таким образом, происходит переформулировка запроса, достижение более полного осознания проблемы и причин дефекта. Для повышения эффективности коррекционной работы необходимо объяснять родителям и детям (на доступном для них уровне) смысл тех или иных заданий и упражнений, выполняемых ребенком. На этом этапе устанавливается эмоциональный контакт с ребенком и родителями, который помогает в коррекционной работе.

3. На коррекционном этапе осуществляется коррекционное воздействие в соответствии с индивидуальной программой, составленной по результатам диагностики.

4. Этап оценки эффективности коррекционной работы. Необходимо отметить, что устранение симптома не является достаточным поводом для окончания коррекционной работы. Положительный результат, выражающийся в ликвидации проявлений дезадаптации и имевшихся ранее нарушений, не является единственным критерием эффективности. Снятие симптома и преодоление дезадаптации могут носить временный характер. Если при этом не устранены причинные факторы, то вполне возможно быстрое возвращение тех же самых или других симптомов. Многие родители считают конечной целью снятие нарушений, явившихся причиной обращения к специалисту. Однако родителям надо объяснить, что занятия с ребенком необходимо продолжать для разрушения патологического механизма, обеспечения устойчивости достигнутого эффекта, профилактики новых нарушений. Кроме того, максимальный эффект достигается спустя 6-7 месяцев после окончания психокоррекционного воздействия. Устойчивость достигнутых результатов на отдаленных этапах после завершения коррекции показывает отсроченная проверка. Для учета эффективности целесообразно проводить диагностику с помощью тех же приемов, которые использовались перед началом коррекции.

## **2. Рекомендации по проведению занятий:**

1. Занятия проводятся с начала учебного года. 2. Занятия проводятся с периодичностью один или два раза в неделю. 3. Занятия проводятся как индивидуальные, так и одновременно со всем классом. 4. Творческий подход к занятиям. 5. Надо учитывать специфику каждого ребенка, и класса в котором он обучается. 6. Важно следовать некоторым правилам, которые будут способствовать успешному обучению первоклассников: \*Важно поддерживать желания детей принимать участие в обсуждении, их попытки отвечать на вопросы учителя. \*На данных занятиях нет неправильных ответов, важно, чтобы каждый ребенок почувствовал, что его мнением интересуются, с тем, чтобы повысить его включенность в учебный процесс. 7. В высказываниях в адрес детей имеет смысл избегать отрицательной оценки, т.к. многие неверные ответы или поведение, могут быть связаны с напряженным состоянием детей. 8. Хорошо, если в дальнейшей работе с первоклассниками, на других предметах, учитель сочтет возможным использовать элементы данных занятий. Это может быть подчеркивание того, что в классе все могут быть внимательными. Это может быть правило благодарить друг друга за занятия в конце учебного дня.

### **Формы работы**

На занятиях используются различные формы работы с учащимися:

- ☐ игровые задания и упражнения психологического характера;
- ☐ творческие задания;
- ☐ диагностические;

- обсуждение с детьми выполненных заданий;
- обобщение результатов некоторых заданий в виде общих выставок и композиций.

Этапы коррекционной работы	Задачи, решаемые на каждом этапе	Средство коррекционной работы	Перечень возможных заданий
Первый этап	<p>Формирование эмоциональной стабильности и положительной самооценки.</p> <p>Развитие эмоциональной регуляции поведения детей, предупреждение и снижение тревожности, повышение уверенности в себе.</p> <p>Развитие адекватных форм проявления эмоций.</p>	<p>Беседа, Имитационные и ролевые игры, Психогимнастика, Элементы групповой дискуссии, Техники и приемы саморегуляции, Метод направленного воображения.</p>	<p><b>ЗАНЯТИЕ</b>  <b>“Воробьиная семья”</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Называем тему занятия, предлагаем поиграть (введение в игру).</li> <li>2. Игра “Летает – не летает” (объединение участников).</li> <li>3. Этюды: “Воробей – сын”, “Хвастливый воробей”, “Задиристый воробей” (мимика, пантомимика, интонации).</li> <li>4. Этюды: “Воробей – папа”, “Сердитый воробей”, “Добрый воробей” (мимика, пантомимика, интонации).</li> <li>5. Этюды: “Воробиха – мама”, “Грустная воробиха”, “Ласковая воробиха” (мимика, пантомимика, интонации).</li> <li>6. Театрализованная игра “Воробьиные шалости”. Взрослый рассказывает сказку. Дети исполняют роли героев сказки (мимика, пантомимика, интонации).</li> <li>7. Игра “Воробьиные драки” (раскрепощение, реализация агрессивных потребностей).</li> <li>8. Игра – сказка “Дождь в лесу” (расслабление).</li> <li>9. Завершаем занятие.</li> </ol>
Второй этап	Развитие моторики	<p>координацию движений пальцев рук, упражнения без предметов, упражнения с различными</p>	<p>выполнять каждой рукой.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Руки положить на стол и поочередно сгибать пальцы:</li> </ol>

		предметами, гимнастика для пальцев, работа в специализированных тетрадях, упражнения, развивающие координацию движений кистей рук.	средний, указательный, большой, мизинец, безымянный. Выполнять поочередно каждой рукой. 3. Выпрямить кисть и поочередно присоединять безымянный палец к мизинцу, средний – к указательному. 4. Сжать пальцы в кулак и вращать кисть в разных направлениях. Сначала поочередно каждой рукой, затем двумя руками одновременно. 5. Сгибание и разгибание пальцев. Пальцы разомкнуть как можно шире, затем сомкнуть и так продолжать дальше поочередно каждой рукой, затем обеими руками. Помните притказку: “Мы писали, мы писали, наши пальчики устали”. 6. Положить руки ладонями вверх. Поднять по одному пальцу сначала на одной руке, потом на другой. Повторить это упражнение в обратном порядке.
Третий этап	Формирование умения действовать по правилу и разных видов контрольно – оценочных действий: планирующего, промежуточного и итогового видов самоконтроля. Формирование приемов самоконтроля. Коррекция развития произвольности.	Упражнения, побуждающие обучаемого ребенка изменять свою позицию; Преобразование условий задачи с целью обнаружения всеобщего отношения изучаемого объекта; Техники и приемы саморегуляции, Метод направленного воображения. Для развития данного умения необходимо использовать материал,	<b>Задания, направленные на Формирование умения действовать по правилу и разных видов контрольно – оценочных действий:</b> Формирование данного умения происходит в процессе игры, проводимой в четыре этапа, три из которых обязательны, четвертый, дополнительный, этап рассчитан на детей, проявивших

		отличающийся	<p>наибольший интерес к игре. Рассмотрим функции каждого из этапов.</p> <p><b>1. Ориентировочно – обучающий этап</b></p> <p>Здесь происходит ориентировка ребенка в содержании игры, знакомство со всеми обязательными этапами его будущих действий.</p> <p><b>2. Этапы освоения правил</b></p> <p>Он связан с самостоятельным выполнением ребенком игровых действий, состоит из начального и</p> <p>Для развития приемов самоконтроля можно использовать также целую серию дидактических игр.</p> <p>Игра “Сделай так же”, игра “Лесенка”, игра “Число – контролер”.</p> <p><b>Задания на развитие произвольности:</b></p> <p><b>Игра “Пуговица”</b></p> <p>Играют два человека. Перед ними лежат два одинаковых набора пуговиц, в каждом из которых ни одна пуговица не повторяется. У каждого игрока есть игровое поле – это квадрат, разделенный на клетки. Начиная игру выставляет на своем поле 3 пуговицы, второй игрок должен посмотреть и запомнить, где какая пуговица лежит. После этого первый игрок закрывает листком бумаги свое игровое поле, а второй должен на своем поле повторить то же расположение пуговиц. Чем больше в игре</p>
--	--	--------------	--

			<p>используется клеток и пуговиц, тем игра становится сложнее. Эту же игру можно использовать в работе на развитие памяти, пространственного восприятия и мышления.</p> <p><b>Игра “Хитрые картинки”</b></p> <p>Учебный материал состоит из фишек “Домино”.</p> <p>Сначала учитель объясняет соотношение картинок и схем, а потом происходит игра. Она позволяет при интересном сюжете достаточно долго удерживать учебную задачу: умение анализировать элементарную схему. Эта игра также развивает пространственное восприятие, степень концентрации внимания, абстрактное мышление.</p>
Четвертый этап	<p>Развитие и коррекция познавательных способностей и когнитивных процессов:</p> <p>Восприятия и ориентировки в пространстве</p> <p>Воображения Памяти</p> <p>Мышления Внимания</p>	<p>Работа с рисунками;</p> <p>Выполнение упражнений с геометрическим материалом;</p> <p>Использование специальных упражнений, тренирующих основные свойства внимания: объем, распределение, концентрацию, устойчивость и переключение;</p> <p>Использование упражнений, в которых образуются относительно устойчивые сочетания свойств внимания (индивидуально-типологические особенности внимания, обусловленные также и типом нервной системы),</p>	<p><b>Задания, направленные на развитие восприятия и ориентировки в пространстве:</b></p> <p><b>“Расскажи о животных”</b></p> <p>Цель: развить восприятие.</p> <p>Ход игры: в течение 5 секунд ребенку показывайте картинку с животными. Затем он должен назвать, что нарисовано, и рассказать об особенностях этих животных.</p> <p><b>“Незаконченные рисунки”</b></p> <p>Цель: развить целостность восприятия.</p> <p>Задание: предложите ребенку назвать</p>

		<p>на основе которых формируется <i>внимательность</i> как <i>свойство личности</i>;</p> <p>Техники и приемы саморегуляции;</p> <p>Складывание объемных фигур из всех частей по образцам с указанием составных элементов;</p> <p>Метод направленного воображения.</p>	<p>предметы, которые изображены на каждом из трех рисунков.</p> <p><b>“Угадай, кто я?”</b></p> <p>Цель: развить воображение.</p> <p>Ход игры: взрослый или кто-то из детей жестами или звуками изображает какой – либо предмет. Ребенку надо отгадать, что это за предмет. Пусть дети расскажут, как они догадались.</p> <p><b>“Дополни изображение”</b></p> <p>Цель: развить воссоздающее воображение, восприятие и мышление.</p> <p>Задание: надо посмотреть на большой рисунок и подобрать к нему деталь, которая позволит восстановить узор.</p> <p><b>“Составь предложение”</b></p> <p>Цель: развить воображение, мышление, фантазию и речь.</p> <p>Задание: составить предложение, используя названия предметов, изображенных на картинках.</p> <p><b>“Запомни картинки”</b></p> <p>Цель: развить зрительную память у ребенка.</p> <p>Задание: предложите ребенку внимательно посмотреть на картинки, постараться запомнить, в каком порядке они расположены. Затем картинки нужно перевернуть и перемешать, а потом попросить ребенка разложить картинки по порядку.</p> <p><b>“Слушаем и рисуем”</b></p>
--	--	---	--

			<p>Цель: развить слуховую память и внимание.</p> <p>Задание: прочитайте детям рассказ и предложите им нарисовать рисунок, точно отражающий его содержание.</p> <p><b>“Найди отличия”</b></p> <p>Цель: развитие внимания, восприятия, умения сравнивать.</p> <p>Задание: ребенок должен внимательно посмотреть на двух ежей и ответить, чем они отличаются.</p> <p><b>“Лабиринт”</b></p> <p>Цель: развить устойчивость внимания.</p> <p>Задание: ребенок должен помочь мальчику пройти в детский сад.</p> <p>Задания на воспроизведение рисунка относительно симметричной оси.</p> <p>Задания на изменение фигур, для решения которых надо убрать указанное количество палочек.</p>
Пятый этап	<p>Диагностический. Повторная диагностика когнитивных процессов учащихся первых классов позволяет достаточно быстро определить, насколько у ребенка сформировались функции, необходимые для дальнейшего обучения в школе: речь, умственное развитие, умение выполнять учебную задачу и т.д.. Тем самым, позволяет сделать анализ качества проведенных</p>		<p>Методика изучения концентрации и устойчивости внимания; Методика Рене Жиля; Методика “Узор”; “Графический диктант”; Методика изучения объема внимания; Методика изучения мотивации (по Белополюской); Методика изучения концентрации внимания (модификация метода Пьерона – Рузера) Методика “Сапожки”, Шкала самооценки (Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина)</p>

### **Лабораторные занятия 3-4. Консультирование по проблемам подросткового и юношеского возрастов (2 часа)**

**Цель:** изучить основные направления и стратегии оказания консультативной помощи детям подросткового и юношеского возраста.

**Задачи:**

1. Закрепить знания по основным направлениям оказания консультативной помощи.
2. Выработать навыки работы с консультативными случаями и разработки стратегий оказания консультативной помощи.
3. Обеспечить образовательную среду для развития мышления и проявления творческой активности в решении консультативных задач.

**Материалы:** карточки с описанием консультативных случаев

**Ход занятия:**

**1. Групповое обсуждение вопросов по блокам:**

1 блок. Специфика консультирования подростков. «Трудные» подростки глазами родителей, педагогов, психологов. Подросток как клиент. Консультирование родителей и подростков.

2 блок. Стратегия психологической поддержки юношества. Старшеклассник как клиент. Консультирование родителей старшеклассников.

3 блок. Направления оказания психологической помощи клиентам подросткового и юношеского возраста.

**2. Решение задач (анализ консультативных случаев).** Примеры приводятся в приложении (См. Материалы для лабораторного занятия № 1). Студенты выбирают консультативный случай из предложенных преподавателем или приготовленных в качестве домашнего задания. В течение 15 минут в микрогруппе происходит обсуждение и разработка алгоритма консультативной встречи.

**3. Работа в тройках, проигрывание ситуаций консультации с детьми подросткового и старшего школьного возраста.** Выбранный студентами консультативный случай проигрывается микрогруппами перед всей группой. Выбираются следующие роли: родители, дети, при необходимости члены расширенной семьи и учителя, а также психолог-консультант. Затем студенты в течение 10 минут проигрывают ситуацию, стараясь максимально отразить содержание консультативного случая. Участник, исполняющий роль психолога, показывает возможный ход консультации, согласно выбранной группой консультативной задаче.

**Компетенции, приобретаемые на лабораторном занятии.** В результате работы студенты должны:

**знать:** специфику работы психолога с подростками и старшими школьниками, принципы подбора процедур, адекватных ситуации

консультирования, основные направления и стратегии оказания консультативной помощи в конкретных ситуациях.

**уметь:** проводить психодиагностическое интервью, наблюдать и оценивать в процессе консультации, подбирать и использовать процедуры и техники, соответствующие личности клиента, специфике консультативной задачи.

**владеть:** внутренней логикой консультативного процесса, знать его структурные стадии и взаимосвязи между ними; методами определения типичных направлений психологической работы и рекомендаций при оказании консультативной помощи.

### ***Материалы для лабораторного занятия №1***

#### **Ситуация 1. Детский обман.**

Столкнувшись с данной проблемой, изучив массу информации хотела бы, девочки, спросить вас...а что делать, если ребенок врет??? как с ним вести себя??? может кто-то на собственном опыте поделится своими «рецептами» борьбы с проблемой подросткового вранья?

#### **Ситуация 2. «Комплексы».**

Здравствуйте, моей дочери 12 лет, и я стала замечать, что она комплексует, скромничает перед своими сверстниками. Вроде бы, ни в чём ей не отказываем, стараемся чтоб у неё было всё, как у её сверстников. Не знаю в чём причина, объясните пожалуйста.

#### **Ситуация 3. «Нелогичное» поведение.**

Здравствуйте. Почему мой сын, когда идёт к бабушке-дедушке, или к дяде-тёте, то он у них - "золотой", особенно если с ночёвкой, а когда приезжает домой, то становится упрямым и вздорным. Ничего по дому не хочет делать, говорит, что ему надоела вся эта домашняя рутина и ему хочется романтики. В виду его поведения запретили ехать к дальней тёте-стал ещё несносней. Заранее благодарю за ответ.

#### **Ситуация 4. Сексуальное взросление.**

Обнаружила у сына в сумочке презервативы. Когда он увидел их у меня в руках, сразу же кинулся отбирать. На мой вопрос: Это тебе нужно? Ответил: Да, пригодится. Как мне правильно поступить в этой ситуации, стоит ли продолжать на эту тему разговор или отпустить ситуацию и наблюдать за ним? Парню ведь всего 13 лет?

#### **Ситуация 5. Сестра доводит до слез.**

Добрый день! Сестре 13 лет, разница между нами - 14 лет, папы разные. Её отец нас оставил, когда Лике исполнилось 2 года. Т.е. воспитывали её я и мама. Лика родилась с асфиксией, и кучей других осложнений. С рождения кормили с трудом, засыпала только на руках. Долго сильно опекали. Возможно все эти факторы сказались на психике, возможно и на мозгу отразилось. Сейчас (да и всю её жизнь) общаться с ней невозможно. Ежедневно доводит маму до слез. Раньше авторитетом была я, но мама его подорвала (напр. я что-то не разрешаю, приходит мама и разрешает). Характер мамы очень мягкий, воспитание - непоследовательное.

Ли́ка постоянно гуляет с подругой. Просыпаясь утром, во внеучебное время, первая мысль - "на улицу", "Гулять". По дому вообще ничего не делает. Чуть что не по её - жуткая истерика, сама кидается в драку, несколько раз понаставила маме синяков. Ругается страшно. Вопит. Успокоить невозможно. Учиться все хуже и хуже. Договориться ни о чем не получается. Действует максимум полдня. Подруга её нам крайне не нравится, но мы не пытались их настроить друг против друга. Девочка (подруга) матерится, гуляет, не учиться, родители...оставляют желать лучшего. У Ли́ки видели СМС-переписку с подругами о суициде, о желании уйти из дома. Про уход - это у нее основной настрой. Маму обвиняет в "отсутствии детства". Мама учитель, з.п. соответствующая, но мы даем, в материальном плане, все на что способны. Подскажите, как выйти из этого затянувшегося кризиса. Её поведение, гулянки ночные и т.д. уже на грани жизни и смерти. Спасибо!

#### **Ситуация 6. Конфликт отца и сына.**

У нас возник конфликт в семье между отцом и сыном. Отец уже больше года не работает по медицинским показаниям (психическое заболевание эпилепсия). Сын наоборот ведет очень активную жизненную позицию активно работает в молодежной политике, добивается признания и завоевал авторитет во многих делах. Я очень много работаю, когда меня нет дома у отца с сыном возникает конфликт. Отец обвиняет сына в том, что он занимается не своим делом, ни чего не делает по дому, не помогает и не уважает его. Сын же в ответ обвиняет его в еще большем бездействии, говорит, что он неудачник. Был один случай, когда меня не было дома Отец распустил руки, но сын не дал себя обидеть, хотя в итоге и ушел из дома к другу и дома не ночевал. Последнее время сын перестал уважать отца, ничего ему не рассказывает ни о своих достижениях, ни о просьбах, могут находиться в доме и как будто не замечать друг друга. Отец считает, что он всегда во всем прав (хотя это не так) и все должны ему подчиняться. Ситуация сложная. Как объяснить, что отца нужно уважать в любых ситуациях? При этом не подстраиваться под его мнение и смело высказывать свое, не доводя до прямого противостояния.

#### **Ситуация 6. Гигиена.**

Здравствуйте! Моему сыну 12 лет. У него какая-то патологическая забывчивость касаясь рутинных ежедневных вещей. Забыл положить телефонную трубку, повесить аккуратно одежду, зарядить телефон. Каждый день получает сотни напоминаний, но все тщетно. Отдельная песня - гигиена. Бьемся за чистку зубов и принятие душа ежедневно. Если удастся проводить в ванную - зубы почистит абы как, налет остается; если сел в ванную - будет полоскать полчаса, намочит голову и губку, чтобы была видимость помывки. Тело останется грязным. По вопросам гигиены уже много разговаривала с ним, все объясняла. Вопрос по бытовым мелочам - надо ли все же заострять внимание или отпустить на самотек? А как тогда приучение к поддержанию порядка в доме, помощи родителям? Просьба помыть посуду или пропылесосить вызывает бурю гнева, «а почему я?», «не хочу-не буду».

## ***Лабораторное занятие 5. Индивидуальная и групповая работа с родителями в консультационном процессе (2 часа).***

***Цель:*** Развитие навыков индивидуальной и групповой работы с родителями.

### ***Задачи:***

1. Изучить специфику индивидуальной работы с родителями в консультативном процессе.
2. Приобрести умение беседовать с родителями в процессе консультирования.
3. Освоить принципы организации родительских групп.

***Материалы:*** дидактические материалы в виде распечатанных заданий для каждого студента.

### ***Ход занятия:***

***1. Работа с родителями.*** Опираясь на общую характеристику беседы с родителями (см. Материалы № 1 и № 2 к лабораторному занятию № 4), студенты в тройках разыгрывают ситуацию консультации родителей и учителей по проблемам ребенка.

***2. Принципы организации родительских групп.*** Изучив материалы, предложенные в приложении №3, студенты выполняют следующее задание в микрогруппах: «Разработайте сценарий родительского собрания для родителей учащихся начальной школы на тему «Психологические особенности адаптации детей к школе», для родителей подростков – «Трудный возраст: вопросы и ответы», для родителей старшеклассников – «Выбираем профессию».

***Компетенции, приобретаемые на лабораторном занятии.*** В результате работы студенты должны:

***знать:*** цели беседы, проводимой психологом-консультантом по итогам всестороннего изучения общего состояния психического развития ребенка; принципы организации родительских групп.

***уметь*** провести беседу по итогам всестороннего изучения общего состояния психического развития ребенка; организовать работу родительской группы; провести родительское собрание.

***владеть*** методами оказания консультативной помощи родителям и учителям.

***Материалы к лабораторному занятию № 4.***

### ***1. Общая характеристика беседы с родителями в процессе консультирования***

В процессе консультирования психолог контактирует с родителями (хотя это может быть и учитель) несколько раз: в ходе бесед по установлению истории развития ребенка, в ходе обследования ребенка и родителя на предмет специфики их взаимоотношений, в ходе беседы по

результатам обследования, на коррекционных занятиях (родительские группы, тренинг родительской уверенности и др.).

Каждая встреча психолога с лицами, обратившимися с запросом, имеет своей главной целью достижение возможно более глубокого, разностороннего и объективного понимания проблем ребенка, его личности в целом.

Предпосылками успешного результата консультирования являются следующие действия психолога в процессе проведения бесед во время первых встреч:

- умение психолога создать доверительные, откровенные отношения с родителями (или другими обратившимися за помощью лицами), умение проявить эмпатию, показать свое отношение к родителям как к людям, искренне заинтересованным в устранении трудностей ребенка;
- обсуждение целей и задач консультирования, то есть введение клиента в ситуацию предстоящего консультирования, ориентация в общей схеме консультативной работы;
- формирование у клиента установки на совместный и разносторонний анализ проблем ребенка;
- предупреждение клиента о возможных трудностях, осложнениях и препятствиях в процессе поиска форм психологической помощи, а затем и в ходе ее реализации; снятие установки на ожидание немедленных результатов.

Беседа, проводимая психологом по итогам изучения случая, преследует несколько целей:

- 1) подробное обсуждение общего состояния психического развития ребенка, а также характера, степени и причин выявленных трудностей, условно-вариантного прогноза его дальнейшего развития;
- 2) совместную разработку системы конкретных мер помощи или специальной коррекционной программы;
- 3) обсуждение проблем родителей, связанных с ребенком, их отношения к его трудностям;
- 4) планирование последующих встреч или разъяснение необходимости консультаций у специалистов другого профиля (в случае необходимости).

В зависимости от особенностей конкретного случая заключительная беседа консультанта с родителями может строиться по-разному, однако чаще всего в ней выделяют четыре основных этапа. При этом желательно вести беседу одновременно с обоими родителями, так как это помогает получить более объективную и разностороннюю картину жизни ребенка и, кроме того, позволяет им почувствовать общую ответственность за судьбу ребенка.

В начале беседы нужно побудить родителей к свободному и откровенному обсуждению проблем ребенка, актуализации наиболее волнующих их вопросов. Необходимо также коснуться их представлений о причинах трудностей ребенка и средствах их разрешения, помощи, выяснить их мнение о том, какие цели можно ставить перед ребенком, на какое

будущее его ориентировать. На втором этапе беседы предполагается сообщение и разъяснение психологом результатов психологического обследования, а также их совместное обсуждение. Конкретные данные и иллюстрации из материалов обследования, демонстрируемые психологом, обычно помогают родителям составить более верное представление о характере и степени трудностей ребенка. Необходимо стремиться к выработке у родителей реалистического представления о трудностях ребенка. После этого (на третьем этапе) обсуждается специальная программа действий и конкретные формы реализации предложенных рекомендаций. Наконец, в заключение беседы обсуждается то, как изменилось отношение родителей к проблемам ребенка, планируются последующие встречи. В процессе беседы важно проявить теплоту, понимание, уважение. Критерием оценки эффективности беседы служит то, могут ли родители достаточно уверенно действовать на основе тех сведений и рекомендаций, которые они получили от консультанта.

Беседу с родителями рекомендуется проводить в форме свободного либо полустандартизированного вида, выбор управляемого или неуправляемого вариантов и т.д.

Целесообразно проводить максимально подробное обсуждение конкретных результатов, полученных в ходе обследования ребенка, — часто это придает большую убедительность выводам консультанта; родителям полезно иметь на руках психологическое заключение, написанное ясным, понятным языком, или, по крайней мере, самим записать со слов психолога выводы и рекомендации, так как это помогает им в дальнейшем обдумывать результаты консультации, искать конкретные меры помощи, исходя из зафиксированных выводов, проверять их правильность в ходе анализа дальнейшего развития ребенка.

## ***2. Консультативные случаи:***

1. На прием к психологу пришла мама, одна воспитывающая двух мальчиков-близнецов восьми лет. Ее беспокоит то, что младший из близнецов находится под сильным влиянием старшего. Уроки учить садится только с ним, не идет играть на улицу без него, попросил посадить их в классе за одну парту. Кроме того, старший мальчик начал использовать зависимость младшего от себя, заставляя прибирать детскую комнату, забирая игрушки у брата. В какой дополнительной информации нуждается психолог и какие возможные стратегии разрешения этой ситуации?

2. Учительница начальной школы обратилась к психологу за помощью. Мама одного из ее учеников ходит в школу практически каждый день, обсуждает с учителем успехи сына. В том случае, если он получает тройку или двойку, начинает сильно переживать, а иногда и плакать. Учитель пытался несколько раз поговорить с ней, но мама лишь повторяет: «Он моя единственная радость, я ради него на все готова». Каковы действия психолога?

3. На прием к психологу пришла мама девочки 14 лет. Она разводится с мужем и пришла посоветоваться с психологом по поводу того, как эта ситуация может повлиять на девочку и как лучше рассказать ей об этом.

4. Классный руководитель девочки, ученицы 5-го класса, обеспокоен тем, что после гибели отца в автокатастрофе ребенка «как будто подменили». Если раньше она хорошо училась, активно участвовала в классных мероприятиях, то теперь всегда находится в подавленном настроении, без желания ходит в школу, практически не общается со сверстниками.

**3. Родительские группы (статья Клюевой Н.В.).** Наряду с индивидуальной формой работы с родителями в последние годы все чаще используются различные формы групповой работы (тренинги, групповое консультирование, родительский психокоррекционный семинар).

Одним из первых психологов, предложивших помогать родителям устанавливать демократические отношения в семье, был А. Адлер (1870-1937). В 1919 г. он основал в Вене психопедиатрический центр и применил принципы психогигиены в школах. Им впервые использован термин «семейная терапия» и «психиатрия сообществ». Мечтой А. Адлера было создать настоящее содружество единомышленников - родителей, педагогов и других взрослых, которые бы содействовали воспитанию мужества и социальной ответственности у детей и подростков.

Последователем А. Адлера был Р. Дрейкурс, который в 1939 г. организовал при Центре А. Линкольна в Чикаго Центр по консультированию родителей. Цель своей деятельности он видел в том, чтобы помочь родителям усвоить как можно больше подходящих типов взаимодействия, основанных на принципах равенства между детьми и взрослыми. Им были сформулированы четыре цели негативного поведения ребенка: а) требование внимания или комфорта; б) желание показать свою власть или демонстративное непослушание; в) месть, возмездие; г) утверждение своей несостоятельности или неполноценности. Также им разработаны подходы к тому, как скорректировать эти цели и управлять поведением ребенка через модификацию поведения родителей. Группы, которые организовывали А. Адлер и Р. Дрейкурс, основывались на четырех принципах:

1. Демократичность отношений между родителями и детьми основывается на взаимном уважении, доброте и твердости. Доброта - это выраженное уважение к ребенку; твердость является отражением уважения взрослого к самому себе.

2. Способность определять дефектные цели ребенка и понимать их социальные последствия, что поможет родителям добиться психологического понимания детей.

3. Авторитарным методам нет места в демократическом обществе, где все социально равны. В связи с этим власть человека заменяется властью реальности и социальных потребностей в данной ситуации.

4. Поддержка, которая сочетается с уважением, любовью, помощью и оценкой важности роли ребенка как личности, становится главным средством содействия ребенку в осознании чувства собственного достоинства. Главное - это формирование самоуважения, самостоятельности, чувства ответственности, навыков взаимодействия и социальной направленности личности.

В 1970-х гг. Х. Джайнотт разработал оригинальный подход к педагогическому образованию родителей. Он выделил три вида работ, которые может проводить психолог с родителями, испытывающими трудности в воспитании детей: собственно психотерапия, психологическое консультирование и руководство личностью. В родительской группе он предлагал использовать два основных метода, с помощью которых помогал родителям разобраться в эмоциональных проблемах детей. Первый заключался в тактичном, но целенаправленном расспрашивании о том, что может чувствовать ребенок в трудные моменты взаимодействия с родителями. Например, групповая дискуссия может строиться вокруг того, что чувствует ребенок, когда его ругают за плохие оценки. Второй метод заключается в использовании примеров, связанных с ежедневными эмоциональными переживаниями членов группы. Например: «Вы потратили полдня, работая на кухне, прибирали квартиру, но ваших стараний никто не заметил. Что вы чувствуете при этом?». После того как в группе обсудили ряд ситуаций, ведущий может направить внимание родителей на переживания детей, которых игнорируют или не замечают родители. Х. Джайнотт считает, что конгруэнтная коммуникация базируется на трех основных принципах общения: 1) во всех ситуациях родители должны стремиться поддерживать ростки позитивного в ребенке, ни при каких обстоятельствах не ронять его достоинства, поддерживать образ «Я» у ребенка; 2) в общении с ребенком следует говорить о конкретном акте общения, о ситуации и ее последствиях, но не о личности и характере самого ребенка, избегая личных негативных оценок; 3) взрослые в коммуникативном акте должны всегда выступать инициаторами предложения кооперации, которое раскроет перед ребенком возможности разрешения проблемной ситуации таким образом, чтобы он мог осуществить наиболее адекватный выбор.

Программа «Тренинг родительской эффективности», разработанная Т. Гордоном, помогает родителям выйти на новый уровень понимания детей, более внимательно относиться к их потребностям, более открыто и честно строить взаимодействие, дать возможность детям отвечать за свои поступки. К особенностям российского воспитания ее адаптировала Ю.Б. Гиппенрейтер. В своей книге «Общаться с ребенком. Как?» она предлагает психологу вместе с родителями обсудить наиболее часто встречающиеся при общении с детьми трудности и научиться принимать ребенка, оказывать ему поддержку, разрешать конфликты и решать проблемы, связанные с дисциплиной.

Включение родителей в состав группы возможно при эмоциональном принятии ребенка в сочетании с межличностными трудностями общения. Ни прямое обучение, ни аналитико-интерпретационный метод не дают эффективных результатов, так как родительское отношение характеризуется устойчивостью и сопротивлением изменениям. Необходимо создать условия для самостоятельной, активной и сознательной перестройки отношений самими родителями. В таком случае семья превращается в первичную группу самопомощи. Руководство родительской группой может осуществляться в форме консультирования по частной проблеме или в форме специального родительского тренинга. В случае необходимости можно рекомендовать родителям обратиться к психотерапевту или психиатру - специалистам, которые работают за пределами образовательного учреждения.

Консультирование родителей, строящееся на принципах клиент-центрированной работы, может фокусироваться на проблемах родителей. Консультант воздерживается от авторитарных и оценочных суждений, сообщая об особенностях поведения ребенка и описывая альтернативные варианты решения проблем. Право выбора решения сохраняется за родителем.

Групповая работа с родителями может быть организована на родительском собрании, где психолог кроме информирования по таким темам, как: особенности психического развития детей в разные возрастные периоды, специфика отношений между родителями и детьми и др., организует обсуждение конкретных ситуаций, показывает видеоматериалы и предлагает родителям высказаться, проводит небольшие ролевые игры. Родительское собрание обеспечивает:

- понимание психологических особенностей воспитания;
- привлечение родителей к совместному планированию, определению целей работы класса и школы;
- возможности для положительных изменений в семье;
- привлечение родителей к активному участию в классных и школьных мероприятиях.

Родительское собрание как форма организации и сотрудничества, будет эффективно, если: верить в важность и необходимость совместных действий семьи и образовательного учреждения; верить, что семья способна к позитивным изменениям; учитывать интересы и возрастные особенности и детей и родителей; не констатировать ошибки и неудачи родителей и детей, а совместно их исследовать; не обсуждать и не осуждать личность родителя и ребенка; опираться на жизненный опыт родителей; проводить собрание в активной форме: разбор ситуации, психологический практикум, исследование, решение задач, дискуссия, мини-опросы родителей и учащихся и т.д.

Важным моментом является получение согласия родителя на работу с ребенком и заключение контракта на предоставление психологических услуг семье.

**Лабораторное занятие 6. Кризис «середины жизни» и особенности психологической поддержки взрослых в ситуации кризиса.  
Консультирование пожилых людей (2 часа)**

**Цель:** Развитие навыков консультирования психологической поддержки взрослых в ситуации «кризиса середины жизни» и пожилых людей.

**Задачи:**

1. Изучить особенности психологического консультирования клиентов второй половины жизни.
2. Освоить стратегию психологической поддержки пожилых людей.

**Материалы:** дидактические материалы в виде распечатанных заданий для каждого студента. Видеоролики с историями жизни пожилых людей и их высказываниями в отношении себя и молодых людей.

**Ход занятия:**

**1. Ознакомление с содержанием консультативной работы с клиентами второй половины жизни.** Студенты знакомятся с характером жалоб клиентов второй половины жизни и особенностями построения консультативной работы с ними (Приложение № 1).

**2. Стратегия психологической поддержки пожилых людей.** Студенты просматривают и обсуждают видеоролики с историями жизни пожилых людей и их высказываниями в отношении себя и молодых людей, а затем анализируют консультативные случаи (Приложение № 2).

**Компетенции, приобретаемые на лабораторном занятии.** В результате работы студенты должны:

**знать:** содержание консультативной работы со взрослыми в ситуации «кризиса середины жизни» и понимать специфику психологической поддержки пожилых людей.

**уметь** разрабатывать стратегию психологической поддержки при кризисе середины жизни и в работе с пожилыми людьми.

**владеть** способами создания и реализации программы консультационной работы с названными категориями клиентов в соответствии с ситуацией консультирования.

*Материалы для лабораторного занятия № 5.*

**1. Жалобы при кризисе середины жизни.**

«Настроение в последнее время плохое. Ничего хорошего в жизни практически не случается. Я прекрасно понимаю, что нахожусь в депрессии, но ничего не могу поделать». Ж., 40.

«Все плохо: здоровье плохое, денег мало, да еще работа... Вот из Швейцарии вернулись, на лыжах катались, но отпуск уже закончился. К работе чувствую равнодушие. И во всем такая безысходность». М., 43.

«От всего устала. Дома все на мне: готовка, собака. За мужем надо следить, чтобы он зарабатывал нормально. За дочерью: она хоть и взрослая, но домой вечно поздно приходит. Я так устала с ней бороться». Ж., 47.

«Ну уж не знаю, как обстоят дела у других, но для меня мой теперешний возраст самый отвратительный. Никогда в жизни не было так сложно. Как только 45 стукнуло, так и пошло-поехало. Я уже настолько от всего устала, что порой по утрам вставать не хочется. И вообще нет ничего хорошего». Ж., 45.

«Жить стало скучно. Вот в молодости было весело. Мы постоянно куда-нибудь ходили — в театр, в кино. Сейчас если даже и хочется пойти, то трудно себя заставить. Появилась какая-то апатия, инертность. Вообще я, по сути, душевный пенсионер». Ж., 45.

«Такое впечатление, что время остановилось. Все застыло. Каждый день похож на предыдущий. Застой и упадок сил». Ж., 40.

«Все так надоело. Хочется чего-то нового. Вся прошлая жизнь кажется мне нелепой. Иногда хочется что-нибудь с собой сделать». М., 43.

«Вот если бы я мог стать молодым, я бы все делал по-другому. Поступил бы в институт, женился бы позже, когда уже на ноги встал. Сына бы по-другому воспитывал». М., 45.

У некоторых людей возникает перекося в восприятии прошлого и будущего. Будущее они видят более коротким и менее наполненным значимыми событиями, чем прошлое. Возникает субъективное чувство законченности жизни, близости ее окончания.

«Знаешь, жизнь прошла, а вспомнить нечего». Ж., 40.

## **2. Консультативные случаи.**

### **Ситуация 1. Осмысление своей жизни.**

В газете читаю: «Пожилой человек – от 60 лет». Я пожилой человек! Никак не могу понять, так быстро пролетело время!!! Вспомнила маму, когда ей было 64 года, смотрю идет заплаканная, это же видно, я спросила: «Мам, ты че это?! Что случилось?» А она мне ответила: «Ничего не случилось, жизнь прошла уже, и все...» Я не очень поняла ее слова, тогда... ПЕНСИЯ. Могу не работать, но душа ... не хочет сидеть на месте. Есть семья, заботы, но это уже не ново, это все выработалось настолько, что до механического состояния выполняю, глаза закрой ... и делается на одном дыхании, уборка, цветочки, кошечка, приготовление обеда, телефонные разговоры о здоровье, ценах, каких-то новостях не у меня, прогулка в магазин, в поликлинику, в гости к сестре, чтение, до состояния принятия мозгом, то есть до отключки. Я что-то не так делаю? А что дальше? Как живут другие? Почему они не мечтают? Почему они могут ТАК жить? И НОРМАЛЬНО... Не гложет тоска, нет поисков, нет грусти, нет хандры, в такие-то годы стыдно так себя чувствовать, нет, это депрессия, это конфликт с собой, это – кризис пожилого человека...Его надо просто пережить... ПРОСТО пережить. Время лечит. Вот, пройдет неделька, и все опять будет хорошо. Все будет также, но я буду на

все это смотреть под другим углом, уже появиться опять радость, подъем, уже будет спокойно, придет нормальное понимание своего возраста, удовлетворение того, что я нужна семье, что они нуждаются в моей помощи, что они меня ценят. Ценю ли я сама себя? Зачем такие перепады? Что от жизни я жду? Жду? Жду ли? Пожилой человек, что может ждать от жизни?! Муж у меня шутник: «Осталось не долго ....».

### **Ситуация 2. Мудрость.**

Я – старый человек. Пережил солдатом большую войну, исходил пешком и Россию, и Европу. Среди моих близких друзей были и есть и армяне, и азербайджанцы, и грузины, и эстонцы, и немцы, и многие другие. И теперь, на пороге смерти, я вынужден наблюдать то клиническое безумие ненависти, которое охватывает целые пространства нашей земли. Я жалею тех из них, кто ослеплён ненавистью. Неужели же они не видят, что ими играют и что те, кто сейчас из-за кулис разжигает кровавый туман, завтра направят удар против них? То, что делают их руками, очень скоро сделают с ними чьими-нибудь третьими. А те, кто стоит за кулисами, выступят как миротворцы, когда сочтут, что обе стороны пролили достаточно крови.

Эпоха мелких конфликтов и частных столкновений кончилась. Мир един, и то, что происходит на одном конце, неизбежно отзывается на другом. Спрятаться не удастся никому. Колокол звонит по каждому из нас.

(По Ю. Лотману).

### **Ситуация 3. Совместное проживание.**

Мы живем с бабушкой мужа, ему за 80. Благодаря деду нам есть где жить, с кем оставить ребенка на 10 минут, и т. п. А также есть сквородки с покрытием, отчищенные нождачкой, разбитые утюги, не подлежащие ремонту, кухонный стол, изрезанный ножиком, цветы, сгнившие за неделю нашего отсутствия по причине заливания водой, и тому подобные нюансы быта. Плюс к этому бесконечные вопросы на тему "а вы покушали, а вы тепло оделись, а вы куда?" Прибегание в комнату с криками "что случилось" при малейшем повышении интонации со стороны внуков-родителей или правнука-ребенка. Плюс подробные рассказы о самочувствии, о запорах и наоборот. И проблема не в том, что мы не просим, не уговариваем, не объясняем - дед все слушает, все понимает, потом либо забыл, либо хотел как лучше ("а я нождачкой легонечко потер, я ничего не поцарапал", "я не вмешиваюсь в вашу жизнь, я советую"). После серьезного разговора дед может неделю-другую ничего не трогать, никуда не вмешиваться, потом опять новый экстрим на кухне и т.п. Сейчас сделали дорогой ремонт на кухне, как сохранить все без потерь - даже не представляю.

## Список литературы для подготовки к лабораторным работам

### Основная литература

1. Григорьев Н.Б. Психологическое консультирование, психокоррекция и профилактика. – СПб.: Институт психологии и социальной работы, 2012 // <http://www.book.ru/book/905703>
2. Линде Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов вузов/ Линде Н.Д.— Электрон. текстовые данные.— М.: Аспект Пресс, 2013.— 272 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8876>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
3. Мальцева Т.В. Профессиональное психологическое консультирование [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Мальцева Т.В., Реуцкая И.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012.— 143 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16285>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
4. Сапогова Е. Е. Консультативная психология: учеб. пособие для вузов / Е. Е. Сапогова .— М. : Академия, 2008 .— 350 с. : ил. — (Высшее профессиональное образование : Психология) .— Библиогр. в конце кн. — ISBN 978-5-7695-4868-0

### Дополнительная литература

1. Актуальные проблемы психологии семьи и семейного консультирования [Электронный ресурс]: материалы научной конференции аспирантов, молодых преподавателей и студентов факультета психологии и педагогики РосНОУ (г. Москва, 22 марта 2011 г.)/ Н.Н. Азарнов [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Российский новый университет, 2011.— 204 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21260>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
2. Амбросова В.И. Психологическое консультирование. Часть 1 [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Амбросова В.И.— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2011.— 104 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22267>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
3. Балашова С.В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии [Электронный ресурс]: пособие для самостоятельной работы для студентов факультета клинической психологии, для клинических психологов/ Балашова С.В.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2009.— 39 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21837>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
4. Грюнвальд Б. Консультирование семьи [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Грюнвальд Бернис Б., Макаби Гарольд В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2008.— 415 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3829>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
5. Кашин В.К. Прикладное консультирование [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Кашин В.К.— Электрон. текстовые данные.— М.: Евразийский открытый институт, 2009.— 136 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11078>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
6. Перегудина В. А. Тренинг начинающего психолога-консультанта: учебное пособие / В. А. Перегудина; Тульский государственный университет. Тула: Изд-во ТулГУ, 2022. 171 с. Электронный текст см. по URL: <https://tsutula.bookonlime.ru/product-pdf/trening-nachinayushchego-psihologa-konsultanta-uchebnoe-posobie>. ISBN 978-5-7679-4976-2

7. Немов Р.С. Психологическое консультирование. – М.: Юрайт, 2013 // [http://www.biblio-online.ru/thematic/?5&id=urait.content.10329714-E4A3-41C3-9385-5B28BDB264FE&type=c\\_pub](http://www.biblio-online.ru/thematic/?5&id=urait.content.10329714-E4A3-41C3-9385-5B28BDB264FE&type=c_pub)

### **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. <http://www.iprbookshop.ru/> - Цифровой образовательный ресурс IPR SMART, доступ авторизованный
2. <https://tsutula.bookonline.ru/> – ЭБС ТулГУ «BooKOnLime» учебные издания ТулГУ по всем дисциплинам, доступ авторизованный
3. <https://urait.ru> - Образовательная платформа «Юрайт», доступ авторизованный
4. <https://e.lanbook.com> – ЭБС «Лань», доступ авторизованный
5. <https://book.ru/> - ЭБС «BOOK.ru», доступ авторизованный
6. <http://www.cyberleninka.ru/> - Научная электронная библиотека «КиберЛенинка», доступ свободный
7. <http://www.elibrary.ru/> - Научная Электронная Библиотека ELIBRARY, доступ свободный
8. <http://www.rsl.ru/> - Российская государственная библиотека
9. <http://www.nlr.ru:8101/> - Российская национальная библиотека
10. <http://www.rasl.ru/> - Библиотека Российской Академии наук
11. <http://www.scsml.rssi.ru/> - Центральная научная медицинская библиотека ММА им. И.М. Сеченова
12. <http://www.gnpbu.ru> - Государственная научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского
13. <http://www.diss.rsl.ru> - Электронная библиотека диссертаций РГБ