Учреждение образования «Белорусский государственный

экономический университет»

|  |  |
| --- | --- |
|  | **УТВЕРЖДАЮ**  Ректор учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Егоров  «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025  Регистрационный № УД- /уч. |

**ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

Учебная программа учреждения образования

по учебной дисциплине для специальности

6-05- 0313- 01 Психология

2025

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта общего высшего образования ОСВО 6-05-0313-и учебного плана по специальности 6-05-0313-01 Психология.

**СОСТАВИТЕЛЬ:**

И.Р.Абрамович*,* доцент кафедры экономической социологии и психологии предпринимательской деятельности учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат психологических наук, доцент.

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

Н.Ю.Клышевич, доцент кафедры общей и медицинской психологии БГУ, кандидат психологических наук, доцент.

А.О. Буева, декан социально-экономического факультета учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат политических наук, доцент.

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

Кафедрой экономической социологии и психологии предпринимательской деятельности учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»

(протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 г.);

Методической комиссией по учебным дисциплинам социально-гуманитарного модуля по специальностям «Психология», «Социология», «Политология (по направлениям)», «Политология», «Философия», «Экономика» с профилизациями «Экономическая психология», «Экономическая социология» учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»

(протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 г.);

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»

(протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 г.).

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа по учебной дисциплине «Теория и практика психологической помощи» направлена на овладение умениями и навыками практического применения психологических знаний при оказании психологической помощи.

**Цель** преподавания учебной дисциплины заключается в формировании у студентов профессиональных знаний, умений и навыков в области практической психологии при осуществлении психологического консультирования клиентов с различного рода запросами.

Достижение поставленной цели предполагает решение следующих **задач:**

* ознакомление с основными теоретическими концепциями оказания психологической помощи;
* изучение показаний и противопоказаний при использовании теоретических концепций в психологическом консультировании клиентов с различного рода проблемами;
* овладение современными технологиями оказания психологической помощи.

В результате изучения учебной дисциплины «Теория и практика психологической помощи» формируются следующие **компетенции**:

**специализированная:**

анализировать и применять психологические средства воздействия на другого человека

В результате изучения учебной дисциплины студент должен

***знать***:

* основные функции, нормативно-правовую базу, этические принципы работы практического психолога, формы документации и правила её ведения;
* основы психологического консультирования;
* современные технологии оказания психологической помощи.

***уметь***:

* применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач профессиональной деятельности;
* учитывать этические нормы при организации и проведении психологических консультаций;
* организовывать и проводить психологические консультации с различным контингентом клиентов в индивидуальной и групповой формах;
* оказывать психологическую помощь в преодолении возникающих трудностей, в решении клиентом различных психологических проблем.

***иметь навык***:

* организации работы по оказанию психологической помощи;
* проведения индивидуальных и групповых консультаций;
* организации и осуществления практической деятельности психологической службы.

В рамках образовательного процесса по данной учебной дисциплине студент должен приобрести не только теоретические и практические знания, умения и навыки по специальности, но и развивать свой ценностно-личностный, духовный потенциал, сформировать качества патриота и гражданина, готового к активному участию в жизни страны.

Учебная дисциплина «Теория и практика психологической помощи» относится к модулю «Психологическая помощь» компонента учреждения образования.

Для изучения учебной дисциплины «Теория и практика психологической помощи» необходимы знания, полученные при освоении учебных дисциплин «Психология личности», «Психология развития», «Медицинская психология», «Психология семьи», «Основы психологической коррекции».

Форма получения высшего образования – дневная.

В соответствии с учебным планом университета на изучение учебной дисциплины отводится:

общее количество учебных часов – 136, аудиторных – 60 часов, из них лекции - 28 часов, практических занятий 32 часа.

Распределение аудиторного времени по курсам и семестрам:

5 семестр – лекций – 28 часов, практических занятий – 32 часа.

Самостоятельная работа студента –76 часов.

Трудоемкость – 3 зачетные единицы.

Форма промежуточной аттестации по учебной дисциплине – экзамен.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

**Тема 1. Понятие и виды психологической помощи**

Определение понятия психологической помощи. Становление психологической помощи как социального института. Сравнительная характеристика психотерапии и психологического консультирования. Основные модели и направления психологической помощи. Этические принципы деятельности консультанта. Личность консультанта. Цели и задачи основных этапов психологического консультирования.

**Тема 2. Психодинамическое направление в психологическом консультировании**

Теория психоаналитической терапии. Стадии психосексуального развития и типы регрессивного поведения. Механизмы психологической защиты. Генезис невроза. Базисная модель психодинамической психотерапии. Роль психотерапевта. Специфика позиции пациента. Рабочий альянс. Механизмы психотерапии. Техники классического психоанализа. Достоинства и ограничения подхода.

Теория адлерианской психотерапии. Система основных понятий: стиль жизни, чувство неполноценности, комплекс неполноценности, стремление к превосходству, социальный интерес. Генезис невроза. Механизмы формирования комплекса неполноценности. Механизмы психотерапии. Роль психотерапевта. Позиция клиента. Цели работы с клиентом. Этапы работы с клиентом. Психотехника в индивидуальной психотерапии. Достоинства и ограничения подхода.

Теоретические положения аналитической психологии. Смысл понятия «символ». Понятие архетипа. Генезис невроза. Цель работы с клиентом в рамках аналитической психотерапии К. Юнга. Теория и механизмы юнгианской психотерапевтической модели. Роль психотерапевта. Специфика позиции клиента. Стадии психотерапевтического процесса. Психотехника в аналитической психотерапии. Анализ архетипов и символов в творческой продукции клиентов.

Теория телесно-ориентированной психотерапии. Основные положения учения В. Райха: психологический панцирь, мышечный панцирь, оргонная энергия. Цель телесной психотерапии. Биоэнергетика А. Лоуэна. Типы характерологических структур. Техника биоэнергетического анализа. Другие подходы телесно-фокусированной психотерапии.

**Тема 3. Когнитивно-поведенческое направление в психологическом консультировании**

Методологические основы данного направления работы с клиентом. Краткий обзор бихевиоральных подходов. Генезис невроза. Патология с точки зрения поведенческой терапии. Цели психологической помощи в рамках бихевиоральной терапии. Специфика определения целей терапии в рамках данного подхода. Основные направления дальнейшей работы с клиентом по достижению этих целей. Роль психотерапевта. Роль клиента. Основные методы и техники поведенческой психотерапии. Достоинства и ограничения подхода.

Теория когнитивной психотерапии. Основные понятия когнитивной психотерапии. Патогенез психопатологических расстройств. Когнитивное содержание эмоциональных расстройств: депрессии, тревожных и панических расстройств, фобии. Цель когнитивной психотерапии. Процесс психотерапии. Позиция терапевта. Позиция клиента. Этапы психотерапевтического процесса. Техники когнитивной психотерапии. Показания к использованию когнитивной модели психотерапии.

**Тема 4. Экзистенционально-гуманистическое направление в психологическом консультировании**

Причины возникновения гуманистически ориентированной психотерапии. Отличительные особенности этой группы подходов оказания психологической помощи. Теория клиент-центрированной психотерапии К. Роджерса. Патогенез невроза в концепции К. Роджерса. Цель работы с клиентом в рамках клиент-центрированного подхода. Механизмы психотерапии, ориентированной на клиента. Роль терапевта. Необходимые и достаточные условия для обеспечения контакта с клиентом. Клиент в терапии. Результат терапии. Приемы, наиболее часто используемые в рамках клиент-центрированной психотерапии К. Роджерса.

Теория гештальттерапии. Сущность взгляда на природу человека и его личностные расстройства в рамках гештальттерапии. Концепция нарушений в гештальттерапии. Основные невротические механизмы развития личности: слияние, интроекция, проекция, ретрофлексия и дифлексия. Механизмы психотерапии. Цель работы с клиентом в гештальттерапии. Этапы психотерапевтического процесса. Основные технические процедуры, используемые в гештальттерапии. Достоинства и ограничения гештальттерапии.

Общая характеристика концепции экзистенциональной психотерапии (Р. Мэй, В. Франкл, И. Ялом). Описание психотерапевтического процесса. Техники экзистенциональной психотерапии.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ»

Дневная форма получения высшего образования

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| номер раздела, темы | Название  раздела, темы | Количество аудиторных часов | | | | | | | литература | Формы контроля знаний |
| лекции | практические занятия | семинарские занятия | лабораторные занятия | Количество часов управляемой самостоятельной работы | | |
| лекции | практические занятия | семинарские занятия |
| **5 семестр** | | | | | | | | | | |
| Тема 1 | Понятие и виды психологической помощи | 4 |  |  |  |  |  |  | [1], [8] | Экспресс-опрос |
|  | Понятие и виды психологической помощи |  | 4 |  |  |  |  |  | [1], [6] [8], [14 | Опрос, контрольная работа |
| Тема 2 | Психодинамическое направление в психологическом консультировании | 8 |  |  |  |  |  |  | [1], [3],[5], [9] | Экспресс-опрос |
|  | Психодинамическое направление в психологическом консультировании |  | 10 |  |  |  |  |  | [3], [5], [9],[10], [12] | Опрос, контрольная работа, рефераты |
| Тема 3 | Когнитивно-поведенческое направление в психологическом консультировании | 6 |  |  |  |  |  |  | [1], [2], [3],[5], [9] | Экспресс-опрос |
|  | Когнитивно-поведенческое направление в психологическом консультировании |  | 8 |  |  |  |  |  | [2], [3],[5], [9] [11], [12], [14], [16 | Опрос, контрольная работа, рефераты |
| Тема 4 | Экзистенционально-гуманистическое направление в психологическом консультировании | 8 |  |  |  |  |  |  | [1], [5], [7], [15] | Экспресс-опрос |
|  | Экзистенционально-гуманистическое направление в психологическом консультировании |  | 10 |  |  |  |  |  | [1], [5], [7], [9],[11], [12], [15],[16] | Опрос, рефераты, контрольная работа,  коллоквиум |
| **Всего часов** | | **26** | **32** |  |  |  |  |  |  | **экзамен** |

**ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

**Литература**

**Основная:**

1. Степанова, Л. Г. Основы психологической помощи : учебное пособие / Л. Г. Степанова. - Минск : Вышэйшая школа, 2023. - 343 с.
2. Егоров, А. Ю.Психология девиантного поведения : учебное пособие для студентов учреждений высшего образования по специальностям "Психология", "Практическая психология" / А. Ю. Егоров, С. А. Игумнов. – Минск : Адукацыя і выхаванне, 2021. – 447 с.

**Дополнительная:**

1. Абрамова, Г. С. Психологическое консультирование : теория и практика : учебное пособие / Г. С. Абрамова. – Москва : Прометей, 2018. – 362 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483175> (дата обращения: 04.06.2025). – ISBN 978-5-906879-71-4. – Текст : электронный.
2. Абрамова, Г. С. Графика в психологическом консультировании : учебное пособие / Г. С. Абрамова. – Москва : Прометей, 2018. – 187 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483173 (дата обращения: 04.06.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906879-67-7. – Текст : электронный.
3. Алешина, Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю. А. Алешина.- М.: «Академический проект», 2000.- 327 с.
4. Андронникова, О. О. Психологическая помощь в кризисной ситуации : учебное пособие / О. О. Андронникова. – Москва : ИНФРА-М, 2025. – 454 с. – (Высшее образование: Специалитет). – DOI 10.12737/1815938. - ISBN 978-5-16-017134-0. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/1815938 (дата обращения: 04.06.2025). – Режим доступа: по подписке.
5. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф. Бондаренко. – М.: «Независимая фирма «Класс», 2001. – 335 с.
6. Воронцов, Д. В. Консультативная психология : базовые методические проблемы : учебник / Д. В. Воронцов, С. В. Гриднева, А. И. Тащёва ; Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2016. – 342 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493323 (дата обращения: 04.06.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9275-2306-1. – Текст : электронный.
7. Глэддинг, С. Психологическое консультирование / С. Глэддинг. – СПб.: Питер, 2002. – 736 с.
8. Гулина, М. Терапевтическая и консультативная психология /М.Гулина. – СПб: Речь, 2001. – 352 с.
9. Ишкова, М. А. Основы психологического консультирования : учебно-методическое пособие / М. А. Ишкова. – 3-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2020. – 115 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461088 (дата обращения: 04.06.2025). – Библиогр.: с. 109-111. – ISBN 978-5-9765-2427-9. – Текст : электронный.
10. Линде, Н.Д. Основы современной психотерапии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Д. Линде. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 208 с.
11. Макеева, Е. С. Теория и практика психологической помощи : электронный учебно-методический комплекс для студентов ДФО специальности 1-23 01 04 "Психология" / Е. С. Макеева // Электронная библиотека БГЭУ. – URL: http://edoc.bseu.by:8080/handle/edoc/20681 (дата обращения: 04.06.2025).
12. Мицкевич, А. Н. Первая и превентивная психологическая помощь в повседневной жизнедеятельности : памятка для педагогов, родителей, студентов, волонтеров, вожатых, работников социальных организаций : практическое руководство / А. Н. Мицкевич, С. В. Петров ; под. ред. Ю. В. Полищука. - Москва : МПГУ, 2018. - 62 с. - ISBN 978-5-4263-0627-1. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/1340978 (дата обращения: 04.06.2025). – Режим доступа: по подписке.
13. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования: Как давать и обретать душевное здоровье : пер с англ. / Р. Мэй. – М.: Издательство «Независимая фирма «Класс», 2001. – 252 с.
14. Пахальян, В. Э. Психологическое консультирование: учеб. пособие / В.Э. Пахальян. - СПб.: Питер, 2006. - 256 с.: ил.

**Перечень вопросов для проведения экзамена**

1. Понятие и виды психологической помощи.
2. Сравнительная характеристика психотерапии и психологического консультирования.
3. Классификация психотерапевтических подходов.
4. Этические аспекты деятельности психолога-консультанта.
5. Факторы, влияющие на эффективность психотерапевтического процесса.
6. 4 подхода в описании генезиса невроза с точки зрения психоанализа З.Фрейда.
7. Основные положения психоаналитической терапии.
8. Понятие психологической защиты.
9. Виды психологических защит.
10. Генезис невроза с позиций индивидуальной психотерапии А.Адлера.
11. Цель, задачи и процесс индивидуальной психотерапии.
12. Представления о неврозе в рамках аналитической психотерапии К. Юнга.
13. Этапы психотерапевтического процесса в рамках аналитической психотерапии.
14. Невротические механизмы развития личности с точки зрения гештальтерапии Ф. Перлза.
15. Принципы и механизмы гештальттерапии.
16. Патогенез неврозов с позиции клиент-центрированной психотерапии К. Роджерса.
17. Необходимые условия для обеспечения изменений клиента в рамках человеко-центрированного подхода в психотерапии.
18. Мишень когнитивной психотерапии.
19. Когнитивное содержание депрессии, тревожных расстройств фобий.
20. Основные понятия поведенческой психотерапии.
21. Представления о человеке, личности и ее аномалиях в поведенческой психотерапии.
22. Основные положения телесно-ориентированной психотерапии В. Райха.
23. Теория и практика телесной терапии А. Лоуэна.
24. Определение групповой психотерапии.
25. Типы групп.
26. Сравнительный анализ индивидуальной и групповой форм психотерапии.
27. Методические приемы работы в психоанализе.
28. Техники работы в индивидуальной психологии А. Адлера.
29. Методические приемы работы в аналитической психотерапии К. Юнга.
30. Техники работы в телесно-ориентированном подходе.
31. Методические приемы работы в клиент-центрированном подходе К. Роджерса.
32. Техники работы в гештальттерапии.
33. Техники работы в когнитивно-поведенческом подходе.
34. Техники групповой психотерапии.
35. Метод свободных ассоциаций.
36. Толкование сновидений по З.Фрейду, А. Адлеру, К. Юнгу.
37. Техники работы с телом («заземления», диагностики мышечных блоков, катарсические техники).
38. Техники выявления и проверки автоматических мыслей.
39. Техника «нажатия кнопки».
40. Аверсивные техники.
41. Этапы психотерапевтического процесса в рамках аналитической психотерапии.
42. Действие «Как если бы…».
43. Тренинги умений.
44. Техника раннего воспоминания.
45. Контракты на достижение.
46. Мишень когнитивной психотерапии.
47. Написание истории жизни.
48. Техника «антисуггестия».
49. Техника систематической десенсибилизации.
50. Техника словесных ассоциаций.
51. Техника «психодрама».
52. Техника активного воображения.
53. Техника «сделай наоборот».
54. Техника эмпатических ответов.
55. Техника «идти по кругу».
56. Техника метафоры.
57. Техника «пустого стула».
58. Метод амплификации.
59. Техника рефлексивных ответов.
60. Анализ переноса.

**Перечень тем рефератов**

1. История развития института психологической помощи.
2. Предмет и методы консультативной психологии как науки.
3. Психологическая помощь в кризисной ситуации.
4. Первая и превентивная психологическая помощь.
5. Психологическая служба и ее организация.
6. Психологическая помощь в учреждениях образования.
7. Особенности психологического консультирования в средней школе.
8. Особенности консультирования в высшей школе.
9. Телефонное консультирование.
10. Психологическое консультирование по вопросам употребления психоактивных веществ.

**Организация самостоятельной работы студентов**

Для получения компетенций по учебной дисциплине важным этапом является самостоятельная работа студентов.

На самостоятельную работу обучающегося дневной формы получения образования отводится 76 часов.

Содержание самостоятельной работы обучающихся включает все темы учебной дисциплины из раздела «Содержание учебного материала».

При изучении учебной дисциплины используются следующие формы самостоятельной работы:

* самостоятельная работа в виде решения психологических задач в аудитории во время проведения практических занятий под контролем преподавателя в соответствии с расписанием учебных занятий;
* углубленное изучение тем, отдельных вопросов, понятий;
* подготовка к семинарским занятиям, в том числе подготовка сообщений, рефератов и т.д.;
* работа с учебной, справочной, аналитической и другой литературой и материалами;
* составление обзора научной литературы по заданной теме;
* выполнение информационного поиска и составление тематической подборки литературных источников, интернет-источников;
* подготовку к сдаче промежуточной аттестации.

**Контроль качества усвоения знаний**

Диагностика качества усвоения знаний проводится в рамках текущей и промежуточной аттестации.

Мероприятия текущего контроля проводятся в течение семестра и включают в себя следующие формы контроля:

экспресс-опрос на аудиторных занятиях;

опрос;

реферат;

коллоквиум;

контрольная работа.

Текущая аттестация по учебной дисциплине проводится три раза в семестр.

Результаты текущей аттестации за семестр, полученные в ходе проведения мероприятий текущей аттестации, оцениваются отметкой в баллах по десятибалльной шкале, и отражаются в ведомости текущей аттестации по учебной дисциплине.

Требования к обучающемуся при прохождении промежуточной аттестации.

Обучающиеся допускаются к промежуточной аттестации по учебной дисциплине при условии успешного прохождения текущей аттестации (выполнения мероприятий текущего контроля) по учебной дисциплине, предусмотренной в текущем семестре данной учебной программой.

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

**Методика формирования отметки по учебной дисциплине**

*В соответствии с Положением о рейтинговой системе оценки знаний, умений и навыков студентов БГЭУ.*

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ С

ДРУГИМИ УЧЕБНЫМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Название учебной дисциплины, изучение с которой  требуется согласование | Название  кафедры | Предложения  об изменениях в содержании учебной программы  учреждения высшего образования по учебной дисциплине | Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и  номера протокола) |
| Философия | Философии |  |  |

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ»

(Регистрационный № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от )

на \_\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_\_ учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Дополнения и изменения | Основание |
|  |  |  |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры экономической социологии и психологии предпринимательской деятельности

(протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.)

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Декан СЭФ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Заведующий кафедрой экономической социологии и

психологии предпринимательской деятельности \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Лашук