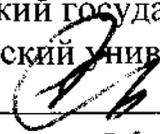


Учреждение образования «Белорусский государственный  
экономический университет»

УТВЕРЖДАЮ

Ректор учреждения образования  
«Белорусский государственный  
экономический университет»

  
\_\_\_\_\_ В.Н. Шимов

«12 \_\_\_\_\_ 04 \_\_\_\_\_ 2011 г.

Регистрационный №УД 652-11 /баз.

## **ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

**Учебная программа для специальности  
1-23 01 04 «Психология»**

2011 г.

**СОСТАВИТЕЛЬ:**

П.В. Горонин, доцент кафедры педагогики и психологии Учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат психологических наук, доцент.

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

А.М. Гадилия, доцент кафедры психологии, Учреждения образования «Белорусский педагогический университет им. М. Танка», кандидат психологических наук, доцент.

Л.И. Подгайская, доцент кафедры экономической социологии Учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат социологических наук, доцент.

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

Кафедрой педагогики и психологии Учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»

(Протокол № 7 от «18» марта 2011 г.)

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

(Протокол № 5 от «06» апреля 2011 г.)

Ответственный за выпуск: П.В. Горонин

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Основы психологической помощи» является одним из базовых курсов в подготовке студентов – психологов и способствует глубокому освоению всего спектра проблем, методов и требований, предъявляемых к специалисту в данной области. В учебном курсе раскрывается социально-культурный и исторический контекст возникновения соответствующей профессии, глубоко и всесторонне проанализированы сложившиеся традиции и намечающиеся перспективы деятельности, связанной с психологической помощью личности и сообществу. На основании различных научных подходов дается описание конкретных проблем, практик и нормативных требований применительно к личности и деятельности специалиста, профессионально занятого в области психологической помощи.

Курс систематизирует знания, полученные при изучении общей психологии, психологии личности и др. дисциплин, что расширяет психологическую компетентность студентов, необходимую для их практической и исследовательской деятельности. Курс «Основы психологической помощи» предполагает проблемный, диалогичный стиль преподавания, стимулирующий поисковую активность студентов при написании рефератов, самостоятельной подготовке к занятиям.

Основной целью освоения дисциплины «Основы психологической помощи» является сформировать систему научных понятий и упорядоченных базовых представлений о психологической помощи личности и сообществу, об основных тенденциях в развитии современных методов оказания психологической помощи.

Для достижения поставленной цели выделяются следующие задачи курса:

- раскрыть основные понятия и категории психологической помощи;
- сформировать у студентов представление о теоретических и прикладных задачах оказания психологической помощи.

В результате изучения курса «Педагогическая психология» студенты должны:

- понимать проблемы оказания психологической помощи личности в социально-культурном и историческом контексте
- владеть базовыми понятиями и идеями психологической помощи личности;
- знать содержание основных этапов оказания психологической помощи;
- знать нормативно-правовую базу оказания психологической помощи;
- знать основы организации и условия эффективного функционирования психологической службы;
- сформировать первичные навыки взаимодействия психолога с клиентами;

- уметь провести анализ классических и современных методов оказания психологической помощи ;
- понимать основные закономерности и механизмы поведения личности;
- уметь анализировать условия и факторы, влияющие на развитие личности;
- уметь применять полученные теоретические знания для решения прикладных задач в профессиональной деятельности;
- овладеть навыками работы с учебной и научной литературой, освещающей изучаемый предмет.

Перечень дисциплин, усвоение которых необходимо для выполнения задач курса:

Общая психология;

Психология личности;

Физиология поведения;

Методология, теория и методы психологических исследований.

Всего часов по дисциплине 156, из них всего часов аудиторных 68, в том числе 30 часов лекционных занятий, 16 часов практических занятий, 22 часа семинарских занятий. Рекомендуемая форма контроля – экзамен.

**ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ»**

№ п/п	Название темы	Всего часов	В том числе		
			лекции	практич. зан.	семинары
1.	Психологическая помощь личности как предмет обучения	4	2	-	2
2.	Становление психологической помощи как социального института и профессии	4	2	-	2
3.	Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире	4	2	-	2
4.	Основные задачи и формы работы	4	2	2	-
5.	Квалификация, функции и этика специалиста	4	2	-	2
6.	Структура процесса: первая встреча	6	2	4	-
7.	Коммуникативные техники в консультативной беседе и этикет	4	2	2	-
8.	Этапы процесса и прогноз перспектив	4	2	-	2
9.	Психодинамическое направление	8	4	2	2
10.	Поведенческое направление	6	2	2	2
11.	Гуманистическая психотерапия,	6	2	2	2
12.	Когнитивное направление	6	2	2	2
13.	Теоретические подходы к построению функциональной модели личности психолога-практика	4	2	-	2
14.	Нормативные документы, регламентирующие деятельность психолога	4	2	-	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>	<b>30</b>	<b>16</b>	<b>22</b>

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

### **ТЕМА 1. Психологическая помощь личности как предмет обучения**

Психологическая помощь как область и способ деятельности, предназначенные для содействия человеку в решении проблем, порождаемых душевной жизнью человека в социуме. Спектр эмоционально-смысловой жизни человека как общественного существа: межличностные отношения, эмоциональные внутриличностные (как глубинные, так и ситуативные) конфликты и переживания; проблемы социализации (выбор профессии, создание семьи, воспитание детей, разные формы общественных отпращиваний), проблемы персонализации (возрастные и экзистенциальные)

### **ТЕМА 2. Становление психологической помощи как социального института и профессии**

Основные предпосылки и источники оказания психологической помощи: Развитие экспериментальной психологии, формирование нового, гуманного и научного подхода к людям, страдающим психическими заболеваниями. Развитие психологического тестирования и движения за умственную гигиену. Возникновение в Бостоне в первом десятилетии XX века (Ф. Парсон) консультирования, связанного с выбором профессии. Возникновение и утверждение в 1940-х годах в США “недирективной психотерапии” К. Роджерса, отказ от термина “пациент” в пользу термина “клиент”, закрепление в общественном сознании представления о психологической помощи включая консультирование и психотерапию. Возникновение на основе американского протестантизма института религиозного попечительства и социальных работников. Возникновение основных разновидностей профессионалов, работающих в области медицинской психотерапии: психоаналитик, клинический (медицинский) психолог, социальный работник.

### **ТЕМА 3. Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире**

Психическое (и духовное) развитие ребенка. Экзистенциальные и личностные проблемы подростка. Брак и семья. Проблематика психического и личностного здоровья. Психологическая помощь умирающему и психотерапия горя. Проблемы пожилого возраста. Проблемы личности, общения, психического состояния, коррекции поведения, адаптации в местах заключения, больницах, казармах. Психологическая помощь и поддержка в кризисных ситуациях: внезапная смерть, попытка суицида, изнасилование, измена, потеря любви, работы. Школьное консультирование и профессиональное консультирование. Управленческое консультирование. Психологическая помощь в адаптации, преодолении этнических предрассудков и стереотипов у эмигран-

тов. Особенности развития психологической помощи в странах в зависимости от уровня экономического и культурного развития.

#### **ТЕМА 4. Основные задачи и формы работы**

Специфика ситуации обращения за психологической помощью. Этапные моменты в процессе принятия человека человеком. Основные задачи оказания психологической помощи. Спектр личностной проблематики при оказании психологической помощи клиенту: самоопределения (идентичности), выбора (принятия решения), самосознания (личностной рефлексии); совладания с критической (кризисной) ситуацией. Задачи, относящиеся к развитию субъектности, к развитию функциональных и экзистенциальных (инструментальных и “самостных”) начал личностного “Я”. Особенности оказания психологической помощи при определении целей и задач самим клиентом. Основные формы работы — индивидуальная и групповая. Основания для предпочтения индивидуальной или групповой формы работы/

#### **ТЕМА 5. Квалификация, функции и этика специалиста**

Перечень специалистов оказывающих психологическую помощь. Роль и значение народных целителей (“экстрасенсов”, “магов”, “астрологов” и др.) в оказании психологической помощи. Различия в психотерапевтической (медицинской) и психологической помощи и психотерапии (внемедицинской). Соотношение в содержании, способах и объемах оказания психологической помощи. Соотношение уровней и форм терапевтической помощи личности и сообществу. Основные квалификационные требования к специалисту в области практической психологии. Общие этические требования: уважение личности, человеческих прав и свобод, достоинства, надлежащая профессиональная компетенция, совесть, доброжелательность и безусловная установка на благо клиента. Этические стандарты и нормативы, специфичные для практикующих и консультирующих психологов. Принцип конфиденциальности. Одежда и имидж консультанта, внешний облик и манеры поведения психолога (мужчины или женщины).

#### **ТЕМА 6. Структура процесса: первая встреча**

Общая характеристика процедурных и процессуальных моментов при оказании психологической помощи. Основные фазы человеческого общения — начала отношений, их развитие, динамика и прекращение. Роль и значение первой встречи для формирования первого впечатления о человеке, оценки личностного (психотерапевтического) потенциала клиента. Формирование неосознаваемых установок взаимного принятия и непринятия психологом и клиентом. Причины и условия, влияющие на эффективность первой консультативной беседы. Каузальная атрибуция, аттракция, эмпатия, рефлекс-

сия, отождествление как неосознаваемые механизмы формирования личностных и профессиональных отношений.

## **ТЕМА 7. Коммуникативные техники в консультативной беседе и этикет**

Общая характеристика коммуникативных техник в консультативной беседе. Сочетание универсальных и специфических коммуникативных техник и приемов при оказании психологической помощи. Психологический смысл молчания как признак сопротивления, признак самоанализа, выражение отчаяния или инсайта. Основное правило эмпатического слушания. Прояснение как техника направлена на раскрытие смысла: мотивационного, целевого, операционального. Рефлексивная вербализация как разновидность вербализации направленная на усиление эмоционально-смыслового резонанса высказываний клиента. Интерпретация как техника разъяснения клиенту скрытого смысла его высказываний. Самораскрытие как один из приемов в установлении рабочих отношений и облегчении самораскрытия клиента. Конфронтация как техника предназначена для ответственного обнажения противоречий. Подведение итогов как техника завершения консультативных встреч.

## **ТЕМА 8. Этапы процесса и прогноз перспектив**

Общая характеристика этапов оказания психологической помощи. Консультативная беседа как один из основных методов оказания психологической помощи. Консультативная беседа как личностно-ориентированное общение, цели, задачи, этапы. Особенности первой встречи. Критерии положительной динамики протекания консультативной беседы на всех этапах психологической помощи. Особенности завершения встречи и беседы при потенциальной незавершенности проблемной ситуации. Связь характера психологической помощи и собственных предпочтений психолога с проблематикой клиента. Специфичность и интенсивность оказания психологической помощи.

## **ТЕМА 9. Психодинамический подход**

Психодинамический подход как направление связанное с динамическими аспектами психики — мотивами, влечениями, побуждениями, внутренними конфликтами. Понятийная структура и основные особенности консультативного и психотерапевтического процесса в классическом психоанализе. Структура личности по Фрейду. Общая характеристика структурных компонентов сознания по Фрейду. Стадии психосексуального развития. Понятие защитных механизмов и их характеристика. Совокупность переживаний, связанных с явлением “переноса” и “контрпереноса”. Главных цели психотерапии и консультирования в классическом психоанализе. Роль и позиция психотерапевта (консультанта) в классическом психоанализе. Психо-

техника в классическом психоанализе. Аналитическая психология К. Юнга. Структуре личности в аналитической психологии К. Юнга. Основные теоретические положения К. Юнга. Особенности консультативного и психотерапевтического процесса. Индивидуальная психология А. Адлера. Основные положения теории Адлера: Целостность и целесообразность. Комплекс неполноценности и компенсация. Стилль жизни. “Я-идеальное”. Социальный интерес. Особенности консультативного и психотерапевтического процесса.

#### **ТЕМА 10. Поведенческое направление.**

Общая характеристика концепции. Основные идея бихевиоризма Дж. Уотсона. Современные тенденции в бихевиоральной психотерапии. Основные понятия. Обусловливание. Генерализация. Затухание. Контробусловливание. Эффект частичного подкрепления. Реакция избегания. Характеристика конфликта в бихевиоральной психотерапии. Цели психологической помощи. Роль психолога-консультанта. Особенности консультативного и психотерапевтического процесса. Техники в психологическом консультировании и психотерапии как совокупность приемов формирования нового поведения (переучивания). Современные суггестивные техники: нейролингвистическое программирование, эриксоновский гипноз (косвенное внушение), “управляемое воображение”.

#### **ТЕМА 11. Гуманистическое психотерапия**

Экзистенциальная психотерапия и консультирование. Основные понятия, положения и представители экзистенциальной психотерапии. Содержательная характеристика основных понятий экзистенциальной психотерапии. Переживание как базовое понятие, характеризующее особый способ или состояние бытия. Описание консультативного и психотерапевтического процесса. . Основная цель экзистенциальной психотерапии и консультирования. Роль психолога-консультанта. Позиция клиента. Психотехника в экзистенциальной парадигме. Особенности взаимоотношения между психологом и клиентом. в экзистенциальной психотерапии. Теория и практика консультативной и психотерапевтической работы К. Роджерса. Описание консультативного и психотерапевтического процесса. Цель психологической помощи — помочь человеку стать “всецело действующей личностью”, отказаться от попыток играть какую-либо роль и постараться быть самим собой. Психотехника в концепции К. Роджерса. Гештальт-терапия как одна из разновидностей экзистенциальной психотерапии. Описание консультативного и психотерапевтического процесса.

#### **ТЕМА 12. Когнитивное направление**

Когнитивная парадигма в консультировании и психотерапии. Опора на личность, познавательные структуры, на логические способности. Рацио-

нально-эмотивная терапия (РЭТ) Альберта Эллиса. Основные теоретические положения концепции А. Эллиса. Цели психологической помощи. Позиция психолога. Позиция клиента. Психотехники в рационально-эмотивной терапии. . Когнитивная психотерапия Аарона Бека как психологическая помощь при эмоциональных расстройствах. Основные положения концепции реальности терапия У. Глассера. Описание консультативного и психотерапевтического процесса. Цели психологической помощи. Позиция психолога. Психотехники в реальностном консультировании и терапии. Общая характеристика концепции А. Бека. Когнитивная терапия А. Бека. Описание консультативного и психотерапевтического процесса.

### **ТЕМА 13. Теоретические подходы к построению функциональной модели личности психолога-практика**

Основные теоретико-прикладные задачи профессиональной подготовки психологов-практиков: построение теоретической модели специалиста, первичный отбор профессионально пригодных кандидатов; разработка содержания обучения и развития психологов-практиков; решение проблемы собственного профессионального самоопределения специалистов. Ценностно-ролевая детерминация сознания специалиста, способов его общественного поведения. Личностное и профессиональная этика, деонтология психологов-практиков. Принципы поведения. Оценки профессионального соответствия. Специфика профессиональной этики практикующего психолога. Обобщенная характеристика уровней представленности психологической помощи личности.

### **ТЕМА 14. Нормативные документы, регламентирующие деятельность психолога**

Основные права консультирующего психолога и клиента. Квалификационная характеристика по специальности «Педагог-психолог учреждений образования». Введение должности психолога в детских садах, школах, ПТУ, ССУЗах и ВУЗах Планирование деятельности педагога-психолога. Годовой план работы. Планирование рабочей недели. Рабочий день педагога-психолога. Составление карты ученика. Материалы обследования. Составление отчета о проделанной работе. План методической работы педагога-психолога.

## ЛИТЕРАТУРА

### Основная:

1. Бондаренко, А.Ф. Психологическая помощь. Теория и практика / А.Ф. Бондаренко. – М., 2002.
2. Бурно, М. Е. Терапия творческим самовыражением / М.Е. Бурно. — М., 1989.
3. Василюк, Ф. Е. Психология переживаний / Ф.Е. Василюк. — М., 1984.
4. Братусь, Б. С. Аномалии личности / Б.С. Братусь. — М., 1988.
5. Бурно, М. Е. Клиническая психотерапия / М.Е. Бурно. — М., 2000.

### Дополнительная:

1. Ананьев, Б.Г. О проблемах современного человекознания / Б.Г. Ананьев. – СПб., 2001.
2. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М., 1968.
3. Вилюнас, В.К. Психологические механизмы мотивации человека / В.К. Вилюнас. – М., 1990.
4. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии / Р.М. Грановская. – СПб., 2003.
5. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб., 2004.
6. Коган, Л.Н. Цель и смысл жизни человека / Л.Н. Коган. – М., 1984.
7. Леонгард, К. Акцентуированные личности / К. Леонгард. – М., 1989.
8. Фромм, Э. Бегство от свободы. Человек для себя / Э. Фромм. – Минск. 2000.
9. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – СПб., 2003.

Беларускі дзяржаўны эканамічны ўніверсітэт. Бібліятэка.  
Белорусский государственный экономический университет. Библиотека.  
Belarus State Economic University. Library.

<http://www.bseu.by>