



Частное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ ВОСТОЧНО-ЕВРОПЕЙСКИЙ ИНСТИТУТ»

Пушкинская ул., д. 268, 426008, г. Ижевск. Тел.: (3412) 77-68-04. E-mail: fdo@mveu.ru, www. mveu.ru

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ЧОУ ДПО «Международный Восточно- Европейский институт»

_____ В.В. Новикова

«___» _____ 2023 г.

ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

«Коучинг. Эффективные стратегии достижений»

252 ак.ч.

Форма обучения очно-заочная

Ижевск 2023



Частное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ ВОСТОЧНО-ЕВРОПЕЙСКИЙ ИНСТИТУТ»

Пушкинская ул., д. 268, 426008, г. Ижевск. Тел.: (3412) 77-68-04. E-mail: fdo@mveu.ru, www. mveu.ru

Содержание

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.....	3
2. КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА.....	5
3.УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	6
4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА	7
5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	7
6. ИТОГОВАЯ АТЕСТАЦИЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ	9



1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Цель реализации программы

Формирование у слушателей профессиональных компетенций, необходимых для овладения профессиональными навыками ведения грамотного индивидуального и группового коучингового процесса

1.2 Характеристика нового вида деятельности

Область профессиональной деятельности слушателя, прошедшего обучение по программе профессиональной переподготовки «Коучинг. Эффективные стратегии достижений»

- индивидуальная практика консультирования, работа в центрах психологической помощи населению;
- при наличии базового педагогического или медицинского образования – работа психологом –консультантом в учреждениях образования и здравоохранения;

Объектами профессиональной деятельности являются люди, испытывающие трудности социально- психологической адаптации, эмоциональные сложности, желающие получить ответа на вопросы, связанные с повседневным существованием.

Задачи профессиональной деятельности:

- владение базовыми навыками ведения коуч-сессий как формой помощи людям;
- знание концептуальных основ и принципов коуч-сессии;
- умение устанавливать причинно- следственные связи мышления. в которых скрытаны ограничения. сомнения, запреты и непонимания. ;
- активно слушать и слышать суть запроса, присутствовать в контексте. устанавливать доверительные отношения и выстраивать долгосрочные отношения с клиентом; умение осуществлять профессиональную релаксацию с целью анализа собственной профессиональной деятельности.

1.3 Нормативно-правовая база

Дополнительная профессиональная образовательная программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Проект Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ "Об утверждении профессионального стандарта "Консультант в области управления персоналом" (на основании приказа Минтруда России № 197н от 4 апреля 2022 г.)

1.4 Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения модулей:

Процесс изучения программы «Психолог-консультант» направлен на формирование следующих общекультурных (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

- ОК-1 Способность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу;
- ОК-2 Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала;
- ОК-3 Понимание сущности и социальной значимости своей будущей профессии;
- ОК-4 Понимание норм профессиональной этики психолога-консультанта;



ПК-1 Определять потребности физического лица и цели тренинга и/или коучинга;

ПК-2 Выявлять первичные запросы получателя (получателей) услуг;

ПК-3 Способность к реализации стандартных программ, разработка плана проведения тренинга, определение всех видов ресурсов для разработки, организации и проведения тренинга;

ПК-4 Способность к отбору и применению психодиагностических методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей обработкой данных и их интерпретацией;

ПК-5 Способность к проведению тренинга физического лица в соответствии с целями и договором консультирования с использованием традиционных методов и технологий;

ПК-6 Способность к выявлению специфики психологического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам;

ПК-7 Способность заключать консультационные соглашения с получателем (получателями) услуг;

ПК-8 Способность организовывать и оказывать услуги коучинга населению и трудовым коллективам.

В результате освоения программы слушатель должен:

Знать:

- Границы и ситуации использования психологического консультирования;
- Основные принципы ведения консультаций;
- Факторы эффективности консультативной работы;
- Виды консультативной работы;
- Этапы психологического консультирования;
- Основные техники и технологии консультирования;
- Особенности группового консультирования

Уметь:

- Определять потребности физического лица в развитии для целей коучинга;
- Устанавливать контакт с физическим лицом для целей консультирования;
- Осуществлять сбор, систематизацию и оценку информации в соответствии с целями консультирования физического лица;
- Разрешать конфликтные и сложные ситуации межличностного общения;
- Соблюдать нормы этики делового общения;
- Разрабатывать проекты планов и программ тренинга;
- Оценивать эффективность процесса и результаты консультирования физического лица;
- Использовать основные принципы ведения консультаций;
- Применять различные приемы, повышающие эффективность консультативной работы;
- Обеспечивать соблюдение требований законодательства Российской Федерации в области обработки персональных данных и конфиденциальной информации;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении информации, предоставленной физическим лицом, в процессе оказания услуги коучинга;



Владеть:

- Навыками консультирования как формой профессиональной деятельности коуча;
- Концептуальными основами и принципами коучинг консультирования;
- Принципами подбора методов консультативной работы с людьми в зависимости от внешних и внутренних факторов.

1.4 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

К освоению программы профессиональной переподготовки допускаются лица:

- имеющие среднее профессиональное или высшее образование;
- получающие среднее профессиональное или высшее образование.

1.5 Трудоемкость обучения

Курс рассчитан на 6 месяцев, общая трудоемкость освоения программы профессиональной переподготовки составляет 252 часа за весь период обучения и включает, все виды практической, дистанционной и самостоятельной работы слушателя, практики и время, отводимое на контроль качества освоения программы профессиональной переподготовки.

1.6 Форма обучения

Обучение проводится по очно-заочной форме обучения

2. КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Наименование дисциплины	Объем нагрузки, ч	Учебные недели											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Модуль 1. Основы коучинга	40												
1.1 Коучинг и его история. Отличие коучинга от других направлений	3												
1.2. Компетенции коуча	3												
1.3. Типы клиентов	2												
1.4 Создание безопасной атмосферы	4												
1.5. Что нужно знать о работе мозга для работы в коучинге	5												
1.6. Принципы Милтона Эриксона	2												
1.7. Коуч-позиция	2												
1.8. Формула изменений	2												
1.9. Инструменты в коучинге	4												
1.10. Этапы освоения навыков	2												
1.11. Технология проведения коуч-сессии	5												
1.12 Задачи вводной беседы	2												
1.13. Заключение контракта	2												
1.14. Типы вопросов	2												
1.15. Техники и модели, позволяющие клиенту ставить цели, анализировать ситуации, формулировать первые действия.	2												
Модуль 2. Поиск лучшего решения	42												
2.1 Роль репрезентативных систем в коммуникации	7												



1.	Модуль 1. Основы коучинга	40	16	24	зачет
2	Модуль 2. Поиск лучшего решения	42	16	24	зачет
3	Модуль 3 Мотивация и ценности	42	16	24	зачет
4	Модуль 4. Искусство завершения и присвоения результатов	42	16	24	зачет
5	Модуль 5. Работа с убеждениями и состояниями	42	17	25	зачет
6	Модуль 6. Софт-скилс коуча для эффективного продвижения	42	17	25	зачет
7	Итоговая аттестация	2			Итоговый междисциплинарный экзамен
	Итого	252	98	154	

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин	Форма контроля (экзамен, зачет)
1.	Модуль 1. Основы коучинга	Введение в профессию. Коучинга. Типы клиентов и создание безопасной атмосферы на консультации.
2	Модуль 2. Поиск лучшего решения	Психологическое консультирование как процесс. Взаимодействие консультанта и клиента. Техники психологического консультирования. Стратегии творчества для успешной реализации планов. Работа со страхами, типы страхов.
3	Модуль 3 Мотивация и ценности	Основные этапы выявления глубинной мотивации. Использование метапрограмм в работе с собой и клиентами. Сила метафоры и использование метафорических карт в коучинге.
4	Модуль 4. Искусство завершения и присвоения результатов	Осознанность как инструмент в работе с клиентами. Искусство планирования задач и времени. Создание эффективного плана в коучинге
5	Модуль 5. Работа с убеждениями и состояниями	Знакомство с видами убеждений. Работа с убеждениями и инструменты для повышения личной эффективности. Ресурсные состояния
6	Модуль 6. Софт-скилс коуча для эффективного продвижения	Особенности коммуникации офлайн и онлайн. Организация работы коуча. Ведение соцсетей. Ораторское мастерство в работе. Ведение группы в консультировании
	Итоговая аттестация	Итоговый междисциплинарный экзамен



5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Материально-технические условия

1. Материально-техническая база, соответствует действующим санитарно-техническим нормам и обеспечивающей проведение всех видов аудиторной, практической, дисциплинарной и междисциплинарной подготовки слушателей, предусмотренных учебным планом.

2. Реализуемая программа обеспечена необходимым комплектом программного обеспечения. При проведении лекций в дистанционном формате, используется мультимедийное оборудование: компьютер, веб-камера, микрофон. При проведении занятий в очно-заочном формате занятия проводятся в оборудованной аудитории на 25 человек. Используемое оборудование: компьютер, проектор, экран, доска.

3. Программа обеспечена учебно-методической документацией и материалами по всем учебным разделам. Для обеспечения слушателей учебно-методической литературой создана электронная библиотека, укомплектованная электронными экземплярами учебно-методической литературы, доступ к библиотеке возможен в любое удобное для слушателя время в течение периода обучения.

При реализации программы профессиональной переподготовки предусматриваются следующие виды внеаудиторной (самостоятельной) работы слушателей:

- Работа с учебно-методическими пособиями (конспектом лекций);
- Работа с рекомендованной литературой;
- Просмотр обучающего видео / прослушивание обучающего аудио;
- Работа в единой информационной системе в информационно- телекоммуникационной сети "Интернет"
- Подготовка к итоговой аттестации.

5.2. Кадровое обеспечение

При подборе преподавателей учитывается их теоретическая подготовка и наличие практических знаний в сфере коучинг-консультирования, чтобы в содержательной части учебной программы нашли отражение наиболее актуальные вопросы эффективного продвижения товаров, работ, услуг в Интернете.

При организации и проведении учебных занятий со слушателями по данной программе повышения квалификации преподавателям необходимо:

- Ознакомиться с составом учебной группы и должностным положением слушателей;
- Излагая материал по теме, находить разумное сочетание его теоретических и практических аспектов, при этом приоритет следует отдавать практическим вопросам;
- Давать слушателям по окончании учебных занятий методические рекомендации по самостоятельному изучению обсуждаемых проблем, использованию необходимой для этого литературы;
- Активно использовать при подготовке и проведении групповых обсуждений знания и опыт слушателей;



- Использовать инновационные технологии в обучении;
- Готовить информационно-справочный и раздаточный материал по раскрываемой теме, который может быть использован слушателями в практической работе.

6. ИТОГОВАЯ АТЕСТАЦИЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценка качества освоения Программы слушателями включает: промежуточную аттестацию обучающихся и итоговую аттестацию. Промежуточная аттестация - зачет, в виде практической работы по теме. Промежуточная аттестация осуществляется в заключение каждого раздела.

Критерием оценки успеваемости является достижение цели по освоению или совершенствованию компетенций.

Итоговая аттестация проводится в заключение освоения программы дополнительного профессионального образования. Целью итоговой аттестации является установление соответствия уровня подготовки слушателей планируемым результатам обучения. К итоговой аттестации допускается слушатель, в полном объеме выполнивший учебный план по осваиваемой программе повышения квалификации.

Формой итогового контроля является итоговый междисциплинарный экзамен. Данный экзамен направлен на демонстрацию ключевых навыков и компетенций слушателей по результатам освоения программы.

При успешной сдаче итоговой аттестации, слушатели получают диплом о профессиональной переподготовке 252 ак. часа.



Формы и методы контроля и оценки результатов освоения дисциплин

Контролируемые разделы (темы)	Результаты (освоенные профессиональные) компетенции)	Основные показатели оценки	Формы и методы контроля и оценки
Модуль 1. Основы коучинга	<ul style="list-style-type: none"> •Способность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (ОК-1); •Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-2); •Понимание сущности и социальной значимости своей будущей профессии (ОК-3); •Понимание норм профессиональной этики коуча (ОК-4) •Определять цели коучинг консультирования (ПК-1); • Определять цели коучинг консультирования (ПК-1); • Понимание норм профессиональной этики коуча (ОК-4) 	<p>Понимание сущности и социальной значимости своей будущей профессии</p> <p>Правильность организации профессиональной деятельности, разработка критериев оценки эффективности</p> <p>Результативность сбора, анализа и оценки информации для профессиональных задач</p>	<p>задание, зачет</p>
Модуль 2. Поиск лучшего решения	<ul style="list-style-type: none"> • Выявлять первичные запросы получателя (получателей) услуг (ПК-2); • Способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-3); • Способность заключать консультационные соглашения с получателем (получателями) услуг консультирования (ПК-7); 	<p>Понимать, что такое коучинг;</p> <p>Представлять этапы взаимодействия консультанта и клиента;</p> <p>Разбираться в используемых техниках психологического консультирования;</p> <p>Знать нормы профессиональной этики психолога-консультанта;</p> <p>Уметь подбирать диагностические инструменты для проведения психологического обследования</p>	<p>задание, зачет</p>
Модуль 3 Мотивация и ценности	<ul style="list-style-type: none"> • Способность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (ОК-1); • Понимание норм профессиональной этики психолога-консультанта (ОК-4) • Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-2); • Способность к отбору и применению психодиагностических методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей обработкой данных и их интерпретацией (ПК-4); 	<p>Разбираться в этапах консультирования;</p> <p>Понимать особенности ведения беседы в консультировании;</p>	<p>задание, зачет</p>



Модуль 4. Искусство завершения и присвоения результатов	<ul style="list-style-type: none">• Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации коучинг консультаций с использованием традиционных методов и технологий (ПК-5);• Способность к выявлению специфики психологического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-6);• Умение составлять планы коуч сессий и планировать работу;	Разбираться в методиках, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей обработкой данных и их интерпретацией	задание, зачет
Модуль 5. Работа с убеждениями и состояниями	<ul style="list-style-type: none">• Способность к отбору и применению коуч методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей обработкой данных и их интерпретацией (ПК-4);• Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-5);• Способность к выявлению специфики функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам и работа с возражениями (ПК-6);	Умение адаптировать новые методы и технологии коучинг консультирования в процессе работы;	задание, зачет



<p>Модуль 6. Софт-скилс коуча для эффективного продвижения</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Выявлять первичные запросы получателя (получателей) услуг (ПК-2); • Способность к реализации стандартных программ, направленных на помощь в решении проблем в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-3); • Способность к отбору и применению методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей обработкой данных и их интерпретацией (ПК-4); • Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-5); • Способность к выявлению специфики функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-6); • Способность заключать консультационные соглашения с получателем (получателями) услуг психологического консультирования (ПК-7); • Способность организовывать и оказывать услуги психологического консультирования населению и трудовым коллективам (ПК-8) 	<p>Применять методы продвижения для работы коуча; Умение анализировать</p>	<p>задание, зачет</p>
<p>Итоговая аттестация</p>	<p>Итоговый междисциплинарный экзамен в форме супервизии.</p>		



Профессиональное образовательное частное учреждение среднего профессионального образования

**«Высший юридический колледж:
экономика, финансы, служба безопасности»**

Пушкинская ул., д. 268, 426008, г. Ижевск. Тел.: +7 (3412) 77-68-24. E-mail: info@mveu.ru, www.mveu.ru

Критерии оценки промежуточной аттестации

Критерий	Макс балл	Баллы обучающегося
Выполнены все пункты согласно задания	10	
Все пункты выполнены последовательно	10	
Пункты выполнены правильно	10	
При выполнении задания использованы необходимые инструменты и технологии	10	
Проведен самоанализ результатов, сделаны выводы	10	
ИТОГО	50	

Таблица перевода баллов в оценку:

41-50 баллов	Отлично
31-40 баллов	Хорошо
21-30 баллов	Удовлетворительно
20 и менее баллов	Неудовлетворительно



Оценочные материалы по Модулю 1 Введение в коучинг

Методика диагностики психологического возраста личности

Один из подходов к измерению психологического возраста опирается на возможности его субъективной оценки, предполагающей действие глубинных механизмов обобщения человеком временных отношений. В данном подходе психологический возраст может быть определен на основе показателя реализованности психологического времени личности. Примером служит методика диагностики психологического возраста личности, основанная на оценивании пятилетних интервалов жизни.

Инструкция: «Оцените в 10-бальной шкале каждый пятилетний интервал своей жизни (от рождения до предполагаемой даты смерти) по степени насыщенности значимыми событиями. Результаты оценивания занесите в бланк».

Обработка результатов и выводы.

1. Определение показателя реализованности (R) психологического времени личности. Показатель реализованности определяется через соотношение суммарной степени насыщенности прожитой жизни (p) к ожидаемой личностью степени насыщенности событиями жизни в целом (f).

$$R = (p / f) \times 100\%$$

2. Показатель психологического возраста (A) находится по произведению показателей реализованности (R) и предполагаемого времени жизни (t).

$$A = (p / f) \times t$$

3. В анализе полученных результатов особое внимание уделяется случаям существенного расхождения хронологического (паспортного) и психологического возраста личности.

Пример: возраст испытуемого 35 лет; предполагаемое время жизни – 65 лет.

Пятилетние интервалы Степень насыщенности значимыми событиями Суммарная насыщенность прожитой жизни, p Суммарная насыщенность жизни в целом, f

1 – 5 5 48 77

6 – 10 5

11 – 15 6

16 – 20 7

21 – 25 10

26 – 30 10

31 – 35 5

36 – 40 6

41 – 45 6

46 – 50 5

51 – 55 5

56 – 60 4

61 – 65 3

$$R = (48 / 77) \times 100\% = 62\% ; A = (48 / 77) \times 65 = 40,5$$

Испытуемым реализовано 62% значимых событий, психологический возраст – 40,5 лет.

Бланк

Ф.И.О. _____ Возраст _____ Пол _____

Предполагаемое время жизни _____

Пятилетние интервалы Степень насыщенности значимыми событиями Суммарная насыщенность прожитой жизни, p Суммарная насыщенность жизни в целом f

1 – 5

6 – 10



- 11 – 15
- 16 – 20
- 21 – 25
- 26 – 30
- 31 – 35
- 36 – 40
- 41 – 45
- 46 – 50
- 51 – 55
- 56 – 60
- 61 – 65

Тесты на самооценку

1. Тест на самооценку

Ответы: часто-1 балл, иногда-2 балла, никогда-3 балла.

- 1. Мне нужно, чтобы друзья меня подбадривали.
- 2. Меня многие ненавидят.
- 3. Я беспокоюсь о своем будущем.
- 4. Я постоянно чувствую свою ответственность.
- 5. Я обладаю меньшей активностью, чем другие.
- 6. Я боюсь выглядеть глупым.
- 7. Я боюсь говорить перед незнакомыми людьми.
- 8. Внешний вид других лучше моего.
- 9. Я часто допускаю ошибки?
- 10. Как жаль, что не умею, как следует разговаривать с людьми.
- 11. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе?
- 12. Желательно, чтобы мои действия одобряли другие.
- 13. Я слишком скромн.
- 14. Моя жизнь бесполезна.
- 15. Многие неправильного мнения обо мне.
- 16. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
- 17. Люди не особенно интересуются моими делами.
- 18. Люди ждут от меня очень многого.
- 19. Я чувствую, что многие не понимают меня.
- 20. Я не чувствую себя в безопасности.
- 21. Я часто волнуюсь и понапрасну.
- 22. Я уверен, что людям достается все легче и быстрее, чем мне.
- 23. Меня волнует то, как люди ко мне относятся.
- 24. Я много думаю о том, чего ждут от меня люди.

Результаты теста:

- 25-40 баллов - низкая самооценка.
 - 41-55 баллов - адекватная самооценка.
 - 56-75 баллов - высокая самооценка.
- #### **2. Тест на самоуверенность**



Прочитайте десять утверждений и решите, в какой степени вы согласны с каждым из них.

Выбирайте один из вариантов:

1 балл. Полностью не согласен.

2 балла. Скорее не согласен, чем согласен.

3 балла. Все равно.

4 балла. Скорее согласен, чем не согласен.

5 баллов. Полностью согласен.

1. Если я прикладываю достаточно усилий, мне всегда удастся решать трудные проблемы.

2. Если люди не соглашаются со мной, я всё равно могу отыскать способы, позволяющие мне добиться желаемого.

3. Мне легко удается не сбиваться с пути, ведущему к цели, и достигать ее.

4. У меня достаточно ресурсов, чтобы справляться с непредвиденными ситуациями, возникающими в самых разных областях моей жизни.

5. Я уверен, что могу эффективно справляться с неожиданностями.

6. Я всегда говорю «да» новым возможностям.

7. Я спокойно воспринимаю трудности, возникающие как в личной, так и в профессиональной жизни.

8. Я способен решить большую часть проблем, с которыми сталкиваюсь.

9. Большую часть времени я чувствую себя живым энергичным человеком.

10. Я уверен, что могу справиться со всем, что встречается у меня на пути.

Результаты теста:

41-50 баллов. Вы обладаете всеми признаками уверенного в себе человека.

31-40 баллов. Чаще вы уверены, что способны выходить из тупиков, в которые иногда попадаете. Однако есть ситуации, перед которыми вы пасуете.

21-30 баллов. Вы часто чувствуете нервозность в определенных обстоятельствах.

10-20 баллов. Ваша уверенность в себе на данный момент, по-видимому, довольно низка, однако с этим можно справиться.

Рефлексивный дневник

Дата	Тема	Что я узнал(а) и чему научился(ась)?	Какие эмоции и чувства испытывал(а)?	Какая информация заставила задуматься или послужила «толчком роста»?

Задания по «Основам возрастной психологии и психологии развития»

Задание 1. О каком возрастном кризисе идет речь ниже?

1. Лиза пулей выскочила из дома, хлопнув дверью, после того как родители попросили ее вынуть тарелки из посудомоечной машины. Она кричала: «Все указывают мне, что я должна делать! У меня не остается времени для себя!»



2. Оля, отказывается носить многие из своих прежних вещей. Она ходит только в джинсах с определенной наклейкой и в рубашках с надписями. Она заявляет: «Это носят все мои друзья. Я не хочу казаться "белой вороной"».

Задание 2. Возникают ли в зрелом возрасте кризисы развития, характерные для более ранних стадий развития? Обоснуйте свой ответ.

Задание 3. Из письма: «У меня взрослая дочь – ей 30 лет. Она работает, у нее двое детей. Живу я отдельно, но прихожу помогать по дому и занимаюсь детьми. Проблема в том, что у нас постоянные скандалы. В основном из-за того, что я что-то не туда и не так положила. К примеру, я убрала зелень в холодильник, а она считает, что ее нужно хранить на окне. Как только она обнаруживает, что что-то не по ее, начинается крик. Я пытаюсь объяснить, что она не права. Скажите, что я делаю не так, ведь я стараюсь как лучше».

Проанализируйте сложившиеся межличностные отношения. Сформулируйте предположения относительно мотивов поведения участников. Предположите, в какой мере участники ситуации решают возрастные задачи развития, какие трудности они испытывают и почему?

Задание 4. Из письма: «Он сказал, что не уверен, испытывает ли такие же сильные чувства, как я. А мы собираемся пожениться. Не скажи он этих слов, я бы так и считала, что на всем свете нет более любящего, внимательного и заботливого человека, чем он. Нет, он по-прежнему настаивает на свадьбе, но теперь передо мной дилемма: забыть эти его слова или разойтись на время и проверить свои чувства. Я люблю его и хочу быть с ним, но теперь каждый раз, как он говорит «любимая», впадаю в ступор. Очень страшно выйти замуж, а потом услышать, что он, наконец, полюбил – другую! Получается заколдованный круг. И я не знаю, как из него выбраться. Может, я перегнула палку в проявлении своих чувств?»

В чем заключается описанная проблема, и почему она возникла? Готова ли автор письма принять психологическую помощь? В чем эта помощь может заключаться?

Задание по теме «Основы психологии личности»

1. Опишите, с точки зрения разных теорий личности (не менее двух), достоинства и жизненную драму Андрея Бузыкина - главного героя фильма Г. Данелия «Осенний марафон».
2. Объясните человеческую лень (на примере своей), с точки зрения психоанализа, бихевиоризма и гуманистической концепции.
3. Придумайте и опишите собственную (имплицитную) теорию личности. Обратите внимание на следующие характеристики своей концепции:
 - структура свойств/компонентов личности;
 - диагностические способности концепции (возможность использовать концепцию для объяснения большинства психологических явлений)
 - прогностические способности теории (возможность предвосхищать поведение человека в будущем).
 - к какой «силе» в психологии относится ваша концепция.

Оценочные материалы по Модулю 2 Основы психологического консультирования

1. Прочитать главу «Динамика конфликтов» из учебника «Конфликтология» Авторы Анупов. Шипилов стр. 263 - 279



2. Назовите основные признаки эскалации.
3. Прочитайте статью о «Маленьком разговоре».
4. Опишите одну из ошибок использования техники «Маленького разговора», которую вы считаете наиболее распространенной.
5. В беседе со знакомыми или родными применит один из приемов «Маленького разговора» и опишите эффекты, которые вы наблюдали.

Оценочные материалы по Модулю 3 Этапы психологического консультирования

Вопросы к зачету:

1. Назовите основные этапы консультирования. Сколько их?
2. Назовите особенности ведения беседы в консультировании.
3. Назовите особенности диагностического этапа.
4. Назовите особенности заключительного этапа консультирования.
5. Как установить консультативный контакт с клиентом.
6. Подготовка психолога-консультанта к встрече с клиентом.
7. Особенности применения психоанализа в психологическом консультировании.
8. Особенности адлеризма в психологическом консультировании.
9. Особенности позитивного личностно-центрированного консультирования.
10. Сущность и составляющие активного слушания.

Оценочные материалы по Модулю 4 Основные технологии психологического консультирования

Вопросы к зачету:

1. Назовите положения классического психоанализа З.Фрейда и его использование в психологическом консультировании.
2. Индивидуальная психология К.Юнга.
3. Концепции психологической помощи и методы работы с клиентом в рамках теории К. Юнга
4. Психотерапия конструктивного альтернативизма.
5. Терапия Фиксированных ролей Дж.Келли.
6. Идеи о личности развития А. Маслоу.
7. Использование идеи о личности развития А. Маслоу в психологическом консультировании.
8. Идея бихевиоральной терапии.
9. Особенности бихевиорального консультирования.
10. В чем заключается гуманистический подход в консультировании.
11. Эриксоновский гипноз как метод психологической помощи и его концептуальные подходы.

Оценочные материалы по Модулю 5 Современные технологии психологического консультирования

1. Назовите современные технологии консультирования.
2. В чем заключается основной принцип логотерапии.



3. Какие формы арт-терапии известны.
4. Гештальт –подход в психологическом консультировании.
5. Особенности онлайн-консультирования.
6. Процедуры и техники консультирования.

Оценочные материалы по Модулю 6 Основы группового консультирования

1. Назовите особенности группового консультирования.
2. Виды группового консультирования. Типы групп.
3. Группы личностного роста.
4. Особенность групп двигательной и телесно-ориентированной терапии.
5. Различия индивидуального и группового консультирования.
6. Особенности организации работы в группе.
7. В чем заключается особенность семейного консультирования.
8. Практические рекомендации по проблемам семейного консультирования.
9. Практические рекомендации по проблемам межличностного консультирования.
10. Проблемно-ориентированные и экзистенциальные группы.
11. Групповой психоанализ.
12. Организация работы группы, ее виды, стадии и механизмы функционирования
13. Определение и цели группового консультирования
14. Стадии развития группы. Функции консультанта на разных стадиях
15. Социально-психологическая диагностика клиентов и групповое консультирование.
16. Основные техники, используемые в работе ведущего.
17. Коммуникации в группе: механизмы, виды.



Критерии оценки итогового междисциплинарного экзамена

Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений		Критерии оценки результата
балл (оценка)	вербальный аналог	
5	отлично	Представленные работы высокого качества, уровень выполнения отвечает всем требованиям, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, выполнены все предусмотренные программой обучения практические задания.
4	хорошо	Уровень выполнения работы отвечает всем требованиям, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения практические задания выполнены, некоторые из выполненных заданий, возможно, содержат ошибки.
3	удовлетворительно	Уровень выполнения работы отвечает большинству основных требований, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения практических заданий выполнено, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.
2	не удовлетворительно	Необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения практических заданий не выполнено.

Вопросы к итоговому междисциплинарному экзамену:

1. Вопрос для проверки уровня обученности – ЗНАТЬ

1. Что такое психологическое консультирование?
2. Цели психологического консультирования. Какие задачи оно решает?
3. Основные отличия психологического консультирования от других областей практической психологии
4. Особенности организации и проведения психологической консультации?
5. Анализ наиболее распространенных причин обращения к психологу-консультанту.
6. Виды психологического консультирования, их особенности.



7. Этапы психологического консультирования. Их последовательность.
8. Основные условия успешного проведения психологического консультирования.
9. Общие требования, предъявляемые к психологу-консультанту и к психологическому консультированию.
10. Какими личностными качествами психологу-консультанту желательно обладать?
11. Основные положения этического кодекса психолога-консультанта.
12. История развития психологического консультирования.
13. Основные концепции психологического консультирования ключевые различия в подходе.

2. Вопрос для проверки уровня обученности – УМЕТЬ

1. Основные условия успешного проведения психологического консультирования.
2. Общие требования, предъявляемые к психологу-консультанту и к психологическому консультированию.
3. Какими личностными качествами психологу-консультанту желательно обладать?
4. Основные положения этического кодекса психолога-консультанта
5. Основные требования к обстановке проведения психологического консультирования.
6. Основные критерии успешности проведения психолого-педагогического консультирования.
7. Особенности делового консультирования.
8. Практическая подготовка к проведению психологической консультации. Общая подготовка к проведению психологического консультирования.
9. Особенности этапа знакомства в психологической консультации.
10. Исповедь клиента – особенности этапа, действия консультанта.
11. Рекомендательный этап в консультировании
12. Когда и почему в консультации возникает необходимость специального психологического изучения клиента с помощью психологических тестов?
13. Основные этапы проведения психологического консультирования.
14. Снятие психологического барьера (психологического напряжения) у клиента.
15. Процедура эмпатического слушания клиента.
16. Что такое процедура уточнения деталей принятого решения? Завершающий этап консультации.

3. Вопрос (задача/задание) для проверки уровня обученности – ВЛАДЕТЬ

1. Что такое техника психологического консультирования?
2. Как техника психологического консультирования связана с его этапами и процедурами?
3. Прием «зеркализация» - необходимость и особенности использования в консультации.
4. Прием парафразы – когда и при каких обстоятельствах обращаются к нему в практике психологического консультирования?
5. Технические приемы, применяемые психологом – консультантом во время исповеди клиента.
6. Основные правила выработки решения по итогам консультации.
7. Ошибки в психологическом консультировании – классификация, особенности, профилактика и предупреждение.
8. Определите термин «проблема».
9. Охарактеризуйте этапы анализа проблемы.
10. Опишите оптимальную стратегию поэтапного принятия решений.



Практическое задание:

Записать видео консультации на 20-30 минут.

На видео должен быть виден консультант.

Должны быть четко видны этапы психологического консультирования.

Отправить видео нам по эл. почте

Помимо этого, нужно составить Пояснительную записку к видеоролику (разбор своих действий), где описать как вы проводили консультацию:

- Сколько было этапов в консультировании

- С какой минуты начинается какой этап и что на каждом из этих этапов получилось, а что не получилось.

- Какими техниками, методиками на каждом этапе вы пользовались. (какую технику, методику применяли с какой целью).

- четко обозначить проблему клиент