

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Экзистенциальный подход в психологическом консультировании

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **W2 Кафедра психологии**

Учебный план 44.04.02 Мастерство психологического консультирования (з, 2026).plx
Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы Мастерство
психологического консультирования

Квалификация **магистр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **1 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 36 Виды контроля в семестрах:

в том числе:

аудиторные занятия 0

самостоятельная работа 24

контактная работа во время
промежуточной аттестации (ИКР) 0

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
Неделя	13 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	2	2	2	2
Практические	10	10	10	10
В том числе в форме практ.подготовки	10	10	10	10
Итого ауд.	12	12	12	12
Контактная работа	12	12	12	12
Сам. работа	24	24	24	24
Итого	36	36	36	36

Программу составил(и):

к.псих.н., доцент, Сафонова Марина Вадимовна _____

Рабочая программа дисциплины

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 127)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы Мастерство психологического консультирования

утвержденного учёным советом вуза от 24.06.2026 протокол № 12.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Протокол от 05.05.2026 г. № 5

Зав. кафедрой к.псих.н., доцент Мосина Наталия Анатольевна

Согласовано с представителями работодателей на заседании НМС УГН(С), протокол №__6_ от 15__ __мая____ 2026 г.

Председатель НМС УГН(С)

15 __мая____ 2026 г.

к.пед.н., доцент Дуда Ирина Викторовна

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Формирование у магистров целостной системы знаний об особенностях, закономерностях, основополагающих принципах, основных техниках и специфических проблемах экзистенциально-гуманистического подхода.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.1.ДП.01.05
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Философия и психология человека на современном этапе развития общества
2.1.2	Феноменология развития личности
2.1.3	Теория и практика психологического консультирования
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Кризисное консультирование
2.2.2	Практикум по психологическому консультированию
2.2.3	Практикум по психологическому консультированию
2.2.4	Семейное консультирование

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ОПК-6: Способен проектировать и использовать эффективные психолого-педагогические, в том числе инклюзивные, технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями

ОПК-6.1: Знает: методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Знать:

Уровень 1	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, может исправить ошибки самостоятельно.
Уровень 3	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, может исправить ошибки с помощью преподавателя.

Уметь:

Уровень 1	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми

	образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.
Владеть:	
Уровень 1	основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.
ОПК-6.2: Умеет: анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями.	
Знать:	
Уровень 1	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, может исправить ошибки самостоятельно.
Уровень 3	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и

	основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, может исправить ошибки с помощью преподавателя.
Уметь:	
Уровень 1	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.
Владеть:	
Уровень 1	основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.

ОПК-6.3: Владеет: основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями

Знать:

Уровень 1	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, может исправить ошибки самостоятельно.
Уровень 3	методологию проектирования в решении профессиональных задач; перечень и основные положения нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, может исправить ошибки с помощью преподавателя.

Уметь:

Уровень 1	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	анализировать системы обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями; подбирать оптимальные психолого-педагогические технологии обучения и воспитания обучающихся в соответствии с их возрастными и психофизическими особенностями; анализировать психолого-педагогические методы и технологии, позволяющие решать развивающие задачи, задачи индивидуализации обучения и развития обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.

Владеть:

Уровень 1	основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	основами разработки и использования программных материалов педагога-

	психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	основами разработки и использования программных материалов педагога-психолога (программы коррекционных занятий и др.), учитывающих разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; методиками проведения уроков (занятий) в инклюзивных группах (классах); методами проведения оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах); эффективными способами взаимодействия со специалистами (учителями-дефектологами, учителями-логопедами) для определения эффективных психолого-педагогических, в том числе инклюзивных технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.
ПК-4: Способен консультировать субъектов образовательного процесса по психологическим проблемам обучения и развития различных контингентов обучающихся, вопросам самопознания, профессионального самоопределения, личностным проблемам, в том числе, кризисным состояниям, вопросам взаимоотношений в коллективе и другим вопросам	
ПК-4.1: Знает: теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями.	
Знать:	
Уровень 1	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями, допускает ошибки, может исправить самостоятельно.
Уровень 3	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями, допускает ошибки, может исправить с помощью преподавателя.
Уметь:	
Уровень 1	применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, и использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с

	учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития.
Уровень 2	применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, и использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, и использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.
Владеть:	
Уровень 1	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии.
Уровень 2	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.
ПК-4.2: Умеет: применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, с использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития.	
Знать:	
Уровень 1	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями, допускает ошибки, может исправить самостоятельно.
Уровень 3	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски

	современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями, допускает ошибки, может исправить с помощью преподавателя.
Уметь:	
Уровень 1	применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, и использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития.
Уровень 2	применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, и использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	
Владеть:	
Уровень 1	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии.
Уровень 2	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.
ПК-4.3: Владеет: современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии.	
Знать:	
Уровень 1	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями.
Уровень 2	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями, допускает ошибки, может исправить самостоятельно.
Уровень 3	теорию, методологию психологического консультирования, классификацию

	методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования; психологические проблемы различных категорий обучающихся, проблемы и риски современной социальной среды; проблемы детско-родительских отношений, проблемы профессионального самоопределения и развития, закономерности психологической помощи в кризисных ситуациях, основы разработки и реализации индивидуальных программ обучения для обучающихся с особыми образовательными потребностями, допускает ошибки, может исправить с помощью преподавателя.
Уметь:	
Уровень 1	применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, и использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития.
Уровень 2	применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, и использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	применять современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов, проводить индивидуальные и групповые консультации, в том числе, и использованием ИКТ-технологий; осуществлять консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций при выборе психолого-педагогических технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся; консультировать родителей (законных представителей) обучающихся по вопросам их обучения, воспитания и развития в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.
Владеть:	
Уровень 1	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии.
Уровень 2	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии в типовых ситуациях профессиональной деятельности.
Уровень 3	современными подходами в консультативной практике, приемами и техниками психологического консультирования в различных консультативных областях, приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) и педагогов, преподавателей и администрации образовательных организаций; приемами организации супервизии в типовых ситуациях профессиональной деятельности с помощью преподавателя.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Философско-психологические основания экзистенциального подхода в консультировании						

1.1	Тема 1. Теоретико-методологические принципы экзистенциального консультирования /Лек/	2	2	ОПК-6.1 ПК-4.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м, взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе.
1.2	Тема 1. Теоретико-методологические принципы экзистенциального консультирования /Ср/	2	4	ОПК-6.1 ПК-4.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м, взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе.
1.3	Тема 2. Методология практики экзистенциального консультирования /Пр/	2	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-4.1 ПК- 4.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
1.4	Тема 2. Методология практики экзистенциального консультирования /Ср/	2	6	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ПК-4.1 ПК- 4.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
	Раздел 2. Раздел 2. Стратегии консультативной работы с основными экзистенциальными проблемами						
2.1	Тема 3. Консультационные подходы к страху смерти /Пр/	2	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-4.1 ПК- 4.2 ПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.

2.2	Тема 3. Консультационные подходы к страху смерти /Ср/	2	4	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-4.1 ПК-4.2 ПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
2.3	Тема 4. Консультационные подходы к свободе и ответственности /Пр/	2	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-4.1 ПК-4.2 ПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
2.4	Тема 4. Консультационные подходы к свободе и ответственности /Ср/	2	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-4.1 ПК-4.2 ПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
2.5	Тема 5. Консультационные подходы к тревоге, обусловленной изоляцией /Пр/	2	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-4.1 ПК-4.2 ПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
2.6	Тема 5. Консультационные подходы к тревоге, обусловленной изоляцией /Ср/	2	4	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-4.1 ПК-4.2 ПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.

2.7	Тема 6. Консультационные подходы к тревоге, связанной с бессмысленностью /Пр/	2	2	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-4.1 ПК-4.2 ПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
2.8	Тема 6. Консультационные подходы к тревоге, связанной с бессмысленностью /Ср/	2	4	ОПК-6.1 ОПК-6.2 ОПК-6.3 ПК-4.1 ПК-4.2 ПК-4.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5		1. Рецензировани е преподавателе м. Взаимное рецензировани е. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

ПЛАНЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Занятие 1. Методология практики экзистенциального консультирования

План:

1. Цель экзистенциального консультирования.
2. Отношения терапевт – клиент. Присутствие, аутентичность и преданность. Три уровня консультативных отношений.
3. Терапевтические факторы: безусловное принятие клиента поддержка, эмпатия, внимание к внутренним переживаниям, стимулирование осуществления выбора и принятия решений, подлинность.
4. Процесс консультирования: экзистенциально-аналитическая диагностика, обсуждение и фокусировка проблемы. Общий, специальный и персональный экзистенциальный анализ.
5. Выбор метода консультирования. Психологическое консультирование Р. Мэя. Экзистенциальный анализ Л. Бинсвангера. Логотерапия В. Франкла Арт-терапия. Нарративная терапия. Клиент-центрированная терапия. Гештальт-терапия. Эмпирическая терапия К. Витакера.
6. Завершающий этап консультирования: подведение итогов и конкретизация самостоятельных действий клиента.

Методические рекомендации:

1. Ознакомьтесь по материалам рекомендуемой литературы с теоретическими основами.
2. Составьте по вопросам 2, 3, 4, 5 таблицы для обсуждения и дополнения на занятии.

Занятие 2. Консультационные подходы к страху смерти

План:

1. Конфронтация со смертью как базовой данностью существования. Жизнь, смерть и тревога.
2. Клинические манифестации тревоги смерти.
3. Фундаментальные защиты от смерти.
4. Пробуждающие переживания: горе, важное решение, жизненные вехи, сны, окончание терапии.
5. Стратегии работы. Основные терапевтические приемы.

Методические рекомендации:

3. Ознакомьтесь по материалам рекомендуемой литературы с теоретическими основами работы со страхом смерти.
4. Опишите круг ситуаций (запросов, проблем), в которых необходимо применять техники работы со страхом смерти.
5. Изучите основные стратегии работы со страхом смерти. Попробуйте выполнить одну их техник. Будьте готовы к работе в «аквариуме».

Занятие 3. Консультационные подходы к свободе и ответственности

План:

1. Конфронтация с базовой данностью существования – свободой.
2. Ответственность как экзистенциальная проблема.
3. Клинические проявления избегания ответственности.

4. Ответственность и экзистенциальная вина. Специфика истинной, невротической и экзистенциальной вины.
5. Ответственность, воля и действие.
6. Клинические манифестации методов избегания принятия решения.
7. Стратегии работы. Основные терапевтические приемы.

Методические рекомендации:

1. Ознакомьтесь по материалам рекомендуемой литературы с теоретическими основами работы со свободой и ответственностью.
 2. Опишите круг ситуаций (запросов, проблем), в которых необходимо применять техники работы со свободой и ответственностью.
 3. Изучите основные стратегии работы со свободой и ответственностью. Попробуйте выполнить одну их техник.
- Будьте готовы к работе в «аквариуме».

Занятие 4. Консультационные подходы к тревоге, обусловленной изоляцией

План:

1. Три типа изоляции.
2. Причины и клинические проявления межличностной изоляции.
3. Врожденное стремление к отношениям (М.Бубер).
4. Экзистенциальная изоляция и психопатология межличностных отношений.
5. Стратегии работы с изоляцией.

Методические рекомендации:

1. Ознакомьтесь по материалам рекомендуемой литературы с теоретическими основами работы с тревогой, вызванной изоляцией.
 2. Опишите круг ситуаций (запросов, проблем), в которых необходимо применять техники работы с тревогой, вызванной изоляцией.
 3. Изучите основные стратегии работы с тревогой, вызванной изоляцией. Попробуйте выполнить одну их техник.
- Будьте готовы к работе в «аквариуме».

Занятие 5. Консультационные подходы к тревоге, связанной с бессмысленностью

План:

1. Кризис бессмысленности.
2. Логотерапия В. Франкла: ноогенный невроз, экзистенциальный вакуум, экзистенциальная фрустрация.
3. Три клинические формы экзистенциальной патологии: крусатерство, нигилизм, вегетативность.
4. Основные категории уникальных смыслов.
5. Клинические проявления потери смысла.
6. Стратегии работы с потерей смысла.

Методические рекомендации:

1. Ознакомьтесь по материалам рекомендуемой литературы с теоретическими основами работы с потерей смысла.
2. Опишите круг ситуаций (запросов, проблем), в которых необходимо применять техники работы с потерей смысла.
3. Изучите основные стратегии работы с потерей смысла. Попробуйте выполнить одну их техник. Будьте готовы к работе в «аквариуме».

5.2. Темы письменных работ

Оценочное средство «Задания для самостоятельной работы ». Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

Общие указания: Выполните упражнения самостоятельно. Отрефлексируйте возникшие мысли и переживания. Отрефлексируйте изменения в Ваших отношениях, поведении. Зафиксируйте результаты рефлексии. Предложите выполнить упражнения 1-2 людям. Зафиксируйте их мысли, чувства, изменения. Зафиксируйте основные результаты совместного обсуждения. Если через какое-то время Вы вернетесь к размышлениям об упражнении, зафиксируйте и их.

Задание 1. Упражнение «Отрезок моей жизни»

На пустом листе бумаги начертите отрезок. Один его конец представляет ваше рождение, другой - вашу смерть. Поставьте крестик на том месте, где вы находитесь сейчас. Поразмышляйте над этим примерно пять минут.

Задание 2. Упражнение «Похороны»

Закройте глаза и погрузитесь в себя. Используйте любую релаксационную технику. Попробуйте представить и пережить собственные похороны.

Упражнение особенно эффективно в работе с клиентами, пережившими смерть близких. Оно позволяет клиенту пофантазировать на тему собственной смерти и помогает подойти к углубленному осознанию смерти, которое, в свою очередь, приводит к более высокой оценке жизни и открывает возможности для личностного роста.

Задание 3. Упражнение «Жизненные циклы»

Сфокусируйтесь на основных вопросах каждой стадии жизни. Попробуйте в течение дня пожить жизнью стариков: ходить и одеваться как старые люди, припудрить волосы и стараться играть конкретными хорошо знакомыми им стариками; посетить местное кладбище; в одиночестве гулять по городу/лесу, представить в своем воображении, как Вы теряете сознание, умираете, как Вас обнаруживают друзья и как Вас хоронят.

Задание 4. Упражнение «Человек-однодневка» (Г.Н. Абрамова)

Цель: расширение временной перспективы.

Представьте следующую гипотетическую ситуацию: резко сократились интервалы между некоторыми событиями, т.е. вся жизнь человека равна 1 дню. Нужно описать этот день с утра до вечера.

Обсуждение: какие чувства вызывает этот день у себя, у других.

Задание 5. Упражнение «Я беру ответственность»

Попробуйте к каждому утверждению добавлять: «...и я беру ответственность за это». Например: «Я сознаю, что двигаю своей ногой... и я беру ответственность за это». «Мой голос очень тих... и я беру ответственность за это». «Теперь я не знаю, что сказать... и я беру ответственность за незнание».

Задание 6. Упражнение «Разговор с внутренними симптомами»

Попробуйте быть внимательным к внутренним ощущениям и брать на себя ответственность и за себя, и за симптомы тела.

Задание 7. Упражнение «Классификация событий»

На отдельных карточках напишите все события, которые повлекли за собой возникновение Вашей проблемы. Разделите эти карточки на три группы: 1) события, на которые я не могу повлиять; 2) события, на которые я могу повлиять частично; 3) события, на которые я могу повлиять. Отрефлексируйте каждую группу, каждое событие.

На самом деле в жизни второй группы не существует, и Вас необходимо распределить карточки второй группы между двумя другими. Объясняйте каждое Ваше решение.

Попробуйте изменить отношение к тем событиям, на которые повлиять нельзя (возможно использование метода ABC-эмоций из рационально-эмотивной терапии)

А — Объективные факты, события, поступки, с которыми сталкивается человек.

В — Убеждения человека относительно А.

С — Эмоциональные последствия, или что личность чувствует по отношению к А.

Попробуйте выявить собственные иррациональные идеи и подвергните их ABC-анализу. Например, фразу «У меня плохие дети, я должно быть плохая мать» разложите так:

А. Объективный факт. Дети плохо вели себя в магазине, разрушив пирамиду из консервных банок.

В. Личностные убеждения. Дети, которые разбрасывают товары в магазине — плохие. «Если бы я была хорошей матерью, мои дети так бы не поступили». Поэтому...

Возьмите большую ответственность за обстоятельства, на которые повлиять можно. Зафиксируйте, что Вы можете сделать.

Задание 8. Дневник вины

В течение трех недель ведите «Дневник вины», в котором следует подробно записать следующее:

1) случаи, когда Вы пытались заставить кого-то чувствовать себя виноватым;

2) случаи, когда кто-то пытался заставить Вас чувствовать себя виноватым;

3) случаи, когда Вы внушали(ете) себе, что виноват.

В дневнике следует так же фиксировать время, которое уходит на игру «кто прав, кто виноват», и утраченные в связи с этим возможности. Попробуйте научиться прислушиваться к себе и немедленно останавливаться, если Вы сами или кто-то пытается заставить почувствовать Вас виноватым; либо дать понять этому кому-то, что данное воздействие потеряло свою актуальность и больше не эффективно.

Задание 9. Упражнение «Снятие внутренних ограничений»

Цель:

- осознание своих внутренних ограничителей;
- овладение инструментом пошагового снятия внутренних ограничений.

Необходимый материал: чистый лист бумаги формата А4, авторучка.

Инструкция:

1. На пути достижения наших целей нам встречаются различные препятствия. Их можно условно разделить на внешние и внутренние. Многие считают, что с внутренними препятствиями (ограничениями) справиться бывает порой сложнее, чем с внешними. Как мы говорим о наших внутренних ограничителях? Обычно мы начинаем со слов: «Я не могу...» Сейчас мы попробуем по шагам преодолеть некоторые наши внутренние ограничения. Возьмите чистый лист и пять раз напишите фразу «Я не могу...», оставляя свободное место, чтобы ее закончить.

2. Завершите незаконченные предложения, т. е. продолжите фразу и напишите, что вы НЕ можете делать (сделать). Я дам вам на это время... У всех готово? Кто может прочитать некоторые свои фразы вслух для всех?

3. Теперь во всех своих фразах ЗАЧЕРКНИТЕ слово «могу», а вместо этого напишите сверху слово «хочу». Что у вас получилось? Прочитайте все фразы с новыми словами. Я хочу попросить тех же участников снова прочитать вслух уже исправленные фразы.

4. Следующий шаг. Везде зачеркните частицу «НЕ». Прочитайте, что у вас получилось. Сейчас вы должны задать себе очень важный вопрос: «Вы действительно этого хотите?» Прочитайте еще раз свои фразы и сделайте ударение на слове «хочу».

5. И наконец, завершающий шаг. Допишите после слова «хочу» словосочетание «И ЛЕГКО МОГУ». У вас получится «Я хочу и легко могу...» — и далее по вашему тексту. Теперь давайте произнесем наши новые фразы вслух. Я хочу снова попросить сделать это первыми тех, кто уже говорил.

Задание 10. Упражнение «Ретрофлексия».

1. Хотя немногие из нас страдают неврозом навязчивости, но всем нам свойственна известная мера принудительности.

Пытаясь заставить себя делать то, чего вы сами не хотите делать, вы работаете против мощного сопротивления.

Перспектива достижения цели проявляется, если вместо принуждения вы займетесь выяснением того, какие препятствия

стоят на вашем пути (то есть посмотрите на себя, стоящего на своем пути).

2. Обратите ситуацию, в которой вы принуждали бы себя, в ситуацию, когда вы принуждаете другого выполнить задание за вас. Будете ли вы пытаться манипулировать средой с помощью магических слов? Или вы будете угрожать, командовать, подкупать, награждать?

3. С другой стороны, как вы реагируете, когда вас принуждают? Притворяетесь глухим? Даете обещания, которые не собираетесь выполнять? Или вы реагируете чувством вины и выплачиваете свой долг презрением к себе и отчаянием?

Задание 11. Упражнение «Пространство жизни» (А.А. Кроник)

Цель – тренировка навыков долговременного планирования, формирование навыков биографического мышления, тренинг «чувства реальности».

Составьте список самых важных событий своего прошлого, настоящего и будущего, укажите их реальные и возможные даты.

Расскажите другому о своем жизненном расписании. После этого перескажите друг другу услышанное и обменяйтесь идеями, как сделать жизнь продуктивнее и интереснее.

Проанализируйте свои жизненные цели и причины тех или иных событий (запишите в своем жизненном расписании).

Продолжая работу с жизненным пространством, постарайтесь разобраться в том, насколько важны в вашей жизни разные события и разные люди. Какие из этих событий и персонажей можно бы вычеркнуть (5-6) и наличие каких обязательно, т.к. отказаться от них невозможно (5-6 событий и значимых людей). После каждого события напишите список свойств, реальных или прогнозируемых, которые появились или могут появиться после значимых событий, появление которых связано с именами конкретных значимых людей.

В завершение включите в пространство жизни значимые события, которые произошли до вашего рождения (с родителями, страной), события, которые могут произойти после завершения вашей физической жизни и тем не менее связанные лично с вами, а также наиболее значимых людей, чьи взгляды и сам факт их существования оказал или оказывает огромное влияние на жизненное самоопределение человека.

Задание 12. Поддержка

Возьмите лист бумаги и напишите 5-6 изменений, которые вы хотите воплотить в свою жизнь. Иначе говоря, вы формулируете цели. Это могут быть любые изменения (в любой сфере Вашей жизни).

Выберите из вашего списка планируемых изменений одно, которое Вы можете (хотите) обсудить с другим. Обсуждайте свои изменения по следующему плану.

1. Как вы узнаете, что изменение произошло? Каковы критерии?

2. Какие вы видите препятствия на пути достижения своей цели? Как вы их будете преодолевать?

3. Какой будет ваш первый шаг? Когда вы его сделаете?

4. Какую поддержку вы хотели бы получить от своей группы? В чем она должна состоять?

5. Когда вам понадобится такая поддержка?

Отрефлексируйте полученный опыт.

1. Что вы понимаете по слову «поддержка»?

2. Какую поддержку вам приходилось получать в жизни? От кого?

3. Кому приходилось оказывать? Какую?

Задание 13. Упражнение «Письмо из будущего»

Текущие проблемы бывает легче решать, если человек умеет уверенно и оптимистично смотреть в будущее. На это как раз и ориентировано следующее упражнение. В нем участники должны взглянуть на свое настоящее из благополучного будущего, в котором сегодняшние проблемы уже давно нашли свое решение. Это упражнение может быть эффективным при работе с самыми разными трудностями.

Инструкция:

Давайте сегодня предоставим Вашему сознанию небольшой перерыв. Вы интенсивно поработали и глубоко разобрались в проблеме. Вы понимаете причины своих трудностей, вы знаете, как они проявляются. Вы продумываете решения.

Однако мы сможем оказать себе дополнительную помощь, если зададим работу и нашему бессознательному, которое продолжает работать даже тогда, когда мы спим. Вы знаете историю открытия химической формулы бензола? Это произошло во сне.

Поэтому я хочу пригласить Вас в своеобразный сон наяву. Во снах мы можем легко и элегантно перемещаться во времени – перелетать в прошлое, в будущее, снова возвращаться в настоящее и т. д. Причем наше бессознательное делает все это с грацией фигуриста, рисующего на зеркальной поверхности льда причудливые узоры.

Представьте себе, что Ваше бессознательное перемещается на несколько лет в будущее, например на пять, на десять лет или на два года, и из этой точки будущего комментирует Вашу сегодняшнюю жизнь, ваши текущие обстоятельства и проблемы.

Оно открывает вам, как ваша жизнь будет складываться дальше. Вы можете увидеть, как Вы решили свои проблемы, когда это произошло или же какой путь вы избрали для того, чтобы обойти не поддающуюся решению проблему.

Из какого-то момента в будущем напишите себе письмо, рисующее Вам панораму вашей дальнейшей жизни, где сегодняшние тревоги давно превратились в твердую почву завтрашнего дня. Поставьте дату, не забудьте написать обращение и подписаться. У вас есть на это полчаса.

Задание 14. Упражнение «Звездный час»

Цель: помочь лучше осознать основные личностные смыслы той или иной деятельности; соотнести эти смыслы со своим собственным (личным) представлением о счастье.

Инструкция: Попробуйте представить и описать, какие существуют самые приятные, радостные минуты в жизни

типичного человека. Другими словами, Вам нужно зафиксировать «ЗВЕЗДНЫЕ ЧАСЫ» для человека. Обратите внимание, что у каждого может быть свое собственное, субъективное представление об этом.

В этом упражнении есть возможность выйти на проблемы нахождения смысла своей жизни, связанного с той или иной деятельностью, научиться самостоятельно находить (конструировать) примеры, когда человеку удастся даже во внешне непривлекательной деятельности находить для себя важные и благородные смыслы, развивать и реализовывать лучшие возможности своей жизни.

Задание 15. Упражнение «Карта жизни»

Цель: формирование метафорического целостного образа своей жизни.

Необходимый материал: листы формата А3, фломастеры

Инструкция:

1. Каждый держал в руках хоть раз в жизни топографические карты. Для чего мы используем карты? Чтобы ориентироваться на местности. Если вам нужно проложить маршрут к своей цели, то с картой это сделать намного проще. Мы смотрим в карту и прокладываем свой путь от одного ориентира к другому, которые на карте обозначены в виде условных знаков. Карта — это хороший инструмент, который помогает путешественнику не заблудиться среди лесов и гор, не завязнуть в болоте, найти брод через реку или мост через пропасть.

2. Попробуйте создать «карту жизни», чтобы иметь инструмент, который поможет лучше ориентироваться в жизни.

3. Возьмите лист чистой бумаги и обозначьте стороны света. Если бы речь шла о простых картах, то мы бы указали север, юг, восток и запад. Однако в жизни главные направления другие. Используйте «карте жизни» в качестве сторон света ЦЕННОСТИ.

4. Второй шаг. Создайте список обычных физических объектов и припишите им символические значения в терминах ЖИЗНИ.

- Горы
- Реки
- Моря
- Острова
- Дороги
- Леса
- Пустыни
- Болота
- Овраги
- Города
- Страны
- Люди
- Солнце
- Что-то еще?

Попробуйте определить, с чем в ЖИЗНИ может ассоциироваться (субъективно связываться) тот или иной физический объект. Например, многие люди символически связывают реки с разными стратегиями жизни (есть даже такое красивое выражение — «река жизни»). Часто горные вершины связывают с достижениями в ЖИЗНИ. Болото — это... сами знаете, что такое болото в терминах жизни. По ходу дела Вы можете добавлять в список и новые объекты.

5. Третий шаг. Нарисуйте карту своей жизни. Не очень задумывайтесь над тем, насколько вы все делаете «правильно и красиво». Это вообще не имеет значения. Начните хоть с чего-то. Пусть на вашей карте появится два-три-пять объектов. Уже хорошо.

6. Четвертый шаг. Отрефлексируйте, что обозначают те или иные изображения и их названия. Где Вы сейчас находитесь, где были 2 года назад, куда собираетесь попасть через 5 лет?

Задание 16. Упражнение «Колесо личного благополучия»

Цель – осознание ресурсов и резервов в личной и профессиональной сфере как источников профилактики эмоционального выгорания.

Инструкция:

Нарисуйте снежинку. Отметьте по кругу по ходу часовой стрелки: снизу профессиональная сфера (удовлетворительно-неудовлетворительно); отношение к окружающей среде (потребительское - уважительное), психол. состояние (адаптивное-неадаптивное); духовная жизнь (активная-неактивная); интеллектуальная сфера (ограниченность интересов-пытливость); эмоциональная сфера (регулируемая-бесконтрольная); физическое состояние (хорошее-плохое), социальная сфера (одиночество-принадлежность к группе).

Проведите линию, последовательно соединяющую точки друг с другом. Сравните контуры: это колесо? Может оно катиться по жизни?

Какая сфера ЖД наиболее благополучна? Наименее? Что хотелось бы изменить? Перечислите шаги, которые вам необходимо сделать, чтобы достичь изменений. Отметьте точкой на каждой спице колеса то, как вы оцениваете свое состояние в данный момент. Проведите линию, последовательно соединяющую эти точки друг с другом. Сравните контуры «идеального колеса» с той фигурой, которая получилась после соединения точек.

Какая сфера жизнедеятельности у вас наиболее благополучна? А какая – наименее? Рассмотрите получившийся от соединения точки контур. Похож ли он на круг? Может ли ваше «колесо катиться по жизни»? Какие чувства оно у вас вызывает? Что бы вам хотелось изменить?

Посмотрите внимательно, какая фигура у вас получилась. Насколько она похожа на круг и какой у этого круга (или не совсем круга) диаметр. Правильность круга будет означать сбалансированность вашей жизни, диаметр — успешность жизненных сфер, рассматриваемых в рамках данной психотехнологии. Чем больше и правильнее круг, тем лучше. Уже на

данном этапе вы получили неоценимую информацию о своем настоящем состоянии. Вы увидели свою жизнь как систему, гармония которой скорее всего нарушена вследствие появления дисбаланса между ее компонентами.

Исходя из полученной картинке, по отношению к каждой области жизни задайте вопрос: «Чего я хочу?». Чего вы хотите в своей карьере? Повышения, продвижения, может смены работы? В сфере финансов, здоровья, семьи и так далее. Выпишите все свои желания. Рекомендую задавать вопрос даже там, где баллы достаточно высоки.

Точно также задайте второй вопрос: Чего я хочу на самом деле? И вот тут начинается самое интересное. В большинстве случаев, ответ на этот вопрос не будет совпадать с вашими первыми ответами. На данном этапе вы получаете ваши истинные желания. Их также необходимо выписать.

Посмотрите внимательно на список ваших желаний по каждой из сфер и подумайте, как изменится колесо вашей жизни, когда каждое из них будет получено.

Перечислите шаги, которые вам необходимо сделать, чтобы достичь этих изменений.

Задание 17. Экзистенциальные истории

Составьте аннотированный каталог художественных произведений (книги, пьесы, кинофильмы) для работы с клиентами, испытывающими экзистенциальные трудности (не менее 15 наименований). В аннотации укажите, для работы с какими экзистенциальными данностями предлагается применять то или иное произведение.

ТЕМЫ ДЛЯ НАПИСАНИЯ ЭССЕ

1. Мои страхи перед самопознанием.
2. Мой опыт ясного переживания внутреннего согласия и исполненности.
3. Опыт переживания отсутствия внутреннего согласия.
4. Психодинамика и ноодинамика: противоречивое единство.
5. Самодистанцирование в повседневной жизни.
6. Опыт самотрансценденции: открытия и разочарования.
7. Сферы жизни, в которых я чувствую себя «как рыба в воде».
8. Как я обхожусь с проблемами в своей жизни.
9. Проблемы, с которыми я пришел бы на консультацию к самому себе.
10. Феноменологическое понимание как человеческая способность.
11. Возможности и границы феноменологии в моей жизни.
12. Существенной жизнь может быть только в субъективности.
13. Высшая форма феноменологии – любовь.
14. Использование феноменологии при взаимном непонимании в межличностных отношениях.
15. «Хождение по кругу» в межличностных отношениях из-за неудавшегося феноменологического понимания.
16. «Заброшенность»: что я об этом думаю? Как я это переживаю?
17. Мое чувство вины.
18. Смыслы моей жизни.
19. Границы моей свободы. Сфера моей ответственности.
20. Я и Другой.

5.3. Фонд оценочных средств

ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ»

1. История возникновения и развития экзистенциального подхода в консультировании.
2. Философские основы экзистенциального консультирования.
3. Dasein (Бытие-в-мире) – способ существования в мире (М.Хайдеггер). Аутентичное и неаутентичное существование.
4. Базовые постулаты гуманистической психологии (К.Роджер).
5. Основные понятия экзистенциально-гуманистического консультирования.
6. Роль тревоги для понимания человеческой природы в экзистенциальном консультировании.
7. Смерть как первичный источник тревоги.
8. Логотерапия В.Франкла: ноогенный невроз, экзистенциальный вакуум, экзистенциальная фрустрация.
9. Базовая данность существования: смерть. Взаимозависимость жизни и смерти.
10. Работа со страхом смерти в экзистенциально-гуманистическом консультировании.
11. Базовая данность существования: экзистенциальная изоляция.
12. Экзистенциальная изоляция и психопатология межличностных отношений. Формы изоляции (И.Ялом).
13. Базовая данность существования: бессмысленность. Кризис бессмысленности.
14. Стратегии работы с бессмысленностью. Потеря смысла: значение в консультировании.
15. Базовая данность существования: свобода. Ответственность как экзистенциальная проблема.
16. Свобода в консультировании: избегание и принятие ответственности в экзистенциально-гуманистическом подходе.
17. Базовое искусство ведения беседы в экзистенциально-гуманистическом консультировании.
18. Присутствие, как стержневая техника экзистенциально-гуманистического подхода. Основные уровни присутствия.
19. Забота: источник силы и направляющий фактор в консультировании. Забота как главная составляющая Dasein.
20. Понятие субъективного в экзистенциально-гуманистическом подходе. Соотношение объективация – субъективность.

21. Перенос и контрперенос в экзистенциально-гуманистическом консультировании.
22. Особенности работы с сопротивлением в экзистенциальном консультировании.
23. Межличностное давление в экзистенциально-гуманистическом консультировании. Октавы межличностного давления (Дж.Бюдженталь).
24. Экзистенциальный анализ сновидений. Особенности работы со сновидениями в экзистенциально-гуманистическом ключе.
25. Методы и техники экзистенциально-гуманистического консультирования.

Профессиональные задачи

Задача 1.

За психологической консультацией обратился отец молодого человека, консультация нужна его сыну. Отец позвонил по телефону по просьбе сына, ему 17 лет. Обратиться за помощью хотели 6 месяцев назад, но тогда молодой человек был против обращения к психологу. Сейчас он один приехал на прием. Шесть месяцев назад клиент в конце 10 класса перестал ходить в школу. Появилась апатия, нежелание общаться, не выходил из дома. Появились мысли, что нет смысла жить. Связывает это с переутомлением. Школа находится от дома в часе езды. Нагрузки большие. Преподаватели кричат, пугают ЕГЭ. Возвращаясь домой, ложился спать, потом половину ночи занимался. Утром с трудом вставал. С трудом выправил оценки за 10 класс. Летом обратились к гомеопату, чтобы восстановить состояние. Настроение улучшилось до того момента, как стало необходимо идти в школу. Появилась бессонница, неуверенность в себе, ощущение бессмысленности.

Как Вы видите основную проблему клиента в терминах экзистенциального подхода?
Какие экзистенциальные приемы можно применить в работе?

Задача 2.

Девушка 17 лет обращается по поводу депрессивных настроений с фантазиями о суициде. Также жалуется на боли в позвоночнике, но врачи не находят какой-либо патологии. Наиболее актуальные на момент обращения темы – взаимоотношения с молодыми людьми. По словам клиентки у нее много поклонников, все восторгаются ею, и не дают прохода даже в метро. Она никого не подпускает слишком близко, удерживая каждого возле себя. Из истории развития известно, что девочка была поздним ребенком своей матери, которая долго лечилась от бесплодия. Когда она родилась, все в семье называли ее «наше счастье». При этом родители вынуждены были отправить ее жить к бабушке, так как оба интенсивно работали. Клиентка вызывает амбивалентные чувства: желание обесценить ее переживания и ощущение подлинности ее страданий без видимого источника.

Как Вы видите основную проблему клиента в терминах экзистенциального подхода?
Какие экзистенциальные приемы можно применить в работе?

Задача 3.

Мама 10-летней девочки обратилась к психологу, жалуясь на тревожную привязанность к ней девочки, а также на наличие у дочери множества страхов. Девочка до сих пор отказывается спать одна, настаивает на том, чтобы знать о каждом шаге матери, ограничивает ее свободу выбора, реагируя слезами на желание мамы пойти куда-то без нее. В случае если мать задерживается на работе, постоянно звонит ей, если сразу не дозванивается, плачет. Известно также, что родители девочки несколько лет в разводе, но мама и дочка поддерживают отношения со многими родственниками отца. Девочке нравится бывать у них, она также любит, чтобы к ним домой приезжали гости. В отношениях со сверстниками у ребенка есть некоторые сложности. Мама считает, что дочь слишком мягко относится ко всем детям, боится с кем-либо поссориться, старается добиться симпатии и завоевать дружбу девочек.

Как Вы видите основную проблему клиента в терминах экзистенциального подхода?
Какие экзистенциальные приемы можно применить в работе?

Задача 4.

К психологу обратилась мама девочки 14 лет, жалуясь на безответственное поведение своей дочери. По мнению мамы, дочь мало времени уделяет учебе, часто бывает рассеяна, поздно ложится спать и потому на уроках «засыпает». Маме кажется, что отношения девочки со сверстниками складываются не очень успешно, она не всегда умеет подать себя, завоевать их уважение. При этом к маминым советам дочь мало прислушивается, поэтому маме, с ее слов, приходится быть категоричной и запрещать ей, например, покупать одежду, которая демонстрирует недостатки ее фигуры (чтобы над ней не смеялись сверстники). Мама жалуется на то, что девочка стала менее сговорчивой и часто требует «свободы». Что под этим подразумевается, мама точно не понимает, но очень возмущена, «о какой свободе может идти речь, если она стала хуже учиться» или «когда сейчас такая криминогенная обстановка».

Как Вы видите основную проблему клиента в терминах экзистенциального подхода?
Какие экзистенциальные приемы можно применить в работе?

Задача 5.

«...Она стала проводить большую часть своего времени, собирая сухие листья, ища мертвых птиц и мелких животных, иногда обнаруживаемых после долгих часов поисков, и, покупая всевозможные предметы в магазинах ближайшего поселка, затем пыталась с помощью различных процессов, напоминающих алхимию, возродить эти мертвые существа к той или иной форме жизни. Было совершенно ясно (и она сама это подтвердила), что она чувствует себя Богом, избирающим различные мертвые листья и другие вещи, чтобы вернуть в них жизнь. Много раз психотерапевтические сессии проводились в больничном парке; терапевт сидел на скамейке, в то время как пациентка весь день занималась изучением находящегося поблизости газона. Но по мере того, как шли эти месяцы и период отрицания смерти стал подходить к концу, она стала все более открыто выражать отчаяние по поводу своей деятельности. А потом наступил осенний день, когда во время сессии терапевт и пациентка сидели на разных скамейках не слишком далеко друг от друга и вместе смотрели на покрытую листьями лужайку. Она дала понять, преимущественно невербальными способами, что ее наполняют мягкость, нежность и горе. Со слезами на глазах, тоном смирения перед фактом, который остается только принять, она произнесла: «Я не могу превратить эти листья, например, в овец». Терапевт отвечал: «Мне кажется, ты понимаешь, что с человеческой жизнью тоже так – так же, как жизнь листьев, жизнь людей заканчивается смертью». Она кивнула: «Да».

В чем суть понимания пациентки?
Начало чему определяет данное понимание?

Задача 6.

«Пять лет назад странное состояние ума начало овладевать мною: у меня были моменты растерянности, остановки жизни, как будто я не знал, как я должен жить, что я должен делать. ...Эти остановки жизни всегда возникали с одним и тем же вопросом: "почему?" и "зачем?" ...Эти вопросы со все большей настойчивостью требовали ответа и, как точки, собирались в одно черное пятно».

Какое состояние переживает автор строк?
Что подразумевается под остановками жизни?

5.4. Перечень видов оценочных средств

Вопросы к семинарским занятиям, задания для самостоятельной работы, темы эссе, вопросы к экзамену, профессиональные задачи.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Шумский В. Б.	Экзистенциальная психология и психотерапия: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.2	Летуновский В. В.	В поисках настоящего: экзистенциальная терапия и экзистенциальный анализ: учебное пособие	Москва: Галактика, 2021
Л1.3	Воронцов Д. В., Гриднева С. В., Ташёва А. И.	Консультативная психология: базовые методические проблемы: учебник	Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016
Л1.4	Лэнгле А. А., Уколова Е. М., Шумский В. Б.	Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика, исследования: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Вакнин Е. Е., Почукаева Г. В.	Онтология логотерапии Виктора Франкля: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л2.2	Золотухина-Аболина Е. В.	Бытие человека: ключевые экзистенциалы: монография	Москва, Берлин: Директ-Медиа, 2017
Л2.3	Сапогова Е. Е.	Лабиринты автобиографии: экзистенциально-нарративный анализ личных историй: монография	Санкт-Петербург: Алетейя, 2020
Л2.4	Лэнгле А.	Экзистенциальный анализ: экзистенциальные подходы в психотерапии: научная литература	Москва: Когито-Центр, 2020
Л2.5	Баттиани А., Лукас Э.	Логотерапия и экзистенциальный анализ сегодня: актуальная характеристика: научная литература	Москва: Когито-Центр, 2021

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Для освоения дисциплины необходим компьютер с графической операционной системой, офисным пакетом приложений, интернет-браузером, программой для чтения PDF-файлов, программой для просмотра изображений и видеофайлов и программой для работы с архивами.

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
3. Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: e.lanbook.com. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
4. Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.
5. ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru>. Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Отличительной особенностью обучения в вузе является то, что это, в значительной степени, самообразование. Самообучение – один из самых ценных способов познания, когда развивается мышление, формируются ценнейшие качества человеческой личности: интерес к наукам, потребность в духовном обогащении, способность к творчеству, воля. Вместе с тем, само-обучение доставляет человеку огромную радость и удовлетворение. Знания и навыки, приобретенные самостоятельно, остаются на всю жизнь.

Успехов в учебе можно достигать самыми разными способами. Само обучение в вузе – это одновременно и своеобразное «экспериментирование» с самим собой, тем более, что главный предмет для любого аспиранта – это он сам как развивающийся, самоизменяющийся и рефлексирующий «субъект учебной деятельности». В дальнейшем опыт формирования своего индивидуального стиля может стать основой формирования в себе индивидуального стиля самой профессиональной деятельности.

ПРЕЗЕНТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Доклад – вид самостоятельной работы, используется в учебной и внеучебной деятельности, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает к научному мышлению.

При подготовке доклада по заданной теме следует составить план, подобрать основные источники. Работая с источниками, важно систематизировать полученные сведения, сделать выводы и обобщения. К докладу по крупной теме могут привлекаться несколько студентов, между которыми распределяются вопросы выступления. Структура любого доклада может быть представлена следующим образом: постановка проблемы; систематизированное изложение основных результатов ее изучения (направления исследований, основные положения теорий, основные научные результаты (достижения) в изучении феноменов, процессов, явлений в рамках излагаемой проблемы, спорные или неизученные аспекты); выводы и обобщение (резюме).

Устные выступления – это то, чему надо обязательно учиться. Лишь очень немногие из нас являются ораторами от природы и, предоставленные сами себе, мы вносим в наши выступления путаницу, ненужные подробности, и, в конце концов, скуку. Этого можно избежать, если следовать нескольким простым правилам и приемам.

Не надо жалеть времени на подготовку устных выступлений: ваша будущая карьера может зависеть от того, как вы умеете выступать и представлять свои результаты. Хорошая работа достойна того, чтобы ее хорошо доложить.

Главная цель любого доклада – донести до слушателей то, что вы хотите им сказать. (Возможны, конечно, и другие цели, но мы будем исходить только из этой.) Это означает, что вы должны завладеть вниманием аудитории и не отпугнуть слушателей ни избытком скучных подробностей, ни особенностями технического представления доклада.

По возможности, не пишите на доске, так как это затягивает время. Кроме того, ваш красивый почерк обязательно покажется кому-нибудь мелким или неразборчивым. Используйте для иллюстрации сообщения компьютерный проектор.

О чем важно помнить во время доклада:

1. Нельзя недооценивать аудиторию. Слушатели, как правило, достаточно умны. По-этому не пытайтесь показать аудитории, насколько умны Вы. Если это действительно так, то слушатели заметят.
2. Старайтесь говорить не монотонно, иначе вы вскоре увидите борющихся со сном слушателей. Подчеркивайте голосом и жестами (умеренными) наиболее важные положения доклада.
3. Отдайте должное вашему предшественникам. Это покажет, что вы знакомы с литературе по обсуждаемой проблеме. Кроме того, аудитория оценит, что вы не счи-таете, что разрешили «ударом гения» важный вопрос, который в течение многих лет не давался лучшим умам человечества. (Это случается очень редко, и поэтому смело можете полагать, что Вас это не касается.)
4. Если вы собираетесь кого-либо опровергнуть, не выпячивайте это (кто знает, быть может, потом в этой роли окажется и ваш доклад). Будьте вежливы.
5. Не надоедайте слушателям всем известными деталями. Это раздражает и приводит к потере внимания. Иногда

бывает полезно сообщить основной вывод в начале доклада. В противном случае слушатели могут начать проявлять нетерпение и то-ропить вас, чтобы вы скорее добрались до результата.

6. Не пытайтесь рассказывать обо всем, но только о теме выступления и в пределах отведенного времени.

7. Для того, чтобы показать что-либо на экране, пользуйтесь указкой. Помните, что не стоит поворачиваться спиной к слушателям. Если нет достаточно большой (или лазерной) указки, используйте маленькую указку, ручку или карандаш, но не ваши пальцы. Старайтесь не загромождать экран от аудитории.

8. Следите за аудиторией. Желательно не обращаться с докладом только к одному слушателю – это будет выглядеть странно. Лучше заранее выбрать несколько чело-век в аудитории, за реакцией которых вы будете следить во время выступления.

9. Заранее решите, что вы можете выкинуть из доклада, если не будете укладываться в отведенное время. Начните с короткого вступления и избегайте говорить о не относящихся к делу вещах. Спланируйте выступление так, чтобы его длительность была по крайней мере на 10% меньше отведенного вам времени. Если вы выступаете на конференции, узнайте заранее, включает ли отпущенное на доклад время также и его обсуждение.

10. Не волнуйтесь, если доклад прерывается вопросами. Как правило, это вызвано ин-тересом слушателей к сообщению. Если ответ на вопрос будет ясен из последую-щей части доклада, просто скажите это. Если же вы чувствуете, что из-за вопросов остается мало времени и придется комкать выступление, обратитесь к руководи-телю семинара или конференции с предложением: «Я думаю, что более подробно мы обсудим это во время дискуссии или после доклада».

11. В конце доклада необходимо сделать основные выводы по излагаемой теме (про-блеме).

12. Если вас спросили о том, что вы не знаете или о чем вы не думали, признайте это. Иногда бывает полезно сказать, что заданные вопросы или сделанные замечания очень интересны и что вы обязательно учтете их в последующей работе (если, ко-нечно, они заслуживают это).

13. Если кто-либо из слушателей решительно не согласен с вами и агрессивно атакует детали доклада, постарайтесь объяснить вашу точку зрения. Помните, что вам нужно убедить слушателей, а не оппонента (его, как правило, все равно не убе-дить), и поэтому обращайтесь к аудитории. Вы можете предложить оппоненту де-тально объяснить и развить его возражения, но делайте это лишь в том случае, если вы абсолютно уверены в своей правоте. Следует также помнить две важные вещи. Во-первых, дискуссии способствуют лучшему пониманию проблемы (а научные – прогрессу науки) и ваш личный статус зависит, в частности, и от того, насколько компетентным вы показываете себя в дискуссиях, и кто оказывается правым в ре-зультате. Во-вторых, вы ни в коем случае не должны публично оскорблять оппо-нента, и не должны допускать этого в отношении самого себя.

14. Если вы ожидаете, что какие-то конкретные вопросы будут обязательно заданы (вы можете даже специально спровоцировать их), хорошо подготовьтесь к ним.

15. Компьютерные иллюстрации играют во время доклада очень важную роль. Док-ладчику они позволяют сохранять связность и последовательность изложения и избавляют от необходимости заглядывать в текст сообщения. Слушателям же они помогают еще в большей степени. Они помогают им делать заметки, подумать о том, то вы только что сказали или еще собираетесь сообщить, позволяют следить за докладом даже после частичной потери внимания.

16. Пишите текст большими буквами. Рекомендуются заранее убедиться, что ваш текст будет различим в дальнейшем конце аудитории. Вы можете использовать разный цвет шрифта, но излишняя пестрота отвлекает внимание.

17. Помещайте не более 8-10 строчек на одном слайде и используйте короткие фразы.

18. Не стоит показывать длинные таблицы, содержащие, как правило, лишнюю информацию. В некоторых случаях (конечно, не всегда) гораздо нагляднее использовать гистограммы.

19. Избегайте большого числа малоинформативных и дублирующих друг друга рисун-ков. Когда показываете рисунок, дайте время разглядеть и осознать его. Рисунки не должны быть слишком сложными и запутанными. Лучше сделать новый рисунок, оставив на нем только то, что нужно для доклада, чем использовать иллюстрацию с излишней и отвлекающей информацией. Не забудьте объяснить, что у вас отложено по осям и какие единицы измерения используются.

20. Если вы выбились из времени, не пытайтесь показать все оставшиеся слайды пре-зентации, пролистывая их с большой скоростью на проекторе. Просто пропустите их. Если же они содержат очень важную информацию, суммируйте ее коротко вслух.

Для доклада на конференции вам отводится очень ограниченное время для выступления (как правило, 10-15 мин.) и структура доклада должна это учитывать. У вас не будет времени для детального обсуждения, но, если вы хорошо сделаете доклад, заинтересованные слушатели подойдут к вам за подробностями после выступления.

Типичные разделы доклада: актуальность проблемы; основные теоретические положения, на которых вы основываетесь; цель, задачи и гипотеза исследования; методы, результаты; сравнение с литературными данными; обсуждение результатов, планы на будущее и т.п.

Начните с названия, авторов и краткого описания проблемы. Затем можно сразу привести ваш основной результат. Лучше сообщить его в начале, чем произнести скороговоркой, уже выбившись из времени, в конце доклада. Оставшееся время посвятите наиболее важным подробностям работы. В конце выступления снова изложите основной результат.

РЕШЕНИЕ СИТУАЦИОННЫХ ЗАДАЧ

Такой вид самостоятельной работы направлен на развитие мышления, творческих умений, усвоение знаний, добытых в ходе активного поиска и самостоятельного решения проблем.

При решении ситуационной задачи необходимо:

- 1) представить рассуждение по поводу: необходимости дополнительных данных и источников их получения; прогнозов относительно субъектов и/или причин возникнове-ния ситуации;
- 2) продемонстрировать умения использовать системный подход, ситуативный под-ход, широту взглядов на проблему;
- 3) подготовить программу действий, направленную на реализацию, например, ана-литического метода решения проблемы: проанализировать все доступные данные, превратить их в информацию; определить проблему; прояснить и согласовать цели; выдвинуть возможные альтернативы; оценить варианты и выбрать один из них.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ НАУЧНЫХ СТАТЕЙ

Научная публикация – основной результат деятельности исследователя. Главная цель научной публикации – сделать работу автора достоянием других исследователей и обозначить его приоритет в избранной области исследований.

Можно выделить несколько видов научных публикаций: монографии, статьи и тезисы докладов. Монография – это научный труд, в котором с наибольшей полнотой исследуется определённая тема, поэтому монографии пишутся редко. Тезисы докладов – это краткие публикации, как правило, содержащие 1-2 страницы, вследствие чего они не позволяют в должной мере ни отразить результаты, ни обсудить их и не представляют большого интереса для научного мира. Во многих случаях, например, при написании заявки на поддержку исследований тезисы докладов вообще не учитываются как публикации. Наибольший интерес представляют научные статьи, которые включают в себя как рецензируемые статьи (перед опубликованием статья проходит рецензирование) и нерецензируемые статьи, так и труды (или материалы) конференций.

Всякая научная статья должна содержать краткий, но достаточный для понимания отчет о проведенном исследовании и объективное обсуждение его значения. Отчет должен содержать достаточное количество данных и ссылок на опубликованные источники информации, чтобы коллегам можно было оценить и самим проверить работу. Написать хорошую статью – значит достичь этих целей.

Чтобы написать хорошую статью необходимо соблюдать стандарты построения общего плана научной публикации и требования научного стиля речи. Это обеспечивает однозначное восприятие и оценку данных читателями. Основные черты научного стиля: логичность, однозначность, объективность.

Основная задача этих рекомендаций – практическая помощь в написании и оформлении Ваших научных трудов (статей, тезисов).

Основная структура содержания статьи

В статье следует сжато и четко изложить современное состояние вопроса, цель работы, методику исследования, результаты и обсуждение полученных данных. Это могут быть результаты собственных экспериментальных исследований, обобщения производственного опыта, а также аналитический обзор информации в рассматриваемой области.

Статья, как правило, включает в себя:

- 1) аннотацию;
- 2) введение;
- 3) методы исследований;
- 4) основные результаты и их обсуждение;
- 5) заключение (выводы);
- 6) список цитированных источников.

Обычно статья включает также «Реферат» и «Ключевые слова», а в конце статьи также могут приводиться слова благодарности.

Название (заглавие) – очень важный элемент статьи. По названию судят обо всей работе. Поэтому заглавие статьи должно полностью отражать ее содержание. Правильнее будет, если Вы начнете работу над названием после написания статьи, когда поймали саму суть статьи, ее основную идею. Некоторые авторы предпочитают поработать над названием статьи в начале своей работы, но такое подвластно только опытным исследователям. В любом случае помните, что удачное название работы – это уже полдела.

Аннотация. Она выполняет функцию расширенного названия статьи и повествует о содержании работы. Аннотация показывает, что, по мнению автора, наиболее ценно и применимо в выполненной им работе. Плохо написанная аннотация может испортить впечатление от хорошей статьи.

Во Введении должна быть обоснована актуальность рассматриваемого вопроса (что Вы рассматриваете и зачем?) и новизна работы, если позволяет объем статьи можно конкретизировать цель и задачи исследований, а также следует привести известные способы решения вопроса и их недостатки.

. Актуальность темы – степень ее важности в данный момент и в данной ситуации для решения данной проблемы (задачи, вопроса). Это способность ее результатов быть применимыми для решения достаточно значимых научно-практических задач.

Новизна – это то, что отличает результат данной работы от результатов других авторов.

Цели и задачи исследований. Важно, чтобы при выборе темы четко осознавать те цели и задачи, которые автор ставит перед своей работой. Работа должна содержать определенную идею, ключевую мысль, которой, собственно говоря, и посвящается само исследование. Формулировка цели исследования – следующий элемент разработки программы. Чтобы успешно и с минимальными затратами времени справиться с формулировкой цели, нужно ответить себе на вопрос: “что ты хочешь создать в итоге организуемого исследования?” Этим итогом могут быть: новая методика, классификация, новая программа или учебный план, алгоритм, структура, новый вариант известной технологии, методическая разработка и т.д. Очевидно, что цель любой работы, как правило, начинается с глаголов:

- выяснить...
- выявить...
- сформировать...
- обосновать...
- проверить...
- определить...
- создать...
- построить...

Задачи – это, как правило, конкретизированные или более частные цели. Цель, подобно вееру, развертывается в комплексе

взаимосвязанных задач. Например, если цель исследования – разработать методику оптимальной организации учебно-воспитательного процесса в условиях пятидневной недели, то эта цель может предполагать следующие задачи:

- 1) определить и обосновать оптимальную для каждой студенческой группы продолжительность занятий;
- 2) осуществить корректировку учебных программ в связи с общим сокращением учебного времени;
- 3) освоить с преподавателями методику интенсификации обучения в условиях 90, 85- и 80-минутного занятия;
- 4) выявить динамику перегрузов студентов, занимающихся в режиме пятидневной учебной недели, а также динамику характеристик здоровья и др.

Основная часть включает само исследование, его результаты, практические рекомендации. От самостоятельного исследователя требуется умение:

- пользоваться имеющимися средствами для проведения исследования или создавать свои, новые средства.
- разобраться в полученных результатах и понять, что нового и полезного дало исследование.

В работе, посвященной экспериментальным (практическим) исследованиям, автор обязан описать методику экспериментов, оценить точность и воспроизводимость полученных результатов. Если это не сделано, то достоверность представленных результатов сомнительна. Чтение такой статьи становится бессмысленной тратой времени.

Важнейшим элементом работы над статьей является представление результатов работы и их физическое объяснение.

Необходимо представить результаты в наглядной форме: в виде таблиц, графиков, диаграмм.

Большинство авторов избегают упоминать об экспериментах с отрицательным результатом. Между тем, такие эксперименты, особенно в области технологии, иногда поучительнее экспериментов с положительным исходом.

Технология – это наука, в которой, в отличие от математики, бывает так, что минус плюс минус дают плюс. Например, технологический процесс имеет два существенных недостатка, но, тем не менее, обеспечивает необходимое качество продукции. Если устранить только один недостаток, то, как правило, процесс даст сбой и возникнет брак в производстве.

[5]

В статье о каком-либо технологическом процессе автору следует рассмотреть виды брака и методы его устранения.

Технолог вырастает в специалиста высокой квалификации, если он исследует причины возникновения брака в производстве и разрабатывает методы его устранения.

Заключение содержит краткую формулировку результатов, полученных в ходе работы. В заключении, как правило, автор исследования суммирует результаты осмысления темы, выводы, обобщения и рекомендации, которые вытекают из его работы, подчеркивает их практическую значимость, а также определяет основные направления для дальнейшего исследования в этой области знаний.

Выводы (вместо заключения) обычно пишутся, если статья основана на экспериментальных данных и является результатом многолетнего труда. Выводы не могут быть слишком многочисленными. Достаточно трех-пяти ценных для науки и производства выводов, полученных в итоге нескольких лет работы над темой. Выводы должны иметь характер тезисов. Их нельзя отождествлять с аннотацией, у них разные функции. Выводы должны показывать, что получено, а аннотация – что сделано. [2]

Список литературы – это перечень книг, журналов, статей с указанием основных данных (место и год выхода, издательство и др.).

Ссылки в статье на литературные источники можно оформить тремя способами: 1) выразить в круглых скобках внутри самого текста (это может быть газетный или журнальный материал); 2) опустить в нижнюю часть страницы с полными выходными данными; 3) указать в квадратных скобках номер источника и страницу из алфавитного списка литературы. В целом, литературное оформление материалов исследования следует рассматривать весьма ответственным делом.

Библиографическое описание документов, включенных в список использованной литературы, составляется в соответствии с требованиями ГОСТ «Библиографическое описание документа. Общие требования и правила составления».

Важно помнить: при отправлении статьи на серьезный академический журнал необходимо соблюдать общую структуру составления статьи с подписыванием подзаголовков структуры статьи. Некоторые издатели, обычно это в сборниках материалов конференций, если не позволяет объем страниц статьи, не акцентируют на подписывание разделов, т.е. текст идет целиком отдельными абзацами.

ЭТО ТОЖЕ ВАЖНО

Правила цитирования. Цитата является точной, дословной выдержкой из какого-либо текста, включенного в собственный текст. Цитаты, как правило, приводятся только для подтверждения аргументов или описаний автора. При цитировании наибольшего внимания заслуживает современная литература и первоисточники. Вторичную литературу следует цитировать как можно экономнее, например, для того, чтобы оспорить некоторые выводы авторов.

Изложение материала статьи. Необходимо представлять своего читателя и заранее знать, кому адресована статья. Автор должен так написать о том, что неизвестно другим, чтобы это неизвестное стало ясным читателю в такой же степени, как и ему самому. Автору оригинальной работы следует разъяснить читателю ее наиболее трудные места. Если же она является развитием уже известных работ (и не только самого автора), то нет смысла затруднять читателя их пересказом, а лучше адресовать его к первоисточникам. Важно показать авторское отношение к публикуемому материалу, особенно сейчас, в связи широким использованием Интернета. Необходимы анализ и обобщение, а также критическое отношение автора к имеющимся в его распоряжении материалам.

Главным в изложении, как отмечал еще А. С. Пушкин, являются точность и краткость. «Словам должно быть тесно, а мыслям просторно» (Н. А. Некрасов). Важны стройность изложения и отсутствие логических разрывов. Красной линией статьи должен стать общий ход мыслей автора. Текст полезно разбить на отдельные рубрики. Это облегчит читателю нахождение требуемого материала. Однако рубрики не должны быть излишне мелкими. [8]

Терминология Автор должен стремиться быть однозначно понятым. Для этого ему необходимо следовать определенным правилам:

- употреблять только самые ясные и недвусмысленные термины;
- не употреблять слово, имеющее два значения, не определив, в каком из них оно будет применено;

- не применять одного слова в двух значениях и разных слов в одном значении [1].

Не следует злоупотреблять иноязычными терминами. Как правило, они не являются синонимами родных слов, между ними обычно имеются смысловые оттенки.

Язык изложения. Научная статья должна быть написана живым, образным языком, что всегда отличает научные работы от не относящихся к таковым. Многие серьезные научные труды написаны так интересно, что читаются, как хороший детективный роман.

Необходимо безжалостно истреблять в тексте лишние слова: «в целях» вместо «для», «редакция просит читателей присылать свои замечания» (слово «свои» — лишнее), «весь технологический процесс в целом» и т. д. Следует также устранять всякие «загадочные» термины. Следует также избегать ненужной возвратной формы глаголов. Ее нужно применять, только когда речь идет о самопроизвольно протекающих процессах. Например, нужно сказать: «применяют метод вакуумного напыления», а не «применяется метод вакуумного напыления». Это позволяет различать «деталь нагревается» от «деталь нагревают», что устраняет неясности.

Как писать? Начинающему автору необходимо свыкнуться с мыслью, что подлинная работа над статьей начинается сразу после написания первого варианта. Надо безжалостно вычеркивать все лишнее, подбирать правильные выражения мыслей, убирать все непонятное и имеющее двойной смысл. Но и трех-четыре переделки текста может оказать мало.

Многие авторы придерживаются следующего способа написания научной статьи. Сначала нужно записать все, что приходит в голову в данный момент. Пусть это будет написано плохо, здесь важнее свежесть впечатления. После этого черновик кладут в стол и на некоторое время забывают о нем. И только затем начинается авторское редактирование: переделывание, вычеркивание, вставление нового материала. И так несколько раз. Эта работа заканчивается не тогда, когда в статью уже нечего добавить, а когда из нее уже нельзя ничего выбросить. «С маху» не пишет ни один серьезный исследователь. Все испытывают трудности при изложении.

Для того чтобы подчеркнуть направление вашей мысли при написании статьи и сделать более наглядной его логическую структуру, вы можете использовать различные вводные слова и фразы:

1) Во-первых,... Во-вторых,... В-третьих...

2) Кроме того

3) Наконец

4) Затем

5) Вновь

6) Далее

7) Более того

8) Вместе с тем

9) В добавление к вышесказанному

10) В уточнение к вышесказанному

11) Также

12) В то же время

13) Вместе с тем

14) Соответственно

15) Подобным образом

16) Следовательно

17) В сходной манере

18) Отсюда следует

19) Таким образом

20) Между тем

21) Тем не менее

22) Однако

23) С другой стороны

24) В целом

25) Подводя итоги

26) В заключение

27) Итак

28) Поэтому

Однако не следует злоупотреблять вводными фразами начинать с них каждое предложение.

Техническая сторона оформления статьи

Правильно оформленная работа облегчает восприятие Вашей статьи. Есть некоторые правила, которых надо соблюдать:

1) после заголовка (подзаголовка), располагаемого посередине строки, точка не ставится. Также не допускается подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовка;

2) страницы нумеруются в нарастающем порядке;

3) правила сокращения слов и словосочетаний. Применение сокращенных словосочетаний регламентируется ГОСТ 7.12-93 «Сокращение русских слов и словосочетаний в библиографическом описании». Кроме того, имеются общепринятые правила сокращения слов и выражений, применяемые при написании курсовых работ, рефератов, диссертаций, статей. При этом используются следующие способы:

1. Пишут лишь первые буквы слова (например, "гл." - глава, "св." - святой, "ст." - статья).

2. Оставляют лишь первую букву слова (например, век - "в.", год - "г.).

3. Оставляют только часть слова без окончания и суффикса (например, "абз." - абзац, "сов." - советский).

4. Пропускают сразу несколько букв в середине слова, а вместо них ставят дефис (например, университет - "ун-т",

издательство - "изд-во").

Нужно быть внимательным при использовании и таких трех видов сокращений, как буквенные аббревиатуры, сложносокращенные слова, условные географические сокращения по начальным буквам слов или по частям слов.

Таковыми аббревиатурами удобно пользоваться, так как они составляются из обще-известных словообразований (например, "ВУЗ", "профсоюз"). Если необходимо обозначить свой сложный термин такой аббревиатурой, то в этом случае ее следует указывать сразу же после данного сложного термина. Например, "средства массовой информации (СМИ)". Далее этой аббревиатурой можно пользоваться без расшифровки.

При написании научных работ необходимо соблюдать общепринятые графические сокращения по начальным буквам слов или по частям таких слов: "и т.д." (и так далее), "и т.п." (и тому подобное), "и др." (и другое), "т.е." (то есть), "и пр." (и прочее), "вв." (века), "гг." (годы), "н.э." (нашей эры), "обл." (область), "гр." (гражданин), "доц." (доцент), "акад." (академик). При сносках и ссылках на источники употребляются такие сокращения, как "ст.ст." (статьи), "см." (смотри), "ср." (сравни), "напр." (например), "т.т." (тома).

Следует иметь также в виду, что внутри самих предложений такие слова, как "и другие", "и тому подобное", "и прочее" не приняты сокращать. Не допускаются сокращения слов "так называемый" (т.н.), "так как" (т.к.), "например" (напр.), "около" (ок.), "формула" (ф-ла).

Хорошо сделанная статья является логическим завершением выполненной работы. Поэтому, наряду с совершенствованием в исследовательской работе, необходимо постоянно учиться писать статьи. Подведем итог. Так как же работать над статьей?

- Определитесь, готовы ли вы приступить к написанию статьи и можно ли ее опубликовать в открытой печати.
- Составьте подробный план построения статьи.
- Разыщите всю необходимую информацию (статьи, книги, патенты и др.) и проанализируйте ее.
- Напишите введение, в котором сформулируйте необходимость проведения работы и ее основные направления.
- Поработайте над названием статьи.
- В основной части статьи опишите методику экспериментов, полученные результаты и дайте их физическое объяснение.
- Составьте список литературы.
- Сделайте выводы.
- Напишите аннотацию.
- Проведите авторское редактирование.
- Сократите все, что не несет полезной информации, вычеркните лишние слова, непонятные термины, неясности.