

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ**  
**УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева**

Кафедра педагогики и психологии начального образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ ПОДХОД В**  
**ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ**

Направление подготовки:

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Мастерство психологического консультирования

Квалификация (степень) выпускника

МАГИСТР

Красноярск, 2023

Рабочая программа дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры педагогики и психологии начального образования Сафоновой М.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования

протокол № 4 от 12 мая 2021 г.

Заведующий кафедрой



подпись

Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 5 от 21 мая 2021 г.

Председатель НМСС (Н)



подпись

И.В. Дуда

Рабочая программа дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры педагогики и психологии начального образования Сафоновой М.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования

протокол № 4 от 04 мая 2022 г.

Заведующий кафедрой



подпись

Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 5 от 12 мая 2022 г.

Председатель НМСС (Н)



подпись

И.В. Дуда

Рабочая программа дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры педагогики и психологии начального образования Сафоновой М.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования

протокол № 5 от 03 мая 2023 г.

Заведующий кафедрой



подпись

Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 7 от 17 мая 2023 г.

Председатель НМСС (Н)



подпись

И.В. Дуда

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании» является дисциплиной части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, подготовки магистров по направлению «Психолого-педагогическое образование». Дисциплина закладывает основу для выхода магистра на производственную практику.

Дисциплина разработана согласно ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (уровень магистратуры, утвержденному приказом Минобрнауки России от 22 февраля 2018 года № 127; Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; профессиональными стандартами: «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14 сентября 2022 г. № 537н (зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 14 октября 2022 года, регистрационный N 70506); «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 августа 2015 г., регистрационный № 38575), «Психолог в социальной сфере», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 ноября 2013 г. N 682н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 декабря 2013 г., регистрационный № 30840); нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П. Астафьева (уровень магистратуры).

Дисциплина относится к части ОПОП, формируемой участниками образовательных отношений, изучается на первом курсе во 2 семестре для очной и заочной формы обучения, индекс дисциплины в учебном плане – Б1.В.1.ДП.01.ДВ.02.

**1.2. Трудоемкость дисциплины** (общий объем времени, отведенного на изучение дисциплины) составляет 1 з.е. или 36 часов, из них 4 часа лекционных занятий, 12 часов семинарских занятий и 20 часов самостоятельной работы для магистров очной формы обучения, 2 часа лекционных занятий, 10 часов семинарских занятий и 24 часа самостоятельной работы для магистров заочной формы обучения.

**1.3. Цель и задачи дисциплины** «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании».

**Цель дисциплины:** формирование у магистров целостной системы знаний об особенностях, закономерностях, основополагающих принципах, основных техниках и специфических проблемах экзистенциально-гуманистического подхода.

**Задачи:**

- знакомство с основными понятиями экзистенциального консультирования;
- знакомство с основными принципами работы в экзистенциальном подходе;
- изучение представлений о базовых экзистенциальных данностях и способах работы с ними;
- знакомство с основными техниками работы с клиентами в экзистенциальном подходе;
- формирование умения органично вплетать фундаментальные представления экзистенциализма в общую канву консультативной работы.

**1.4. Основные разделы содержания.**

1. Философско-психологические основания экзистенциального подхода в консультировании.

2. Стратегии консультативной работы с основными экзистенциальными проблемами.

**1.5. Планируемые результаты обучения.** В результате изучения дисциплины магистр должен обладать следующими компетенциями:

- 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.
- 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.

Таблица 1. – Планируемые результаты обучения

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
Знакомство с основными понятиями экзистенциального консультирования.	Знать: - основы экзистенциальной философии, психологии и психотерапии; гуманистической психологии; - подходы к использованию экзистенциальной психологии в консультативной практике; - основные понятия, цели и задачи экзистенциального консультирования;	ОПК-6; ПК-4.

	<p>- этические принципы экзистенциального консультирования.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно работать с научной психологической литературой;</li> <li>- использовать методы экзистенциального анализа для решения сложных жизненных ситуаций;</li> <li>- руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе.</li> </ul> <p>Владеть навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками экзистенциального анализа ситуаций.</li> </ul>	
<p>Знакомство с основными принципами работы в экзистенциальном подходе.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подходы к использованию экзистенциальной психологии в консультативной практике;</li> <li>- основные понятия, цели и задачи экзистенциального консультирования;</li> <li>- этические принципы экзистенциального консультирования;</li> <li>- закономерности построения консультативного процесса в экзистенциальном консультировании.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно работать с научной психологической литературой;</li> <li>- использовать методы экзистенциального анализа для решения сложных жизненных ситуаций;</li> <li>- руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе.</li> </ul> <p>Владеть навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками экзистенциального анализа ситуаций.</li> </ul>	<p>ОПК-6; ПК-4.</p>
<p>Изучение представлений о базовых экзистенциальных данностях и способах работы с ними.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подходы к использованию экзистенциальной психологии в консультативной практике;</li> <li>- основные понятия, цели и задачи экзистенциального консультирования;</li> <li>- закономерности построения консультативного процесса в экзистенциальном консультировании;</li> <li>- методы и техники работы с клиентами на различных этапах терапевтического процесса и их специфику в экзистенциальном консультировании;</li> <li>- методы работы с различными типами клиентов в экзистенциальном подходе.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно работать с научной</li> </ul>	<p>ОПК-6; ПК-4.</p>

	<p>психологической литературой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы экзистенциального анализа для решения сложных жизненных ситуаций;</li> <li>- определять актуальность и необходимость использования тех или иных техник экзистенциального подхода на примере реальных или моделированных консультативных ситуаций;</li> <li>- руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе.</li> </ul> <p>Владеть навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками экзистенциального анализа ситуаций;</li> <li>- навыками оказания психологической помощи клиентам в кризисной ситуации;</li> <li>- навыками исследования представленности в своей жизни предпосылок, необходимых для успешного осуществления каждой экзистенциальной мотивации.</li> </ul>	
<p>Знакомство с основными техниками работы с клиентами в экзистенциальном подходе.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подходы к использованию экзистенциальной психологии в консультативной практике;</li> <li>- методы и техники работы с клиентами на различных этапах терапевтического процесса и их специфику в экзистенциальном консультировании;</li> <li>- методы работы с различными типами клиентов в экзистенциальном подходе.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно работать с научной психологической литературой;</li> <li>- использовать методы экзистенциального анализа для решения сложных жизненных ситуаций;</li> <li>- определять актуальность и необходимость использования тех или иных техник экзистенциального подхода на примере реальных или моделированных консультативных ситуаций;</li> <li>- руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе.</li> </ul> <p>Владеть навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками экзистенциального анализа ситуаций;</li> <li>- навыками оказания психологической помощи клиентам в кризисной ситуации;</li> <li>- навыками исследования представленности в своей жизни предпосылок, необходимых для</li> </ul>	<p>ОПК-6; ПК-4.</p>



	успешного осуществления каждой экзистенциальной мотивации.	
Формирование умения органично вплетать фундаментальные представления экзистенциализма в общую канву консультативной работы.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы экзистенциальной философии, психологии и психотерапии; гуманистической психологии;</li> <li>- подходы к использованию экзистенциальной психологии в консультативной практике;</li> <li>- основные понятия, цели и задачи экзистенциального консультирования;</li> <li>- этические принципы экзистенциального консультирования;</li> <li>- закономерности построения консультативного процесса в экзистенциальном консультировании;</li> <li>- методы и техники работы с клиентами на различных этапах терапевтического процесса и их специфику в экзистенциальном консультировании;</li> <li>- методы работы с различными типами клиентов в экзистенциальном подходе.</li> </ul>	ОПК-6; ПК-4.
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно работать с научной психологической литературой;</li> <li>- использовать методы экзистенциального анализа для решения сложных жизненных ситуаций;</li> <li>- определять актуальность и необходимость использования тех или иных техник экзистенциального подхода на примере реальных или моделированных консультативных ситуаций;</li> <li>- руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе.</li> </ul>	
	<p>Владеть навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками экзистенциального анализа ситуаций;</li> <li>- навыками оказания психологической помощи клиентам в кризисной ситуации;</li> <li>- навыками исследования представленности в своей жизни предпосылок, необходимых для успешного осуществления каждой экзистенциальной мотивации.</li> </ul>	

**1.6. Контроль результатов освоения дисциплины.** В ходе изучения дисциплины используются такие методы текущего контроля успеваемости как подготовка презентаций по выбранной проблеме, представление индивидуальных проектных работ (проект по созданию психологически безопасной и развивающей среды, проект процедуры экспертизы психологической безопасности и развивающего потенциала среды),

выполнение заданий для самостоятельной работы, решение кейсов. Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации». Итоговая форма контроля – экзамен по модулю.

**1.7. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины:**

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система).
2. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (активные методы обучения):
  - а) игровые технологии;
  - б) технология проектного обучения;
  - в) интерактивные технологии (дискуссия, проблемный семинар, стейкхолдер-анализ);
  - г) кейс-метод.
3. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса:
  - а) технологии индивидуализации обучения;
  - б) коллективный способ обучения.

## 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДОКУМЕНТЫ

### 2.1. Технологическая карта обучения дисциплине

#### Экзистенциальный подход в психологическом консультировании

Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Мастерство психологического консультирования

по очной форме обучения

(общая трудоемкость 1 з.е.)

Модули. Наименование разделов и тем	Всего часов	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы контроля
		всего	лекций	семинаров	лаборат. работ		
<b>Раздел 1. Философско-психологические основания экзистенциального подхода в консультировании</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	
Тема 1. Теоретико-методологические принципы экзистенциального консультирования	6	4	4	-	-	2	1. Рецензирование преподавателем. 2. Взаимное рецензирование. 3. Обсуждение в группе.
Тема 2. Методология практики экзистенциального консультирования	4	2	-	2	-	2	1. Рецензирование преподавателем, взаимное рецензирование. 2. Обсуждение в группе.
<b>Раздел 2. Стратегии консультативной работы с основными экзистенциальными проблемами</b>	<b>26</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	
Тема 3. Консультационные подходы к страху смерти	6	2	-	2	-	4	1. Рецензирование преподавателем. Взаимное рецензирование. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
Тема 4. Консультационные подходы к свободе и ответственности	8	4	-	4	-	4	1. Рецензирование преподавателем, взаимное рецензирование. 2. Анализ работы на семинаре 3. Обсуждение в группе.

Тема 5. Консультационные подходы к тревоге, обусловленной изоляцией	6	2	-	2	-	4	1. Рецензирование преподавателем, взаимное рецензирование. 2. Обсуждение в группе. 3. Анализ работы на семинаре
Тема 6. Консультационные подходы к тревоге, связанной с бессмысленностью	6	2	-	2	-	4	1. Рецензирование преподавателем, взаимное рецензирование. 2. Обсуждение в группе. 3. Анализ работы на семинаре.
Форма промежуточной аттестации по учебному плану – ЭКЗАМЕН ПО МОДУЛЮ							
<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>						

**2.1. Технологическая карта обучения дисциплине**  
**Экзистенциальный подход в психологическом консультировании**  
**Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**  
**Направленность (профиль) образовательной программы**  
**Мастерство психологического консультирования**  
**по заочной форме обучения**  
**(общая трудоемкость 1 з.е.)**

Модули. Наименование разделов и тем	Всего часов	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы контроля
		всего	лекций	семинаров	лаборат. работ		
<b>Раздел 1. Философско-психологические основания экзистенциального подхода в консультировании</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	
Тема 1. Теоретико-методологические принципы экзистенциального консультирования	6	2	2	-	-	4	1. Рецензирование преподавателем. 2. Взаимное рецензирование. 3. Обсуждение в группе.
Тема 2. Методология практики экзистенциального консультирования	6	2	-	2	-	4	1. Рецензирование преподавателем, взаимное рецензирование. 2. Обсуждение в группе.
<b>Раздел 2. Стратегии консультативной работы с основными экзистенциальными проблемами</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	
Тема 3. Консультационные подходы к страху смерти	6	2	-	2	-	4	1. Рецензирование преподавателем. Взаимное рецензирование. 2. Обсуждение в группе 3. Анализ работы на семинаре.
Тема 4. Консультационные подходы к свободе и ответственности	6	2	-	2	-	4	1. Рецензирование преподавателем, взаимное рецензирование. 2. Анализ работы на семинаре 3. Обсуждение в группе.
Тема 5. Консультационные подходы к	6	2	-	2	-	4	1. Рецензирование преподавателем, взаимное

тревоге, обусловленной изоляцией							рецензирование. 2. Обсуждение в группе. 3. Анализ работы на семинаре
Тема 6. Консультационные подходы к тревоге, связанной с бессмысленностью	6	2	-	2	-	4	1. Рецензирование преподавателем, взаимное рецензирование. 2. Обсуждение в группе. 3. Анализ работы на семинаре.
Форма промежуточной аттестации по учебному плану – ЭКЗАМЕН ПО МОДУЛЮ							
<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>						

## 2.2. СОДЕРЖАНИЕ ОСНОВНЫХ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

### Введение

Содержание дисциплины ориентировано на освоение экзистенциального подхода к решению психологических проблем клиентов.

Теоретической основой дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании» являются экзистенциальная философия и психология, а также теория психологического консультирования, что позволяет магистрам освоить модели экзистенциального анализа и рассмотреть возможности его применения в психологическом консультировании клиентов, особенно в кризисных состояниях.

Процесс изучения дисциплины рассчитан на использование современной философской и психологической литературы, как отечественной, так и зарубежной.

При всей важности теоретических знаний, методической подготовки и практического опыта психолога-консультанта, главным «инструментом» в его работе с клиентом является он сам. Важным принципом экзистенциального подхода является то, что консультант работает собой, своим собственным «Я». В связи с этим особенностью программы является не только ее теоретическая направленность, но и в большей степени практический опыт, который магистры смогут приобрести, отрабатывая навыки в роли терапевта, клиента и супервизора. Кроме того, важную роль играет самостоятельная работа студентов при изучении литературы, подготовке к семинарам, при подготовке рефератов, эссе, выполнении заданий для самостоятельной работы.

Дисциплина реализует следующие основные задачи ООП:

- 1) обеспечивает приобретение системы знаний в области экзистенциального подхода в психологическом консультировании;
- 2) способствует повышению профессиональной и личностной компетентности магистров, то есть способности организовывать профессиональную деятельность психолога-консультанта на основе экзистенциального подхода;
- 3) осуществляет подготовку к ведению профессиональной психолого-педагогической деятельности на основе выбора адекватных способов взаимодействия с клиентами с учетом их экзистенции, что особенно важно при консультировании клиентов в кризисных жизненных ситуациях.

Дисциплина обеспечивает образовательные интересы личности магистра, обучающегося по данной ООП, заключающиеся в:

- 1) приобретении представлений о теории и практике экзистенциального подхода в психологическом консультировании;
- 2) развитие способности организовывать процесс экзистенциального

консультирования на основе выбора оптимальных способов взаимодействия с учетом экзистенциальных мотиваций и конфликтов клиентов;

3) развитии психологической культуры магистра, интериоризации базовых принципов и правил экзистенциального подхода, формировании аутентичного стиля взаимодействия с клиентами.

Дисциплина удовлетворяет требования заказчиков выпускников университета по данной ООП в их готовности к ведению профессиональной деятельности на основе выбора адекватных способов общения и психологического воздействия с клиентами, находящимися в трудной (кризисной) жизненной ситуации с учетом их экзистенциальных мотиваций и конфликтов и реализации их в процессе психологического консультирования на основе экзистенциального подхода.

Изучение дисциплины базируется на знаниях, полученных при освоении таких дисциплин как «Философия» на уровне бакалавриата или специалитета, «Теория и практика психологического консультирования» на уровне магистратуры.

Материал, полученный магистрами при изучении дисциплины, будет востребован при изучении дисциплины «Кризисное консультирование», во время прохождения производственной практики.

Связь дисциплины с другими дисциплинами учебного плана обусловлена ее общекультурным статусом и значительной ролью в психологической культуре магистров благодаря овладению экзистенциальным подходом. Полученные знания, умения и навыки способствуют более качественному и осмысленному усвоению других учебных дисциплин.

## **Раздел 1. Философско-психологические основания экзистенциального подхода в консультировании**

### **Тема 1. Теоретико-методологические принципы экзистенциального консультирования**

Экзистенциальная философия как основа экзистенциального подхода: С. Кьеркегор, Ф. Ницше, М. Хайдеггер, Ж.-П. Сартр, М. Бубер, М. Тиллих. Категориальная система экзистенциальной психологии: Л. Бинсвангер, М. Босс, В. Франкл, Э. Фромм, Ф. Перлс, К. Хорни, Дж. Бюджентал, С.Л. Рубинштейн. Основные теоретические положения экзистенциальной психологии: философские основания, базовые понятия, общедоступное, процессуально-ориентированное и обобщенно-теоретическое определения. Диалогические отношения с миром и самим собой. Внутреннее согласие как основное условие исполненной экзистенции и цель экзистенциально-аналитической терапии. Феноменология внутреннего согласия. Самоотдача и



«отданность». Показания для экзистенциального анализа, консультативный и психотерапевтический модуль применения.

Сущность человека как диалогическая соотнесенность с «иным». Экзистенциальная «заброшенность» человека. Трехмерная модель человека В. Франкла. Телесное, психическое и духовное измерения (виды бытия) человека. Разнонаправленность мотивационной динамики измерений. Психофизический параллелизм и психоэтический антагонизм. Самодистанцирование, самотрансценденция. Свобода воли, воля к смыслу, смысл жизни.

Структурная модель современного экзистенциального анализа А. Лэнгле. Фундаментальные мотивации как предпосылки для осуществления экзистенции: мотивация к тому, чтобы выдержать и принять фактические условия бытия в мире; мотивация к восприятию ценностей как духовных ориентиров бытия и к переживанию собственного бытия как ценности; мотивация к аутентичности и справедливости; мотивация к поиску смысла. Распознавание содержаний фундаментальных экзистенциальных мотиваций в практике самопознания, консультирования и психотерапии. Реальности человека в бытии: мир, жизнь, бытие самим собой, будущее. Основы коррекции нарушений в реализации фундаментальных мотиваций: методы ориентированные на ресурсы; ориентированные на проблему; ориентированные на развитие.

Концепция интенциональности сознания. Основы феноменологии сознания Э. Гуссерля: ноэма, ноэзис, четыре ступени психолого-феноменологической редукции. Феноменология бытия-в-мире М. Хайдеггера. Экзистенциальный анализ: Л. Бинсвангер, М. Хайдеггер, Ж.-П. Сартр, А. Камю. Здесь-бытие. Бытие-в-мире. Со-бытие. Со-здесь-бытие. Модуль «здесь-бытия». «Забота»: падение, заброшенность, проект. М. Босс. Экзистенциалы: «пространственность», «темпоральность», «настроенность», «телесность», «событийность в совместном мире (бытие-в-мире)», «историчность», «смертность (бытие-к-смерти)». Понятия «Встреча» и «диалог» М. Бубера.

Р. Мэй. Три вида мира, характеризующие существование людей как пребывающих в мире. «Внешний мир». «Совместный мир». «Внутренний мир». Структура «бытия-в-мире».

И. Ялом. Понятие невротической и нормальной тревоги. Нормальная, невротическая и экзистенциальная вина. Три формы экзистенциальной вины. Неумение жить в соответствии со своим потенциалом. Искажение действительности сотоварищей. «Вина разобщения». «Трансценденция».

С. Мадди. Экзистенциальные патологии. Крусадерство. Нигилизм. Вегетативность.

Предельные экзистенциальные беспокойства: смерть, свобода, изоляция и бессмысленность. Виды защиты от тревоги, связанной со смертью. Виды защиты от тревоги, связанной со свободой. Виды защиты от тревоги, связанной с изоляцией. Виды защиты от тревоги, связанной с бессмысленностью.

## **Тема 2. Методология практики экзистенциального консультирования**

Содержательный и процессуальный аспекты экзистенциального консультирования. Цель экзистенциального консультирования. Отношения терапевт – клиент. Присутствие, аутентичность и преданность. Три уровня консультативных отношений. Терапевтические факторы: безусловное принятие клиента поддержка, эмпатия, внимание к внутренним переживаниям, стимулирование осуществления выбора и принятия решений, подлинность.

Процесс консультирования: экзистенциально-аналитическая диагностика, обсуждение и фокусировка проблемы. Виды отношений «консультант – клиент» и особенности сеттинга экзистенциального консультирования. Элементы психотерапевтической беседы: эксплорация, анамнез, защита, сопротивление, вытеснение, перенос, контрперенос. Действенные факторы экзистенциального консультирования. Общий, специальный и персональный экзистенциальный анализ. Феноменологическая диагностика нарушений.

Выбор метода консультирования. Психологическое консультирование Р. Мэя (Свобода. Чувство личной ответственности. Социальная интегрированность. Источник духовности. Творческое напряжение. Структура трудностей. Эмпатия). Экзистенциальный анализ Л. Бинсвангера (исследование подлинного бытия личности, которое обнаруживается при углублении ее в себя в ситуации выбора «жизненного плана» и в экзистенциальной коммуникации). Логотерапия В. Франкла (Ноогенный невроз. Экзистенциальный вакуум, Воля к смыслу. «Парадоксальная интенция». Деревлексия). Телесно-ориентированная терапия («снятие панциря», интегрированные движения, осознание себя, структурная интеграция, чувственное сознание). Арт-терапия. Нарративная терапия (работа с историей жизни). Клиент-центрированная терапия (погружение в переживание, творческий процесс). Гештальт-терапия (Диалог между частями собственной личности. Совершение кругов. Незаконченное дело. Проективная игра. Выявление противоположного (реверсия). Упражнения на воображение. Работа со сновидениями. Телесная работа). Эмпирическая терапия К. Витакера (эффективный выбор, «расковывание подсознания»).

Завершающий этап консультирования: подведение итогов и конкретизация самостоятельных действий клиента.

## **РАЗДЕЛ 2**

### **Стратегии консультативной работы с основными экзистенциальными проблемами**

#### **Тема 3. Консультационные подходы к страху смерти**

Конфронтация со смертью как базовой данностью существования. Жизнь, смерть и тревога. Взаимозависимость жизни и смерти. Смерть как первичный источник тревоги. Тревога смерти: важный детерминант человеческого опыта и поведения. Конфронтация со смертью как шанс личностного изменения. Клинические манифестации тревоги смерти.

Фундаментальные защиты от смерти: исключительность, компульсивный героизм, вера в спасителя (И.Ялом). Пробуждающие переживания: горе, важное решение, жизненные вехи, сны, окончание терапии. Осознавание страха смерти с помощью идеи и контакта с людьми. Идеи, помогающие преодолевать страх смерти: «волновой эффект», проживание одной и той же жизни вновь и вновь и др.

Стратегии работы. Разрешение говорить о страхе. Разрешение терпеть. Идентификация механизмов защиты. Работа со сновидениями. Напоминания о недолговечности всего земного. Использование вспомогательных средств для углубления осознания смерти. Понимание тревог, связанных со смертью. Уменьшение сензитивности клиентов к смерти. Смысловая переоценка смерти.

#### **Тема 4. Консультационные подходы к свободе и ответственности**

Конфронтация с базовой данностью существования – свободой. Ответственность как экзистенциальная проблема. Ответственность как авторство в идеях и произведениях Ж.-П.Сартра. Клинические проявления избегания ответственности: компульсивность, перенос ответственности, отрицание ответственности по типу невинной жертвы, отрицание ответственности по типу потери контроля, избегание автономного поведения, расстройство в сфере желаний и принятия решений. Принятие ответственности в индивидуальной и групповой психотерапии. Ограничения ответственности. Ответственность и экзистенциальная вина. Специфика истинной, невротической и экзистенциальной вины (Р.Мэй). Вина равная ответственности за себя и за свой мир как фундаментальная часть Dasein (М.Хайдеггер).

Ответственность, воля и действие. (И.Ялом). Воля как жизненная сила в идеях Шопенгауэра и Ницше. Клиническое понимание воли (О.Ранк, Л.Фарбер, Р.Мэй). Клинические манифестации методов избегания принятия решения.

Определение стратегии защиты и стратегии уклонения. Идентификация уклонения от ответственности «здесь-и-теперь». «Язык уклонения от ответственности». Столкновение с реалистическими ограничениями. Работа по преодолению экзистенциальной вины как неудачной реализации своих возможностей. Высвобождение способности желать. Развитие способности к совершению волевых усилий и к принятию решений. Фасилитация принятия решений.

#### **Тема 5. Консультационные подходы к тревоге, обусловленной изоляцией**

Три типа изоляции: межличностная, внутриличностная, экзистенциальная. Причины и клинические проявления межличностной изоляции. Изучение причин внутриличностной изоляции в трудах современных теоретиков (К. Хорни, Э. Фромм, Г. Салливан, А. Маслоу, К. Роджерс, Р. Мэй). Экзистенциальная изоляция как результат конфронтации со смертью и свободой. Рост как процесс сепарации и

экзистенциальная изоляция. Индивидуальное становление влекущее за собой полную, фундаментальную, вечную и непреодолимую изоляцию (Э. Фромм).

Врожденное стремление к отношениям (М. Бубер). Два основных типа отношений «Я-Ты» и «Я-Оно».

«Восполнение дефицита» или «рост» как основные мотивации индивида по А. Маслоу. Осознание собственной отделенности как основной источник тревоги (Э. Фромм).

Экзистенциальная изоляция и психопатология межличностных отношений. Экзистенциальная изоляция и психотерапия: конфронтация клиента с изоляцией.

Стратегии работы. Столкновение с изоляцией. Противостоянии изоляции. Определение механизмов защиты и развития межличностной патологии. Определение способов уклонения клиентов от реальных отношений с другими. Исцеляющие отношения клиент — консультант.

## **Тема 6. Консультационные подходы к тревоге, связанной с бессмысленностью**

Кризис бессмысленности. Логотерапия В. Франкла: ноогенный невроз, экзистенциальный вакуум, экзистенциальная фрустрация. основополагающие принципы логотерапии. Экзистенциальный невроз как синоним кризиса бессмысленности. Земной и космический смыслы жизни. Секулярный личный смысл. Три клинические формы экзистенциальной патологии: крусадерство, нигилизм, вегетативность. Основные категории уникальных смыслов. Духовность, свобода и ответственность как основные факторы существования человека. Смысл работы, смысл любви, смысл страдания. Клинические проявления потери смысла.

Психотерапевтические стратегии работы с потерей смысла. Вовлеченность как главный терапевтический ответ на бессмысленностью. Пересмотр проблемы. Определение механизмов защиты. Помощь в совершении попыток участвовать в жизненном процессе.

### **2.3. ПЛАНЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ, ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

#### **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: крусадерство, 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».

**2.4. Методические рекомендации по освоению дисциплины  
Экзистенциальный подход в психологическом консультировании  
магистров ОПОП**

**Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность (профиль) образовательной программы**

**Мастерство психологического консультирования**

**по очной, заочной форме обучения**

Основная задача вузов – подготовка специалистов к самостоятельной практической деятельности. В настоящее время к этому добавилось требование «профессиональной мобильности», т. е. способности изучать и осваивать новые области знаний. В связи с этим процесс обучения в вузах теперь все больше основывается на самостоятельности и творческой активности, как неперемennom условии успешного усвоения и овладения обширным и сложным программным материалом.

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, самообучение 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. Поэтому 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 вашим предшественникам. Это покажет, что вы знакомы с литературой по обсуждаемой проблеме. Кроме того, аудитория оценит, что вы не считаете, 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 торопить 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 человек 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 интересом слушателей к сообщению. Если ответ на вопрос будет ясен из последующей части доклада, просто скажите это. Если же вы чувствуете, что из-за вопросов остается мало времени и придется комкать выступление, обратитесь к руководителю 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 (проблеме).
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, конечно, 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 убедить), и поэтому обращайтесь к аудитории. Вы можете предложить оппоненту детально 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 результате. Во-вторых, вы ни в коем случае не должны публично оскорблять оппонента, 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. Докладчику они позволяют сохранять связанность 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 дальнем 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 рисунков. 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 презентации, 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 возникновения ситуации;
- 2) продемонстрировать умения использовать системный подход, ситуативный подход, широту взглядов на проблему;
- 3) подготовить программу действий, направленную на реализацию, например, аналитического 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.

## САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ЛИТЕРАТУРОЙ

Необходимую для научных исследований информацию вы черпаете из книг, публикаций, периодической печати, специальных информационных изданий и других источников. Успешному поиску и получению необходимой информации содействуют знания основ информатики, источников информации, составов фондов библиотек и их размещения.

Чтобы быстро и умело ориентироваться в этом потоке информации, учитесь работать с предметными каталогами библиотеки, уметь пользоваться информационными изданиями типа “Экспресс-информация”, “Реферативные журналы”, “Книжная летопись”, а также автоматизированной поисковой системой и Интернетом, чтобы быстро найти нужную информацию.

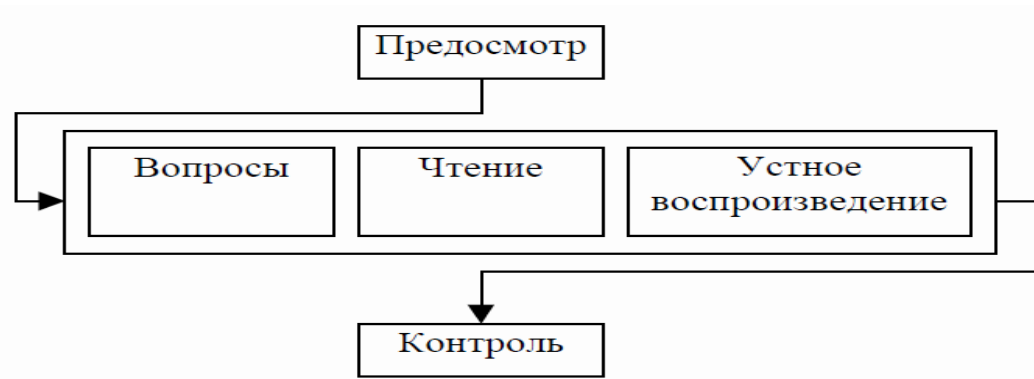
**Умение работать с информацией складывается из умения быстро найти требуемый источник (книгу, журнал, справочник), а в нем – нужные материалы; из умения разобраться в нем, используя при этом различные способы чтения.**

Хочется познакомить с двумя способами работы с текстом: первый – интеллект карты, или их еще называют карты ума (mind-maps). Интеллект-карты — это инструмент, позволяющий:

- эффективно структурировать и обрабатывать информацию;
- мыслить, используя весь свой творческий и интеллектуальный потенциал.

Интеллект-карты – очень красивый инструмент для решения таких задач, как проведение презентаций, принятие решений, планирование своего времени, запоминание больших объемов информации, проведение мозговых штурмов, самоанализ, разработка сложных проектов, собственное обучение, развитие, и многих других. Подробную информацию вы найдете на сайте - <http://www.mind-map.ru/>.

Второй: метод чтения называется ПВЧУК (PQRST), и он является весьма эффективным средством улучшить понимание ключевых идей и сведений, а также их запоминание. Название метода состоит из аббревиатуры названий пяти его этапов: просмотр, вопросы, чтение, устное воспроизведение и контроль.



Первый и последний этапы (предосмотр и контроль) применяются к главе в целом; три этапа в середине (вопросы, чтение и устное воспроизведение) применяются по мере перехода к каждому крупному разделу главы.

**Этап II (Предосмотр).** На первом этапе вы бегло просматриваете всю главу, стремясь получить общее представление об основных темах. Это достигается прочтением резюме и затем беглым прочтыванием самой главы; при этом особое внимание стоит обратить на заголовки основных разделов и подразделов, а также пробежать глазами рисунки и иллюстрации.

Наиболее важное в этапе предосмотра — тщательно прочитать резюме в конце главы после того, как вы бегло ее просмотрели. Не поленитесь обратить внимание на каждый пункт этого резюме; при этом у вас возникнут вопросы, на которые надо будет ответить позднее, когда вы будете читать текст полностью. На этапе предосмотра вы получаете общее представление о темах, обсуждающихся в главе, и об их организации.

**Этап В (Вопросы).** Как отмечалось ранее, этапы В, Ч и У следует применять к каждому крупному разделу главы по мере перехода к нему. Как правило, главы этой книги содержат от 5 до 8 крупных разделов и каждый раздел начинается с заголовка крупными буквами. Проработайте главу по одному разделу за один раз, применяя к каждому из них этапы В, Ч и У, прежде чем перейти к следующему. Прежде чем прочитать раздел, прочитайте его заголовок, а также заголовки его подразделов. Затем преобразуйте тематические заголовки в один или более вопросов, на которые вы ожидаете найти ответ при чтении этого раздела. Спросите себя: «Какова была основная идея автора при написании этого раздела?» Это этап вопросов.

**Этап Ч (Чтение).** Далее прочтите раздел внимательно, со смыслом. По мере чтения постарайтесь ответить на вопросы, поставленные вами на этапе В. Вдумывайтесь в то, что читаете, и попытайтесь связать это с тем, что уже знаете. Возможно, вы захотите пометить или подчеркнуть ключевые слова или фразы текста. Не стоит, однако, пометить более 10–15% текста. Слишком много выделений мешают поставленной задаче, суть которой в том, чтобы ключевые слова и идеи выделялись при последующем просмотре. Возможно, лучше всего отложить внесение пометок, пока вы не прочитали весь раздел и не познакомились со всеми ключевыми идеями, так чтобы судить об их относительной важности.

**Этап У (Устное воспроизведение).** Окончив читать раздел, попытайтесь воспроизвести основные идеи и повторить информацию. Устное воспроизведение — мощное средство фиксации материала в памяти.

Выразите идеи своими словами и повторите информацию (желательно вслух, а если вы не одни, то про себя). Сверьтесь с текстом, чтобы быть уверенным, что вы воспроизвели материал верно и полно. Устное воспроизведение вскроет пробелы в вашем знании и поможет вам организовать информацию в памяти. Завершив таким образом один раздел текущей главы, переходите к следующему и снова примените этапы В, Ч и У. Продолжайте таким же образом, пока не закончите все разделы главы.

**Этап К (Контроль).** Когда вы закончили чтение всей главы, вам надо проверить себя и просмотреть весь материал. Проглядите свои пометки и проверьте воспроизведение основных идей. Попробуйте понять связь разных фактов друг с другом и их организацию внутри главы. На этапе контроля может потребоваться просмотреть снова всю главу и проверить ключевые факты и идеи. На этом этапе вам также следует перечитать резюме главы; при этом вы должны уметь добавлять подробности ко всем его пунктам. Не откладывайте этап контроля до предэкзаменационной ночи. Лучше всего в первый раз пересмотреть главу сразу после ее прочтения.

Исследования показывают, что метод ПВЧУК очень полезен и определенно предпочтительнее, чем простое прочтение всей главы напрямую. Устное воспроизведение особенно важно; лучше потратить значительное время учебы на активную попытку повторить материал, чем отдать все время его чтению и перечитыванию. Исследования показывают также, что тщательное прочтение резюме главы перед прочтением ее самой особенно продуктивно. Чтение резюме дает общее представление о главе, которое позволяет организовывать материал по мере ее прочтения. Даже если вы решите не проходить по всем этапам метода ПВЧУК, обратите особое внимание на устное воспроизведение и прочтение резюме главы как на хороший способ первого знакомства с материалом.

Как уже отмечалось, самостоятельная работа с учебниками и книгами (а для психологов – это также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания. Основные советы здесь можно свести к следующим:

1. Составить перечень книг, с которыми Вам следует познакомиться; «не старайтесь запомнить все, что вам в ближайшее время не понадобится, – советует молодому ученому Г. Селье, – запомните только, где это можно отыскать»
2. Сам такой перечень должен быть систематизированным (что необходимо для семинаров, что для экзаменов, что пригодится для написания курсовых и дипломных работ, а что Вас интересует за рамками официальной учебной деятельности, то есть что может расширить Вашу общую культуру...).
3. Обязательно выписывать все выходные данные по каждой книге (при написании курсовых и дипломных работ это позволит очень сэкономить время).
4. Разобраться для себя, какие книги (или какие главы книг) следует прочитать более внимательно, а какие – просто просмотреть.
5. При составлении перечней литературы следует посоветоваться с преподавателями и научными руководителями (или даже с более подготовленными и эрудированными сокурсниками), которые помогут Вам лучше сориентироваться, на что стоит обратить большее внимание, а на что вообще не стоит тратить время...
6. Безусловно, все прочитанные книги, учебники и статьи следует конспектировать, но это не означает, что надо конспектировать «все подряд»: можно выписывать кратко основные идеи автора и иногда приводить наиболее яркие и показательные цитаты (с указанием страниц).
7. Если книга – Ваша собственная, то допускается делать на полях книги краткие пометки или же в конце книги, на пустых страницах просто сделать свой «предметный указатель», где отмечаются наиболее интересные для Вас мысли и обязательно указываются страницы в тексте автора (это очень хороший совет, позволяющий экономить время и быстро находить «избранные» места в самых разных книгах).
8. Если Вы раньше мало работали с научной психологической литературой, то следует выработать в себе способность «воспринимать» сложные тексты; для этого лучший прием – научиться «читать медленно», когда Вам понятно каждое прочитанное слово (а если слово незнакомое, то либо с помощью словаря, либо с помощью

преподавателя обязательно его узнать), и это может занять немалое время (у кого-то – до нескольких недель и даже месяцев); опыт показывает, что после этого студент каким-то «чудом» начинает буквально заглядывать книги и чуть ли не видеть «сквозь обложку», стоящая это работа или нет..

9. «Либо читайте, либо перелистывайте материал, но не пытайтесь читать быстро... Если текст меня интересует, то чтение, размышление и даже фантазирование по этому поводу сливаются в единый процесс, в то время как вынужденное скорочтение не только не способствует качеству чтения, но и не приносит чувства удовлетворения, которое мы получаем, размышляя о прочитанном», – советует Г. Селье.
10. Есть еще один эффективный способ оптимизировать знакомство с научной литературой – следует увлечься какой-то идеей и все книги просматривать с точки зрения данной идеи. В этом случае студент (или молодой ученый) будет как бы искать аргументы «за» или «против» интересующей его идеи, и одновременно он будет как бы общаться с авторами этих книг по поводу своих идей и размышлений... Проблема лишь в том, как найти «свою» идею...

## **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 самую 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. Дабы 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, разветвляется 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 понятным. 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-четырёх переделок текста может оказаться 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.

Такими аббревиатурами удобно пользоваться, так как они состояются из общеизвестных 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 принято 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.

### 3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ

#### 3.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании»

Наименование дисциплины/курса	Уровень/ступень образования (бакалавриат, магистратура)	Название цикла дисциплины в учебном плане	Количество зачетных единиц/кредитов
Экзистенциальный подход в психологическом консультировании	Магистр	вариативная часть	<b>1</b>
Смежные дисциплины по учебному плану			
Предшествующие: «Философия и психология на современном этапе развития общества», «Теория и практика психологического консультирования»			
Последующие: «Практикум по психологическому консультированию», «Кризисное консультирование», Производственная практика: технологическая (проектно-технологическая) практика			

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ № 1 Философско-психологические основы экзистенциального подхода в консультировании			
Текущая работа	Форма работы	Количество баллов 35%	
		min	max
	Работа на семинарах	<b>10</b>	<b>15</b>
Итого:		<b>10</b>	<b>15</b>

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ № 2 Стратегии консультативной работы с основными экзистенциальными проблемами			
Текущая работа	Форма работы*	Количество баллов 50%	
		min	max
	Работа на семинарах	<b>25</b>	<b>40</b>
	Выполнение заданий 1-18	<b>15</b>	<b>30</b>
Итого		<b>40</b>	<b>70</b>

Итоговый модуль			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 15%	
		min	max
Экзамен по модулю	Беседа по теоретическому курсу.	<b>10</b>	<b>15</b>
	Профессиональные задачи		
	Рефлексивное эссе		
	Итого:	<b>10</b>	<b>15</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ			
Форма работы	Количество баллов		
	min	max	
1. Рецензирование первоисточника.	<b>0</b>	<b>5</b>	
2. Собеседование-коллоквиум (для студентов, не получивших	<b>0</b>	<b>10</b>	

баллов, соответствующих оценке «Удовлетворительно»).		
3. Выполнение задания творческого характера (по согласованию с преподавателем).	<b>0</b>	<b>10</b>
Итого	<b>0</b>	<b>10</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)	min <b>60</b>	max <b>100</b>

Соответствие рейтинговых баллов и академической отметки

Общее количество набранных баллов	Академическая отметки
0 - 59 баллов	«неудовлетворительно»
60-72 балла	«удовлетворительно»
73-86 баллов	«хорошо»
87-100 баллов	«отлично»

### 3.2. Фонд оценочных средств (контрольно-измерительные материалы)

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ**  
**УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева**

Факультет начальных классов

Кафедра-разработчик: кафедра педагогики и психологии начального образования

УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
Протокол № 5  
от «03» мая 2023 г.  
Заведующий кафедрой

Мосина Н.А.



подпись

ОДОБРЕНО  
на заседании научно-методического совета  
специальности (направления подготовки)  
Протокол № 7  
от «17» мая 2023 г.  
Председатель НМСС (Н)

Дуда И.В.



подпись

### **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся

Экзистенциальный подход в психологическом консультировании  
(наименование дисциплины/модуля/вида практики)

44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
(код и наименование направления подготовки)

Мастерство психологического консультирования  
(направленность (профиль) образовательной программы)

Магистр  
(квалификация (степень) выпускника)

Составитель: Сафонова М.В.

### ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ НА ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Представленный фонд оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации соответствует требованиям ФГОС ВО и профессиональному стандарту «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514н.

Предлагаемые формы и содержания оценочных средств аттестации адекватны целям и задачам реализации основной образовательной программы по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) Мастерство психологического консультирования.

Оценочные средства и критерии оценивания представлены в достаточном объеме. Формы оценочных средств соответствуют основным принципам формирования оценочных фондов, закрепленным в локальных документах образовательной организации.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к применению в процессе подготовки по указанной программе.

Заместитель директора  
по научно-методической работе  
МАОУ «Гимназия № 5»  
г. Красноярск



 М. И. Порошина

## 1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. **Целью** создания ФОС дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС по дисциплине/модулю решает **задачи**:

- контроль и управление процессом приобретения магистрантами необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;
- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора универсальных и общепрофессиональных компетенций выпускников;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Университета.

1.3. ФОС разработан на основании **нормативных документов**:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.04.02. Психолого-педагогическое образование (уровень магистратуры);
- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.04.02. Психолого-педагогическое образование (уровень магистратуры);
- положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018.

## 2. Перечень компетенций подлежащих формированию в рамках дисциплины

2.1. **Перечень компетенций**, формируемых в процессе изучения дисциплины:

- 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.

- 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.

## 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании данной компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМ	
			Номер	Форма
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.	Экспертиза и проектирование психологически безопасной и развивающей среды, Психологическая диагностика в психологическом консультировании, Бихевиоральный подход в психологическом консультировании, Экзистенциальный подход в психологическом консультировании, Когнитивный подход в консультировании, Гештальт-подход в консультировании, Возрастно-психологическое консультирование, Семейное консультирование, Психолого-педагогическое консультирование, Практикум по психологическому консультированию, Консультирование в системе психологического сопровождения особого ребенка, Консультирование в системе детско-родительских отношений, Технологии организации психологического просвещения семьи, Семейная медиация, Учебная практика: технологическая (проектно-технологическая) практика, Производственная практика: технологическая (проектно-технологическая) практика, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Выполнение и защита выпускной квалификационной работы.	Текущий контроль	1	Задания для СРС
			2	Работа на семинаре
		Промежуточная аттестация	3	Зачет
			4	Профессиональные задачи
			5	Рефлексивное эссе
ПК-4. Способен консультировать субъектов образовательного процесса по психологическим	Основы индивидуальной и групповой супервизии, Бихевиоральный подход в психологическом консультировании, Экзистенциальный подход в психологическом консультировании, Когнитивный подход в консультировании, Гештальт-подход в консультировании, Кризисное консультирование,	Текущий контроль	1	Задания для СРС
			2	Работа на семинаре
		Промежуточная аттестация	3	Зачет

<p>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.</p>	<p>Профессиональное консультирование, Практикум по психологическому консультированию, Дистантное психологическое консультирование, Технологии группового психологического консультирования, Психотерапия в психологическом консультировании, Психолого-педагогическая коррекция в психологическом консультировании, Основы клинической психологии, Психологическое здоровье и психосоматика, Возрастно-психологическое консультирование, Семейное консультирование, Психолого-педагогическое консультирование, Практикум по психологическому консультированию, Консультирование в системе психологического сопровождения особого ребенка, Консультирование в системе детско-родительских отношений, Технологии организации психологического просвещения семьи, Семейная медиация, Организационное консультирование с практикумом, Технологии управления конфликтами в организации, Корпоративная культура: диагностика, планирование, развитие, Производственная практика, Преддипломная практика, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Выполнение и защита выпускной квалификационной работы, Тренинг-семинар.</p>		<p>4 5</p>	<p>Профессиональные задачи Рефлексивное эссе</p>
--	--	--	----------------	--

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонд оценочных средств включает:

1. Вопросы по разделам дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании».
2. Профессиональные задачи.
3. Рефлексивное эссе.

3.2. Оценочные средства:

3.2.1. Оценочное средство «Вопросы по разделам дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании». Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

Критерии оценивания по оценочному средству «Вопросы по разделам дисциплины «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании».

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОПК-6; ПК-4.	Обучающийся обладает полными знаниями всех разделов дисциплины	Обучающийся обладает достаточными знаниями всех разделов дисциплины	Обучающийся обладает знаниями основных положений дисциплины

\*Менее 60 баллов – компетенции не сформированы

#### 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.

3.2.2. Оценочное средство «**Профессиональные задачи**». Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

#### Критерии оценивания решения ситуационной задачи

Формируемые компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОПК-6; ПК-4.	Обучающийся дает комплексное решение предложенной задачи, с учетом всех	Обучающийся дает комплексное решение предложенной задачи, с учетом всех	Обучающийся испытывает затруднения с комплексным

	условий; демонстрирует знание теоретического материала с учетом междисциплинарных связей; делает правильный выбор и дает аргументацию тактики действий; полные ответы на дополнительные вопросы преподавателя.	условий; испытывает незначительные затруднения при ответе на теорети- ческие вопросы; неполное раскрытие междисциплинарных связей; делает правильный выбор тактики действий; дает логическое обоснование с дополнительными комментариями преподавателя.	решением предложенной задачи; дает неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя; делает выбор тактики действий в соответствии с ситуацией, но аргументация затруднена, возможна при наводящих вопросах преподавателя.
--	---	---	--

### 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 стоворчивой 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?

3.2.3. Оценочное средство «**Рефлексивное эссе**». Разработчик: доцент, к.п.с.н., М.В. Сафонова.



## Критерии оценивания по оценочному средству «Рефлексивное эссе»

Формируемые компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОПК-6; ПК-4.	Обучающийся <b>пони-мает</b> важность применения экзистенциального консультирования в профессиональной деятельности, может отнестись освоенные действия с профессиональными стандартами, индивидуальными профессиональными потребностями и дефицитами. <b>Умеет спланировать</b> цели и задачи дальнейшего образования.	Обучающийся <b>пони-мает</b> важность применения навыков экзистенциального консультирования, но затрудняется соотнести с профессиональными стандартами, индивидуальными профессиональными потребностями и дефицитами. <b>Умеет спланировать</b> обобщенные цели и задачи дальнейшего образования	Обучающийся <b>пони-мает</b> важность применения навыков экзистенциального консультирования, может привести примеры из личного или наблюдаемого опыта, способен оценить уровень знаний, владение навыками, но затрудняется соотнести цели и задачи изучения дисциплины с с профессиональными стандартами, индивидуальными профессиональными потребностями и дефицитами. <b>Умеет спланировать</b> обобщенные цели и задачи дальнейшего образования

## 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. «Хожение 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.

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

##### 4.1. Фонды оценочных средств включают:

1. Задания для самостоятельной работы студентов.
2. Критерии оценивания по оценочному средству «Работа на семинаре и практическом занятии»

##### 4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 «Задания для самостоятельной работы студентов»:

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
<b>Способен</b> анализировать информацию, выделять главное, систематизировать.	4
<b>Способен</b> применять знания в области экзистенциального консультирования при анализе профессиональных ситуаций, проектировании профессиональной деятельности.	9
<b>Способен</b> проводить самоанализ поведения и деятельности в контексте знаний в экзистенциального консультирования	9
<b>Владеет</b> письменной коммуникацией (грамотность, стиль, логика изложения).	4
<b>Обладает</b> личностными компетенциями (ответственность).	4
Максимальный балл	30

##### 4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству «Работа на семинаре и практическом занятии»

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Навыки ведения научной дискуссии, активная позиция в обсуждении докладов	6
2. Логика изложения материала, лаконичность выступления.	8

3. Аргументированное и обоснованное представление основных положений.	6
4. Построение доклада с учетом особенностей аудитории.	6
5. Применение информационных технологий с учетом особенностей восприятия аудитории (оформление презентации, раздаточного материала, читаемость текста, четкость представленных данных).	6
6. Умение работать в команде, навыки совместной деятельности.	8
7. Владение методами, техниками и приемами активного обучения.	15
Максимальный балл	55

## 5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

5.1. 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 знакомых им стариков; 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. Объясните каждое Ваше решение.

Попробуйте изменить отношение к тем событиям, на которые повлиять нельзя (возможно использование метода АВС-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 подвергнуть их АВС-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 (ограничителями) 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 проясняется, 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 словом «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.

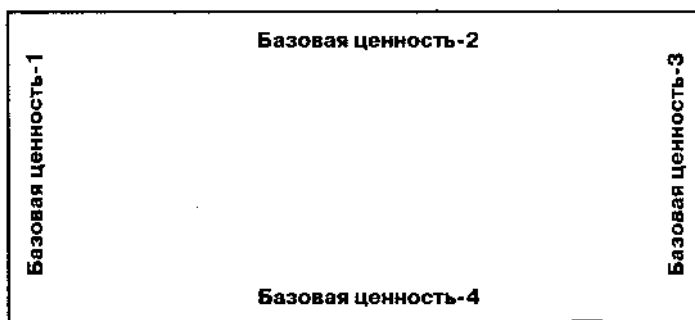


Рис. 12

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 точек 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 получившейся картинки, 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.

### 3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине

#### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины  
на 2021/2022 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлена и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева Карта литературного, содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

2. Обновлена Карта материально-технической базы дисциплины, включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования от 12 мая 2021 г., протокол № 4.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой



подпись

Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 5 от 21 мая 2021 г.

Председатель НМСС (Н)



подпись

И.В. Дуда

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины  
на 2022/2023 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлена и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева Карта литературного, содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

2. Обновлена Карта материально-технической базы дисциплины, включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования от 04 мая 2022 г., протокол № 4.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой



подпись

Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 5 от 12 мая 2022 г.

Председатель НМСС (Н)



подпись

И.В. Дуда

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины  
на 2023/2024 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлена и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева Карта литературного, содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

2. Обновлена Карта материально-технической базы дисциплины, включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования от 03 мая 2023 г., протокол № 5.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой



подпись

Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 7 от 17 мая 2023 г.

Председатель НМСС (Н)



подпись

И.В. Дуда

**КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Экзистенциальный подход в психологическом консультировании**

**Направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование,**  
**направленность (профиль) образовательной программы: «Мастерство психологического консультирования»**  
**по очной, заочной форме обучения**

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Кол-во экземпляров /точек доступа
<b>ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА</b>		
Кочюнас, Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия [Текст] : учебное пособие / Римантас Кочюнас. - 5-е изд. - М. : Академический Проект : Гаудеамус, 2005. - 464 с.	Научная библиотека	63
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА</b>		
Марцинковская, Т.Д.. История психологии [Текст] : учебник для аспирантов и соискателей учёной степени кандидата наук / Т. Д. Марцинковская, А. В. Юревич. - М. : Гардарики, 2008. - 413 с.	Научная библиотека	63
<b>УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ</b>		
Штумф, В.О. Практикум по психологическому консультированию и психотерапии [Текст] : методическое пособие / В. О. Штумф, Ж. Г. Дусказиева. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2009. - 80 с.	Научная библиотека	34
<b>РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ</b>		
Бинсвангер, Л. Экзистенциальный анализ : практическое пособие / Л. Бинсвангер, Р. Кун ; ред. пер. С. Римский. - 2-е изд. (эл.). - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 274 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-94193-814-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454510">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454510</a>	ЭБС «Университетская библиотека он-лайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Дружинин, В.Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии / В.Н. Дружинин. - Москва : ПЕР СЭ, 2005. - 136 с. - ISBN 5-9292-0148-X ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=86328">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=86328</a>	ЭБС «Университетская библиотека он-лайн»	Индивидуальный неограниченный доступ

<p>Мэй, Р. Теория и практика экзистенциальной психологии / Р. Мэй ; под ред. С. Римского. - 2-е изд. (эл.). - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 337 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-94193-857-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454829">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454829</a></p>	<p>ЭБС «Университетская библиотека он-лайн»</p>	<p>Индивидуальный неограниченный доступ</p>
<p>Сапогова, Е.Е. Лабиринты автобиографии: экзистенциально-нарративный анализ личных историй / Е.Е. Сапогова. - Санкт-Петербург : Алетейя, 2017. - 365 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906980-59-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=488214">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=488214</a></p>	<p>ЭБС «Университетская библиотека он-лайн»</p>	<p>Индивидуальный неограниченный доступ</p>
<p>Сизикова, Т.А. Психотерапия и психологическое консультирование: история и современные тенденции развития [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т. Э. Сизикова ; Новосиб. гос. пед. ун-т. - Новосибирск : НГПУ, 2018. - 335 с. ил., табл. - Библиогр.: с. 402-4013. - Режим доступа: <a href="https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/7193/read.php">https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/7193/read.php</a></p>	<p>Межвузовская электронная библиотека</p>	<p>Индивидуальный неограниченный доступ</p>
<p>Фанталова, Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта : монография / Е.Б. Фанталова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 72 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3999-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278849">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=278849</a></p>	<p>ЭБС «Университетская библиотека он-лайн»</p>	<p>Индивидуальный неограниченный доступ</p>
<p>Франкл, В. Логотерапия и экзистенциальный анализ: статьи и лекции / В. Франкл ; науч. ред. Г. Лифшиц ; ред. К. Чистопольская ; пер. с нем. О. Сивченко. - Москва : Альпина нон-фикшн, 2016. - 343 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-91671-542-2 (рус.). - ISBN 978-3-407-22129-2 (нем.) ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=443421">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=443421</a></p>	<p>ЭБС «Университетская библиотека он-лайн»</p>	<p>Индивидуальный неограниченный доступ</p>
<p>Фромм, Э.З. Бегство от свободы / Э.З. Фромм. - Москва : Директ-Медиа, 2008. - 442 с. - ISBN 9785998915840 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=39248">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=39248</a></p>	<p>ЭБС «Университетская библиотека он-лайн»</p>	<p>Индивидуальный неограниченный доступ</p>
<b>ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ</b>		
<p>Электронный каталог КГПУ им. В.П. Астафьева [Электронный ресурс]: система автоматизации библиотек «ИРБИС 64»: база данных содержит сведения о книгах, брошюрах, диссертациях, компакт-дисках, статьях из научных и журналов. Электрон. Дан. Красноярск, 1992 Режим доступа: <a href="http://library.kspu.ru">http://library.kspu.ru</a>.</p>	<p><a href="http://library.kspu.ru">http://library.kspu.ru</a>.</p>	<p>свободный</p>
<p>Elibrary.ru [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. Информ. Портал. Москва, 2000. Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>.</p>	<p><a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a></p>	<p>свободный</p>



East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ . Электрон.дан. ООО ИВИС. 2011.	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)	<a href="https://icdlib.nspu.ru/">https://icdlib.nspu.ru/</a>	Индивидуальный неограниченный доступ

Заместитель директора библиотеки  
(должность структурного подразделения) (подпись)



/ Шулипина С.В.  
(Фамилия И.О.) (дата)

**КАРТА МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**для магистров**

**Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**  
**Направленность (профиль) образовательной программы**  
**Мастерство психологического консультирования**  
**по очной, заочной форме обучения**

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование</b>
Аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 0-13	Учебная доска - 1 шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 0-14	Маркерная доска -1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 0-15	Учебная доска -1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-01	Компьютер - 4 шт., МФУ - 1шт., Принтер - 2 шт., проектор - 1шт., Ноутбук - 2шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-02	Компьютер - 13шт., экран - 1шт., Проектор - 1шт., учебные картины - 18шт., учебная доска - 1шт., магнитно-маркерная доска - 1шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-03	Экран - 1шт., Проектор - 1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-04	Ноутбук - 12шт., экран - 1шт., доска учебная - 1шт., доска маркерная - 1шт., сейф для хранения зарядки ноутбуков, МФУ - 1шт., интерактивная доска с проектором - 1шт., стол для инвалида-колясочника 1000*600рег. - 1шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-09	Экран - 1шт., Проектор - 1шт., учебная доска - 1шт., учебные картины
г. Красноярск, пр. Мира, 83,	Компьютер - 13шт., проектор - 1шт., интерактивная доска -1шт.,

ауд. 1-10	доска учебная - 1 шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-15	Мобильный экран - 1 шт., учебные картины - 15 шт., учебная доска - 1 шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-01	Компьютер - 7 шт., копировальный аппарат - 1 шт., Принтер - 3 шт., Планшет - 1 шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-02	Проектор - 1 шт., Экран - 1 шт., интерактивная доска - 1 шт., компьютер - 1 шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-03	Телевизор - 1 шт., учебная доска - 1 шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-05	Доска учебная - 1 шт., проектор - 1 шт., Экран - 1 шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-08	Проектор - 1 шт., Экран - 1 шт., учебная доска - 1 шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-09	Переносной экран - 1 шт., учебная доска - 1 шт., информационные стенды по истории образования
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-10	Экран - 1 шт., Проектор - 1 шт., учебная доска - 1 шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-12	Компьютер - 10 шт., мобильный экран - 1 шт., учебная доска - 1 шт., фортепиано - 1 шт., проектор - 1 шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-13	Проектор - 1 шт., Экран - 1 шт., аудиоаппаратура - 1 шт., цифровое пианино - 1 шт.
Аудитории для самостоятельной работы	
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-16	Компьютер - 2 шт., принтер - 2 шт. ПО: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-11	Компьютер - 5 шт., принтер - 2 шт., МФУ - 2 шт., учебно- методическая литература ПО: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)

Операционная система Альт Образование 8 включает следующий пакет программных продуктов:

1. Perl 5.22
2. Python 2.7 и 3.5,
3. PHP 5.6
4. GCC 5.3
5. LibreOffice 5.3
6. Firefox ESR 52.5.2
7. WINE 1.9.12
8. GIMP 2.8.20
9. wxMaxima 16.04.2
- 10.Scribus 1.5.3
- 11.Inkscape 0.92
- 12.Blender 2.77
- 13.Moodle 2.5
- 14.ПУЖЕЛЬ 1.0.1
- 15.Mediawiki 1.23

Операционная система LinuxMint включает следующий пакет программных продуктов:

1. Firefox
2. Thunderbird
3. LibreOffice
4. GIMP
5. Pidgin
6. Rhythmbox
7. HexChat
8. GParted
9. VLC
- 10.LightDM