

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Кафедра «социологии и социальной работы»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

---

**Практическая психология**

---

**Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа**

**Профиль образовательной программы «Социальная работа в системе социальных служб»**

**Форма обучения заочная**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Конспект лекций .....</b>	<b>3</b>
<b>1.1 Лекция № 1 Практическая психология: понятие и структура .....</b>	<b>3</b>
<b>1.2 Лекция № 2 Психологическая диагностика .....</b>	<b>5</b>
<b>1.3 Лекция № 3 Психологическая коррекция и консультирование: понятие и структура .....</b>	<b>6</b>
<b>2. Методические указания по проведению семинарских занятий .....</b>	<b>9</b>
<b>2.1 Семинарское занятие № С-1 История развития практической психологии .....</b>	<b>9</b>
<b>2.2 Семинарское занятие № С-2 Психологическая профилактика .....</b>	<b>9</b>
<b>2.3 Семинарское занятие № С-3 Формы и методы психологической коррекции и консультирования .....</b>	<b>10</b>
<b>2.4 Семинарское занятие № С-4 Методы практической работы психолога с семьёй и детьми.....</b>	<b>10</b>
<b>2.5 Семинарское занятие № С-5 Тренинг как метод психокоррекции.....</b>	<b>11</b>
<b>2.6 Семинарское занятие № С-6 Типовые проблемы в процессе осуществления практической деятельности психолога.....</b>	<b>11</b>

# **1. КОНСПЕКТ ЛЕКЦИЙ**

## **1. 1 Лекция №1 ( 2 часа).**

**Тема: «Практическая психология: понятие и структура»**

### **1.1.1 Вопросы лекции:**

1. Понятие практическая психология.
2. Рассмотрение понятия с точки зрения различных психологических дисциплин.
3. Объект и субъект практической психологии.
4. Практическая психология: междисциплинарные связи.

### **1.1.2 Краткое содержание вопросов:**

1. Понятие практическая психология.

Практическая психология развивается как специально выделяемая психологами отрасль, нуждающаяся в особом научном обосновании, развивается в России последние пятнадцать – двадцать лет (особенно активно в 90-е годы). В силу ряда обстоятельств (тоталитарный режим и, как следствие, гонения на психологию, стремление в своё время заменить предмет психологической науки предметом рефлексологии и физиологии и т.п.) в отечественной практической психологии до настоящего времени можно зафиксировать серьёзное отставание от западных стран. Отечественная психология долгое время представляла собой академическую науку, занимавшуюся исследованиями, но не решением реальных психологических проблем конкретных людей.

### **2. Рассмотрение понятия с точки зрения различных психологических дисциплин.**

Почти все отечественные школы практической психологии опираются на теоретические концепции, пришедшие к нам с Запада, да и сами формы психологической работы в большинстве случаев до сих пор являются модификациями зарубежных моделей. Однако многие формы практической психологической работы зародились именно в нашей стране. Практическая психология имеет в России собственные традиции. Можно утверждать, что элементы методов практической психологии активно использовались в нашей стране ещё в 20 – 30 годы. Речь идёт, прежде всего, о своеобразном «психотехническом буме» первых послереволюционных десятилетий, когда изучались и внедрялись в практику методы профориентации и профориентации, психологической рационализации профессионального образования, создавались специальные тренажёры и разрабатывались приёмы психологического воздействия на группу. Были созданы первые деловые игры, ставшие гораздо позже составными элементами многих других тренингов.

Другим направлением, реализовавшим психологические методы в социальной практике, выступила возникшая в США и широко распространившаяся в Западной Европе и России педагогика, проповедовавшая комплексный – средствами различный наук – подход к ребенку и претендовавшая на роль «мета науки». Отечественные педагогические лаборатории и секции вполне в духе времени пытались разрабатывать методы и приёмы диагностики и развития отдельных детей и школьных коллективов в соответствии с идеями формирования нового человека.

Советская психология на ранних этапах своего развития оказалась очень восприимчивой к идеям зарубежных исследователей. Одной из наиболее привлекательных концепций в то время безусловно являлся фрейдизм – хотя большинство отечественных психоаналитиков не получили соответствующего психоаналитического образования. Отечественные психологи пытались применять в практике психоаналитические идеи в работе с детьми (В.Шмидт, М.Вульф, И. Ермаков, А.Залкинд и др.). Однако и педагогика, и работа в рамках концепции Фрейда не сумели получить своего развития в отечественной науке в связи с фактическим запретом властей и гонениями на учёных и практиков.

Долгие годы психология в России была лишена возможности изучать и развивать методы оказания психологической помощи и знакомиться с опытом зарубежных коллег.

### 3. Объект и субъект практической психологии.

В настоящее время практическая психология может рассматриваться не только как сфера приложения психологических знаний, не только как психологическая практика и способ проверки умозрительных психологических моделей, но и как новая активно развивающаяся отрасль психологической науки, имеющая свой предмет изучения и разработки. Г.С.Абрамова предметом практической психологии считает индивидуальность, неповторимость человека и конкретных обстоятельств его жизни.

Прикладные задачи практической психологии диктуются необходимостью психологического обеспечения оптимального функционирования учреждений и организаций, труда персонала и отдельных индивидуумов, что предполагает составление специальных обучающих программ, создание учебников и учебных пособий по практической психологии, разработку психологических рекомендаций и методических материалов, программ подготовки и переподготовки кадров, психологическое обоснование деятельности служб практической психологии, создание проектов нормативных документов такой деятельности.

Практические задачи определяются конкретными проблемами непосредственно по месту профессиональной деятельности психолога: в учреждениях и организациях различно профиля, в специализированных психологических кабинетах и центрах – в форме оказания психологической помощи конкретным людям.

### 4. Практическая психология: междисциплинарные связи.

Существует пять направлений деятельности практического психолога:

-психопрофилактика, подразумевающая работу по предупреждению дезадаптации персонала организации или детей в образовательном учреждении, просветительскую деятельность, создание благоприятного психологического климата в учреждении, осуществление мероприятий по предупреждению и снятию психологической перегрузки людей.

-психодиагностика, важнейшей целью которой является добывание психологической информации о человеке или группе, «конкретных знаний о конкретном человеке, полученных на основе обобщенной научной теории»

-психологическая коррекция, понимаемая как целенаправленное воздействие на те или иные сферы психики клиента, ориентированное на приведение её показателей в соответствие с возрастной или иной формой;

-психологическое консультирование, целью которого является обеспечение человека необходимой психологической информацией и создание условий – в результате общения с психологом – для преодоления жизненных трудностей и продуктивного существования в конкретных обстоятельствах;

-психотерапия в рамках психологической модели, направленная на оказание помощи клиенту в продуктивном изменении личности в случаях серьёзных психологических проблем, не являющихся проявлениями психологических заболеваний.

Перечисленные направления практической психологии расположены по возрастанию степени ответственности психолога за результаты своей профессиональной деятельности и усложнения комплекса средств, используемых в процессе работы. Отличия между направлениями можно увидеть и в степени стандартизации применяемых психологом средств. Наиболее стандартизированной можно считать психодиагностику, наименее стандартизованными являются психологическое консультирование и психотерапия, поскольку они предполагают простор для творчества психолога и постоянного поиска неординарных решений в каждом конкретном случае.

## **1. 2 Лекция №2 ( 2 часа).**

**Тема: «Психологическая диагностика»**

### **1.2.1 Вопросы лекции:**

- 1 Показания к применению диагностических техник.
- 2 Сбор данных и составление анамнеза.
- 3 Типология психоdiagностических опросников.
- 4 Наиболее валидные и надежные психоdiagностические опросники.

### **1.2.2 Краткое содержание вопросов:**

- 1 Показания к применению диагностических техник.

Психоdiagностика – это наука и практика, связанная с разработкой разнообразных методов распознавания индивидуально-психологических особенностей человека и постановкой с помощью этих методов психологического диагноза.

Практический психолог обычно не занимается созданием новых психоdiagностических методик, он является пользователем разработанных исследователями методов. Практический психолог с помощью психоdiagностики решает следующие основные задачи:

- 1) Установление наличия у человека того или иного психологического свойства или особенности поведения.
- 2) Определение степени развитости данного свойства, её выражение в определённых количественных и качественных показателях.
- 3) Описание диагностируемых психологических и поведенческих особенностей человека в тех случаях, когда это необходимо.
- 4) Сравнение степени развитости изучаемых свойств у разных людей.

### **2. Сбор данных и составление анамнеза.**

Работа психоdiagноза предъявляет к нему ряд важных требований, таких как умение располагать к себе людей и доскональное знание используемых психоdiagностических методик и условий их применения. Кроме того, каждому психологу, работающему в области психоdiagностики, необходимо знать и соблюдать важнейшие профессионально-этические принципы:

1. Принцип личной ответственности за проводимую работу.
2. Принцип профессиональной тайны.
3. Принцип конфиденциальности.
4. Принцип научной обоснованности.
5. Принцип объективности.
6. Принцип обеспечения суверенных прав личности, который включает:

### **3 Типология психоdiagностических опросников.**

Опросниками называют такую группу психоdiagностических методик, где задания представлены в виде вопросов и утверждений и предназначены для получения данных со слов обследуемого.

Опросники относятся к числу наиболее распространенных диагностических инструментов и могут быть подразделены на опросники личности и опросники-анкеты. В отличие от тестов в опросниках не может быть правильных и неправильных ответов. Они лишь отражают отношение человека к тем или иным высказываниям, меру его согласия или несогласия.

Личностные опросники можно рассматривать как стандартизованные самоотчеты, которые по форме бывают групповыми и индивидуальными, чаще всего письменными, бланковыми или компьютерными. По характеру ответов они делятся на опросники с предписанными ответами (закрытые опросники) и со свободными ответами

(открытые опросники).

В закрытых опросниках заранее предусмотрены варианты ответов на поставленный вопрос. Испытуемый должен выбрать один из них.

Наиболее распространенным является двух- или трехальтернативный выбор ответов (например, «да, нет»; «да, нет, затрудняюсь ответить»). Достоинством закрытых опросников является простота процедуры регистрации и обработки данных, четкая формализация оценивания, что важно при массовом обследовании. Вместе с тем такая форма ответа «огрубляет» информацию. Нередко у испытуемых возникают затруднения, когда необходимо принять категоричное решение.

Открытые опросники предусматривают свободные ответы без каких-либо особых ограничений. Испытуемые дают ответ по своему усмотрению. Стандартизация обработки достигается путем отнесения произвольных ответов к стандартным категориям. Открытые опросники наряду с достоинствами (получение развернутой информации об испытуемом, проведение качественного анализа ответов) имеют и определенные недостатки: сложность формализации ответов и их оценок, трудности интерпретации результатов, громоздкость процедуры и большие затраты времени.

#### 4. Наиболее валидные и надежные психодиагностические опросники.

Разные авторы предлагают разные способы классификации психодиагностических методов. Важнейшим основанием для использования методик психодиагностики выступает соответствие их следующим требованиям:

Дифференцирующие возможности – диапазон выявляемых методикой различий.

Надежность – степень устойчивости, стабильности получаемых результатов.

Валидность – свойство методик измерять именно то, на что она заявлена, соответствие психологических показателей особенностям поведения человека.

Точность – способность тонко реагировать на малейшие изменения оцениваемого свойства, происходящие в ходе психодиагностического эксперимента.

Важно, чтобы нормативные показатели методики были составлены на основе работы с репрезентативной выборкой, т.е. таким количеством испытуемых, которое достаточно для статистической обработки.

### 1. 3 Лекция №3 ( 2 часа).

**Тема: «Психологическая коррекция и консультирование: понятие и структура»**

#### 1.3.1 Вопросы лекции:

1. Понятие социально-психологическая коррекция и консультирование.
2. Рассмотрение понятий с точки зрения различных психологических дисциплин.
3. Объект и субъект социально-психологической коррекции и консультирования.
4. Социально-психологическая коррекция и консультирование как способ психологического воздействия.

#### 1.3.2 Краткое содержание вопросов:

1. Понятие социально-психологическая коррекция и консультирование.

Психологическое консультирование – это профессиональная помощь пациенту в поиске решения проблемной ситуации. Консультирование могут проводить психологи, социальные работники, педагоги или врачи, прошедшие специальную подготовку. В качестве пациентов могут выступать здоровые или больные люди, предъявляющие проблемы экзистенциального кризиса, межличностных конфликтов, семейных

затруднений или профессионального выбора. В любом случае пациент воспринимается консультантом как дееспособный субъект, ответственный за решение своей проблемы. Цель психологического консультирования — культурно-продуктивная личность, обладающая чувством перспективы, действующая осознанно, способная разрабатывать различные стратегии поведения и способная анализировать ситуацию с различных точек зрения. Разговор с психологом должен помочь человеку в решении проблем и налаживании межличностных отношений с окружающими. Термин "психологическая коррекция" получил распространение в начале 70-х гг. ХХ в. В этот период психологи стали активно работать в области психотерапии, прежде всего групповой. Долгие годы шли бурные дискуссии о том, может ли психолог заниматься лечебной (психотерапевтической) работой, но они носили преимущественно теоретический характер. На практике психологи успешно занимались психотерапевтической деятельностью. Поэтому появление и распространение термина "психологическая коррекция" в определённой мере было направлено разграничение полномочий врача (психотерапевта) и психолога. Однако на сегодняшний день до сих пор нет единого чёткого разграничения терминов "психотерапия" и "психокоррекция".

## 2. Рассмотрение понятий с точки зрения различных психологических дисциплин.

Ситуация общения клиента с психологом-консультантом включает такие составляющие:

1. Личность клиента и его переживания;
2. Личность психолога-консультанта (наставника) в единстве его самостоятельных и функциональных образований;
3. Взаимоотношение между клиентом и психологом.

Схема деятельности консультанта в общем виде выглядит так: выявление проблемы — диагноз — анализ фактов — план вмешательства — вмешательство в виде консультирования — оценка результатов совместной деятельности консультанта и клиента. К видам психологического консультирования можно подходить, опираясь на разные критерии: социальные, возрастные, гендерные и др.

- *Консультирование индивидуальное* проводится индивидуально, где применяется метод беседы с клиентом. Консультативная беседа имеет два аспекта: диагностический и психотерапевтический.
- *Групповое консультирование* — взаимодействие клиентов в группе, обсуждение общих проблем, где эффективность подразумевает качество обратной связи.
- *Семейное консультирование* — предполагает работу с конкретной семейной системой с

## 3. Объект и субъект социально-психологической коррекции и консультирования.

Несмотря на различие в теориях, целях, процедурах и формах коррекционной работы, психологическое воздействие сводится к тому, что один человек пытается помочь другому.

Коррекционная ситуация включает в себя 5 основных элементов:

1. Человек, который страдает и ищет облегчения своей проблемы. Человек, который имеет целый ряд проблем различного рода и нуждается в психологической помощи, психокоррекции — это клиент.
2. Человек, который помогает и благодаря обучению или опыту воспринимается как способный оказывать помощь, — это психолог.
3. Теория, которая используется для объяснения проблем клиента.
4. Набор процедур (техник, методов), используемых для решения проблем клиента. Эти процедуры непосредственно связаны с теорией.
5. Специальные социальные отношения между клиентом и психологом, которые помогают облегчить проблемы клиента.

Психолог стремится к созданию такой атмосферы, которая позволяет клиенту с оптимизмом смотреть на решение своих проблем. Такое специальное отношение является фактором, характерным для всех форм воздействия.

#### 4. Социально-психологическая коррекция и консультирование как способ психологического воздействия.

Психологическая коррекция — это деятельность, направленная на формирование у человека нужных психологических качеств для повышения его социализации и адаптации к изменяющимся жизненным условиям, а также исправление особенностей психологического развития, если они мешают человеку достигать поставленные цели. В зависимости от целей и содержания психологическая коррекция может быть:

- познавательной сферы;
- личности;
- аффективно-волевой сферы;
- поведенческих аспектов;
- межличностных отношений:
  - внутригрупповых взаимоотношений (семейных, супружеских, коллективных);
  - детско-родительских отношений.

В индивидуальной психолог работает с клиентом один на один при отсутствии посторонних лиц. В групповой — работа происходит сразу с группой клиентов со схожими проблемами, эффект достигается за счёт взаимодействия и взаимовлияния людей друг на друга. Средства и приёмы психологической коррекции могут различаться в зависимости от подхода, в котором работает психолог. Так, например, психокоррекция в рамках психоаналитического подхода будет направлена на смягчение конфликта между "Я" и "Оно". С точки зрения гуманистического направления будет преследоваться цель создания наиболее благоприятных условий для самореализации клиента и его личностного роста.

## **2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРОВЕДЕНИЮ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ**

### **2.1 Семинарское занятие № 1 ( 2 часа).**

**Тема: «История развития практической психологии»**

#### **2.1.1 Вопросы к занятию:**

1. Донаучный этап развития практической психологии.
2. Ранненаучный этап развития практической психологии.
3. Научный этап развития практической психологии.
4. Современное состояние практической психологии.

#### **2.1.2 Краткое описание проводимого занятия:**

Развитие практической психологии как науки. Основные этапы становления практической психологии. Донаучный этап развития практической психологии – ранний этап, практическая психология в системе знахарства, шаманства. Ранненаучный этап – развитие практической психологии в системе смежных областей знания. Научный этап – развитие практической психологии в контексте экспериментальной психологии, выделение в собственную отрасль. Современное состояние практической психологии.

### **2.2 Семинарское занятие № 2 ( 2 часа).**

**Тема: «Психологическая профилактика»**

#### **2.2.1 Вопросы к занятию:**

1. Психопрофилактика: понятие, структура.
2. Основные формы психологической превенции
3. Классификация методов профилактической работы.
4. Профилактическая работа с различными группами населения.

#### **2.2.2 Краткое описание проводимого занятия:**

Базовые категории при изучении понятия психопрофилактика: структура, основные формы психологической превенции, классификация методов профилактической работы. Профилактическая работа с различными группами населения.

Основы использования психопрофилактических техник при консультировании. Установление контакта при проведении превентивных методик. Основные виды психологической профилактики.

### **2.3 Семинарское занятие № 3 ( 2 часа).**

**Тема: «Формы и методы психологической коррекции и консультирования»**

#### **2.3.1 Вопросы к занятию:**

1. Формы социально-психологической коррекции.
2. Методы социально-психологической коррекции
3. Методы и модели консультирования.
4. Модели социально-психологической коррекции

#### **2.3.2 Краткое описание проводимого занятия:**

Определение направления работы, особенности формирования групп, регламент. Виды групп, особенности работы с нормой и патологией. Групповая динамика, управление группой. Определение задач на 1м занятии, составление психокоррекционных отчетов. Комплектования групп с учетом выявленных особенностей при помощи психодиагностики.

### **2.4 Семинарское занятие № 4 ( 2 часа).**

**Тема: «Методы практической работы психолога с семьёй и детьми»**

#### **2.7.1 Вопросы к занятию:**

1. Семья как объект коррекционного воздействия.
2. Формирование особенностей психики и поведения детей в зависимости от стиля родительского отношения.
3. Виды нарушений в семейном воспитании.
4. Общая схема диагностического процесса в работе с семьей.
5. Основы коррекционной работы с семьей: родительские коррекционные группы.

#### **2.7.2 Краткое описание проводимого занятия:**

Особенности работы с семейной парой, детьми. Диагностика детско-родительских отношений. Воспитание по типу: «кумир семьи», «золушка» и др. Описание форм, методов, средств при работе с семьей. Методы, средства, а также проблемы и трудности работы коррекционной работы с семьей.

### **2.5 Семинарское занятие № 5 ( 2 часа).**

**Тема: «Тренинг как метод психокоррекции»**

#### **2.8.1 Вопросы к занятию:**

1. Понятие тренинга. История становления и развития тренинга.
2. Виды тренинга, цели и задачи.
3. Требования, предъявляемые к проведению тренинга.
4. Состав группы, размер группы.
5. Основные процедуры тренинга: дискуссия и ролевая игра.

### **2.8.2 Краткое описание проводимого занятия:**

Проведение тренинга в России и за рубежом. Классификация: по предмету проведения тренинга, по задачам, по контингенту и т.д. Организация места, времени проведения тренинга, регламент, правила. Определение качественного и количественного состава группы. Дискуссия, ролевая игра, проективные методы работы и т.д.

## **2.6 Семинарское занятие № 6 ( 2 часf).**

**Тема: «Типовые проблемы в процессе консультирования и подходы к их решению»**

### **2.3.1 Вопросы к занятию:**

1. Консультирование родителей дошкольников.
2. Консультирование родителей по проблемам взаимоотношений с подростками.
3. Консультирование родителей по проблемам взаимоотношений с детьми юношеского возраста.
4. Консультирование по проблемам трудностей в общении.
5. Консультирование горя утраты. Этапы переживания горя.
6. Консультирование по проблемам тревожных клиентов.

### **2.3.2 Краткое описание проводимого занятия:**

Правила, особенности трудности консультирования родителей дошкольников. Правила, особенности трудности консультирования родителей по проблемам взаимоотношений с подростками. Правила, особенности трудности консультирования родителей по проблемам взаимоотношений с детьми юношеского возраста.

Правила, особенности трудности консультирования по проблемам трудностей в общении. Правила, особенности трудности консультирования горя утраты. Этапы переживания горя. Правила, особенности трудности консультирования по проблемам тревожных клиентов.