

**Общество с ограниченной ответственностью
«Институт психологии Ольги Ларионовой Психология и Развитие»**

УТВЕРЖДЕНА

приказом от 05.05.2025 № 2

Генеральный директор

О.Г. Ларионова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Современные методы и техники психологического
консультирования»**

Санкт-Петербург
2025

Содержание

№	Наименование разделов программы	Страницы
1.	Пояснительная записка	3
2.	Планируемые результаты освоения программы	4
3.	Содержание программы и организация образовательного процесса	5
3.1.	Учебный план	5
3.2.	Календарный учебный график	6
3.3.	Рабочая программа учебных тем	7
4.	Контроль и оценка качества освоения программы	9
5.	Организационно-педагогические условия реализации программы	9
5.1.	Материально-техническое обеспечение программы	9
5.2.	Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	10
5.3.	Кадровое обеспечение программы	11

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Современные методы и техники психологического консультирования» (по тексту – программа) разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми актами:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 года № 537н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог-консультант»;

Положением о специализированном структурном образовательном подразделении Общества с ограниченной ответственностью «Институт психологии Ольги Ларионовой Психология и Развитие» - Институте психологии.

Актуальность программы обусловлена соответствием её содержания и образовательных результатов освоения требованиям профессионального стандарта «Психолог-консультант», а также определена социальным заказом общества, востребованностью консультационной психологической помощи гражданам для решения проблем, обусловленных психотравмирующими воздействиями и негативными состояниями.

Профессия психолога сегодня пользуется повышенным спросом. Обращения за психологической помощью участились в связи с последствиями пандемии, сложной экономической и международной обстановкой. Стремительный темп современной жизни и поток негативной информации в интернете и СМИ провоцирует тревожность и страх. Дополнительным прессом для многих людей оказываются неурядицы в семейной жизни, стресс на работе, проблемы со здоровьем.

Большинство специалистов с высшим психологическим образованием испытывает потребность в пополнении знаний в области психологического консультирования. Психологическое консультирование - как отдельное самостоятельное направление и дисциплина, связанная с оказанием психологической помощи людям, - выделилось сравнительно недавно. Для практикующего специалиста психологическое консультирование может быть представлено различными видами в зависимости от целей, методов и контекста работы.

Программа поможет сформировать профессиональные знания о сущности, целях, задачах и основных принципах психологического консультирования, методах и техниках оказания психологической помощи клиентам, имеющим личностные, профессиональные, социально-психологические трудности и другие проблемы психологического плана.

Программа содержит следующие структурные компоненты: пояснительную записку, планируемые результаты освоения, учебный план, календарный учебный график, рабочую программу учебных тем, организационно-педагогические условия для реализации программы (материально-технические, учебно-методические и информационные, кадровые), формы аттестации и иные компоненты.

Целью программы является совершенствование компетенции, необходимой для профессиональной деятельности в сфере психологического консультирования, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Задачи программы:

- создание у слушателей целостного представления о процессе психологического консультирования, его содержании, видах и методах;

- ознакомление с методами, техниками и приемами, направленными на профилактику и коррекцию (преодоление) негативных состояний;
- совершенствование умений и навыков использования оптимальных методов и техник психологического консультирования на разных стадиях консультативной беседы.

Требования к поступающим: к освоению программы допускаются лица, имеющие (или получающие) высшее образование.

Категория слушателей: психологи-консультанты.

Программа рассчитана на 48 часов. Содержание программы и сроки освоения направлены на достижение цели программы, планируемых результатов освоения.

Программа реализуется с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Программа направлена на ознакомление с теоретическими и практическими основами работы психолога-консультанта по следующим темам клиентских проблем:

1. Основы психологического консультирования.
2. Сопротивление. Техники работы с сопротивлением.
3. Перенос. Техники работы.
4. Страхи. Техники работы со страхами.
5. Самооценка. Техники работы с самооценкой.
6. Стыд и вина. Техники работы.

В процессе освоения программы слушатели научатся работать с сопротивлениями клиента в процессе консультации, научатся понимать и выстраивать логику консультационного процесса, познакомятся с различными типами клиентов и возможными позициями психолога-консультанта в процессе его работы.

Обучение по программе завершается итоговой аттестацией. Лицам, успешно освоившим программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации установленного организацией образца.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию, а также лицам, освоившим часть программы и (или) отчисленным из организации, выдается справка об обучении или периоде обучения установленного образца.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

По окончании освоения программы слушатель должен усовершенствовать (актуализировать) компетенции в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Код компетенции	Наименование профессиональных компетенций
ПК-1	Способность применять эффективные методы и приемы психологического консультирования для выявления психологических проблем граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью
ПК-2	Способность целенаправленно и эффективно использовать на практике методы и техники психологического консультирования в целях коррекции (преодоления) негативных состояний

Для совершенствования вышеуказанных профессиональных компетенций по окончании освоения программы слушатели **должны знать:**

- цели, задачи, основные понятия психологического консультирования;
- содержание, виды и методы психологического консультирования;

- техники и приемы психологического консультирования на разных стадиях консультативной беседы;
- методы и приемы, направленные на профилактику и коррекцию (преодоление) негативных состояний;
- стратегию выбора и проведения психологической консультации;

должны уметь:

- подбирать и использовать эффективные методы и техники психологического консультирования для решения заявленных проблем и коррекцию (преодоление) негативных состояний;

должны владеть:

- навыками использования различных методов и техник проведения психологической консультации.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Содержание программы обучения определено учебным планом и рабочей программой учебных тем, организация образовательного процесса осуществляется в соответствии с календарным учебным графиком.

3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Современные методы и техники психологического консультирования»**

Учебный план определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение учебных дисциплин (тем), иных видов учебной деятельности слушателей и формы контроля.

Общая трудоемкость – 48 часов.

№	Наименование учебных тем	Количество часов по видам занятий			Формы контроля
		Всего	Лекции (ДОТ)	Самост. работа	
1.	Основы психологического консультирования	8	2	6	Текущий контроль выполнение домашнего задания № 1
2.	Соппротивление. Техники работы с сопротивлением	8	1	7	выполнение домашнего задания № 2
3.	Перенос. Техники работы	8	1	7	выполнение домашнего задания № 3
4.	Страхи. Техники работы со страхами	8	1	7	выполнение домашнего задания № 4
5.	Самооценка. Техники работы с самооценкой	8	1	7	выполнение домашнего задания № 5
6.	Стыд и вина. Техники работы	8	1	7	выполнение домашнего задания № 6
7.	Итоговая аттестация				зачет /по совокупности выполненных работ
ИТОГО		48	7	41	

3.2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Срок освоения программы - 48 часов, из них: лекции – 7 часов, самостоятельная работа – 41 час.

Учебный период – 10 недель.

Обучение по программе осуществляется индивидуально, в соответствии с индивидуальным графиком.

Начало занятий – с любой даты в течение всего календарного года, по желанию заказчика, в соответствии с условиями договора об обучении (оферты).

Режим занятий - в рамках свободного времени слушателя (самостоятельное изучение электронных образовательных ресурсов и выполнение домашних заданий).

К электронным образовательным ресурсам (видеоматериалы (видеолекции и видеокомментарии), электронные конспекты всех тем, электронные пособия, материалы домашних заданий (текстовые и в видеоформате) в течение всего периода обучения предоставляется круглосуточный доступ.

Рекомендуемое время изучения одной учебной темы, содержащей несколько вопросов для изучения и выполнение самостоятельного домашнего задания: 5 часов в неделю.

Для всех видов занятий устанавливается академический час продолжительностью 45 минут.

Форма обучения – заочная, без отрыва от производства.

Программа реализуется с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Календарный учебный график представлен в таблице.

№ п/п	Наименование учебных тем	Всего часов	Учебные недели учебного процесса									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Основы психологического консультирования.	8	5	3								
2.	Сопротивление. Техники работы с сопротивлением.	8		2	5	1						
3.	Перенос. Техники работы.	8				4	4					
4.	Страхи. Техники работы со страхами.	8					1	5	2			
5.	Самооценка. Техники работы с самооценкой.	8							3	5		
6.	Стыд и вина. Техники работы.	8									5	3
7.	Итоговая аттестация											
	ИТОГО	48	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3

3.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебных тем программы повышения квалификации «Современные методы и техники психологического консультирования»

Содержание учебного материала

Тема 1. Основы психологического консультирования (8 часов)

Занятие № 1

Основные вопросы

Чем отличаются такие специалисты как психолог, медицинский клинический психолог, психотерапевт, психиатр.

Кто такой психолог-консультант, с чем имеет право работать.

Какие существуют типы клиентов в психотерапии и каким может быть оптимальный подход к каждому типу?

Какими могут быть позиции психолога в процессе работы, чем они отличаются?

В чем преимущества и недостатки каждой из возможных позиций?

Электронный конспект занятия № 1 и видеолекция размещены по ссылкам:

1 занятие.docx / Облако Mail

Занятие 1.MOV / Облако Mail

Самостоятельная работа. Домашнее задание № 1

Домашнее задание № 1 в текстовом и видеоформате размещено по ссылкам:

1 дз.docx / Облако Mail

1 ДЗ.MOV / Облако Mail

Тема 2. Сопротивление. Техники работы с сопротивлением (8 часов)

Занятие № 2

Основные вопросы

Понятие сопротивления.

Типичные проявления сопротивления.

Виды сопротивления.

Методы и техники работы с сопротивлением клиента.

Электронный конспект занятия № 2 и видеолекция размещены по ссылкам:

2 занятие.docx / Облако Mail

Занятие 2. Сопротивление.MOV / Облако Mail

Самостоятельная работа. Домашнее задание № 2

Домашнее задание № 2 размещено по ссылке:

2 дз.docx / Облако Mail

Тема 3. Перенос. Техники работы (8 часов)

Занятие № 3

Основные вопросы

Понятие «перенос», основная характеристика

Виды, механизмы, а также значение и влияние переноса на процесс консультирования.

Контрперенос. Виды, механизмы контрпереноса.

Управление переносом и контрпереносом.

Электронный конспект занятия № 3 и видеолекция размещены по ссылкам:
[3 занятие.docx / Облако Mail](#)

[Занятие 3. Перенос.MOV / Облако Mail](#)

Самостоятельная работа. Домашнее задание № 3

Домашнее задание № 3 размещено по ссылке:

[3 дз.docx / Облако Mail](#)

Тема 4. Страхи. Техники работы со страхами (8 часов)

Занятие № 4

Основные вопросы

Отличие страха от тревоги, фобии и паники.

Основные виды страхов.

Виды работы со страхами

Техники и приемы работы со страхами.

Электронный конспект занятия № 4 и видеолекция размещены по ссылкам:
[4 занятие.docx / Облако Mail](#)

[Занятие 4. Страхи.MOV / Облако Mail](#)

Самостоятельная работа. Домашнее задание № 4

Домашнее задание №4 размещено по ссылке:

[4 дз.docx / Облако Mail](#)

Тема 5. Самооценка. Техники работы с самооценкой (8 часов)

Занятие № 5

Основные вопросы

Типология самооценки.

Источники неуверенности в себе.

Работа с неуверенностью в себе.

Техники работы с самооценкой.

Электронный конспект занятия № 5 и видеолекция размещены по ссылкам:
[5 занятие.docx / Облако Mail](#)

[Занятие 5. Самооценка.MOV / Облако Mail](#)

Самостоятельная работа. Домашнее задание № 5

Домашнее задание №5 в текстовом и видеоформате размещено по ссылке:

[5 дз.docx / Облако Mail](#)

[5. ДЗ.MOV / Облако Mail](#)

Тема 6. Стыд и вина. Техники работы (8 часов)

Занятие № 6

Основные вопросы

Вина как осознание неправильного поступка («я сделал что-то не так»)

Стыд как ощущение себя неправильным («я какой-то не такой»).

Социальный стыд и токсичный стыд.

Техники работы с чувством стыда.
Техники работы с чувством вины.

Электронный конспект занятия № 6 и видеолекция размещены по ссылкам:

6 занятие.docx / Облако Mail

Занятие 6. Стыд и Вина.MOV / Облако Mail

Самостоятельная работа. Домашнее задание № 6

Домашнее задание №6 размещено по ссылке

6 дз.docx / Облако Mail

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

При реализации программы предусмотрены текущий контроль и итоговая аттестация.

Текущий контроль проводится в рамках изучения каждой темы в форме выполнения домашнего задания (кейса).

Выполненное домашнее задание (кейс) пересылается слушателем на электронную почту - info@pir-spb.ru.

Преподаватель отслеживает выполнение заданий, дает «обратную связь» в онлайн режиме в любой удобной для слушателя технологической среде (электронная почта, скайп, мессенджеры WhatsApp, Telegram, социальная сеть ВК), комментирует, разбирает ошибки, дает рекомендации, корректирует деятельность слушателей и оказывает консультационную помощь.

Итоговая аттестация проводится в форме зачета посредством анализа результатов выполненных домашних заданий (кейсов) по совокупности выполненных работ, предусмотренных программой (6). Оценивание - по двухбалльной шкале «зачтено»/ «не зачтено». При выполнении не менее 5 домашних заданий, предусмотренных программой, слушатель получает оценку «зачтено». Выполнение менее 5 домашних заданий соответствует оценке «не зачтено».

Лицам, успешно освоившим программу обучения и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации установленного организацией образца.

Слушателям, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть программы и отчисленным из организации, выдается справка об обучении (периоде обучения) по установленному организацией образцу.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Ресурсное обеспечение программы включает в себя:

- материально-техническое обеспечение;
- учебно-методическое и информационное обеспечение;
- кадровое обеспечение.

5.1. Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программы требуется
компьютер, планшет или ноутбук
гарнитура (микрофон, динамики (наушников)
устройства подключения к интернет-сети
доступ в Интернет.

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Учебно-методическое обеспечение включает:

Учебный план

Календарный учебный график

Рабочая программа учебных тем

Электронные образовательные ресурсы (электронный курс занятий (видеолекции, электронные конспекты занятий, видеозадания, материалы домашних заданий).

Нормативные правовые акты

1. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

2. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 года № 537н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог-консультант».

Основная литература

1. Минуллина А.Ф., Солобутина М.М. Основы психологического консультирования: Методическое пособие.- Казань: ТГГПУ, 2007.

2. Реньш М.А. Психологическое консультирование: Учеб. пособие. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2004.

Дополнительная литература

1. Василюк Ф.Е. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии. Курс лекций. – Москва, 2012

2. Линде Н.Д. Основы современной психотерапии: Учеб. пособие для студ.вуз. — М.: Издательский центр «Академия», 2002.

Интернет-ресурсы

(в свободном доступе, рекомендованы для самостоятельного использования)

www.psychology.ru/links/ — коллекция ссылок на сайте Psychology.ru.

psychology.net.ru — Сайт «Мир психологии»

Методические рекомендации по организации изучения программы

Организация образовательного процесса строится на основе учебного плана и в соответствии с календарным учебным графиком.

Основными видами учебной деятельности с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий являются просмотр видеолекций, видеоконментариев, изучение электронных конспектов по темам программы, изучение рекомендованной литературы, выполнение домашних заданий.

Образовательный процесс осуществляется с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, в том числе с использованием образовательной платформы, электронной почты (обмен файлами), мессенджеров WhatsApp, Telegram, облачных сервисов.

Доступ к электронным образовательным ресурсам предоставляется слушателям после заключения договора об обучении (оферты) в первый день обучения.

Основными формами организации самостоятельной работы слушателей являются: просмотр видеолекций, видеозаданий, видеокомментариев, изучение электронных конспектов, работа с электронными ресурсами, выполнение домашних заданий. При самостоятельной работе обязательно выявляются и отмечаются трудные для самостоятельного изучения вопросы, с которыми уместно обратиться к преподавателю на консультациях, реализуемых во всех технологических средах: электронная почта, skype-общение, мессенджеры WhatsApp, Telegram, социальная сеть ВК. Обратная связь преподавателя предусматривает анализ выполненных самостоятельно заданий, комментирование, разбор ошибок и выполнение слушателем по результатам анализа работы над ошибками с повторным комментарием.

Реализация программы предполагает оказание учебно-методической помощи слушателям, в том числе в форме индивидуальных консультаций, реализуемых в различных технологических средах: электронная почта, skype-общение, мессенджеры WhatsApp, Telegram, социальная сеть ВК.

5.3. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее профессиональное образование и стаж работы в образовательном учреждении не менее 1 года, при наличии послевузовского профессионального образования (аспирантура, ординатура, адъюнктура) или ученой степени кандидата наук - без предъявления требований к стажу работы.

Прохождение курсов повышения квалификации не реже 1 раза в 3 года.