

**Межрегиональная детско-молодежная общественная организация
«Футбольный клуб Импульс»**

Утверждаю

Президент

С. П. Никитин



(подпись)

приказ от 14.04.23 № 2



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«основы психологии в информационно-
коммуникационной среде»**

Возраст обучающихся: с 18 лет

Срок реализации программы: 2 недели

Тольятти, 2023г.

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы психологии в информационно-коммуникационной среде» (далее - программа) относится к программам социально-гуманитарной направленности. Программа предназначена для занятий со взрослыми (от 18 лет и старше).

Программа разработана на основе Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", с учетом требований Приказа Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226), Письмом Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).

Актуальность программы

Онлайн консультация становится популярным видом получения психологической помощи. И это не дань моде, а жизненная необходимость. Людей, у которых отсутствует возможность получить не только профессиональную помощь, но и просто эмоциональную поддержку, становится все больше. В условиях постоянной загруженности и нехватки времени, онлайн-консультирование — это порой единственный вариант общения со специалистом. Онлайн-консультирование становится все более распространённой формой взаимодействия психолога с клиентом в современном мире.

Поэтому так важно сегодня познакомить современных людей с

возможностями психологической науки, которая нашла свою реализацию в том числе в информационно-коммуникационной среде. Также важно познакомить людей с правилами и этическими нормами безопасных онлайн-сессий с психологом.

Отличительные особенности программы

Программа модульная. Состоит из трёх модулей: «Выбор психолога-консультанта», «Польза психологического индивидуального онлайн-консультирования», «Польза группового онлайн-консультирования». Задания по программе построены с учетом возможностей и интересов обучающихся.

Адресат программы

Программа рассчитана на возраст обучающихся от 18 лет и старше. На дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу принимаются все желающие без специального отбора на основании заключения договора об оказании платных дополнительных образовательных услуг.

Организация образовательного процесса

Срок реализации программы 2 недели. Объем программы составляет 36 часов, что составляет не более 20 академических часов в неделю.

Форма обучения – очная.

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают лекции, практические работы и текущий контроль.

1.2. Цель реализации программы

Цель реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы психологии в информационно-коммуникационной среде» - удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании в сфере консультативной психологии, эффективных стратегий практической

психологической помощи в онлайн - формате.

Задачи программы:

1. понять пользу, а также границы и специфику оказания психологической помощи в онлайн-режиме в сравнении с традиционным психологическим консультированием;
2. изучить принципы, методы дистанционных психологических консультаций;
3. понять отличия онлайн – консультирования от традиционного очного взаимодействия психолога с клиентом.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план программы

№ п/ п	Модульные дидактические единицы	Аудиторные учебные занятия			Кол-во часов контроль	формы контроль	Общая трудоемкость
		Всего часов	Лекции	Практические занятия		Текущий контроль	
1	Выбор психолога-консультанта	11	5	6	1	Тест	12
2	Польза психологического индивидуального онлайн - консультирования	11	5	6	1	Тест	12
3	Польза группового онлайн - консультирования	11	5	6	1	Тест	12
	ИТОГО ЧАСОВ	33	15	18	3		36

1.3.2. Календарный учебный график

п/п	Модульные дидактические единицы	Количество лекционных часов в неделю		Всего лекционных часов	Количество практической работы в неделю		Всего часов практи ческой работы	Общая трудое мкость
		неделя			неделя			
		1	2		1	2		
1	Выбор психолога- консультанта	5		5	6+ 1 тк		7	9
2	Польза психологическо го индивидуально го онлайн - консультирован ия	2	3	5	6+1тк		7	11
3	Польза группового онлайн - консультирован ия		5	5		6+1тк	7	12
	Итого часов			15			21	36
тк – текущий контроль.								

1.4. Содержание учебных модулей

1.4.1. Модульный курс «Выбор психолога-консультанта»

Учебный план

№	Наименование модуля	Содержание лекции (кол — во часов)	Наименование практических занятий	Виды СРС (кол-во часов)
Модуль 1 «Выбор психолога-консультанта» (12 ч.) Раздел посвящен обзору современного портрета психолога-консультанта, изучению основных этических требований к деятельности психолога-консультанта.				
1.	Тема 1.1. Психолог-консультант. Профессия и личность специалиста (12 ч.)	Требования к личности психолога-консультанта. Типичные ошибки психолога-консультанта (5ч.)	Изучение общих требований, предъявляемых к психологическому консультированию и к психологу-консультанту. Уровни психологического консультирования. Формулирование этических требований. Рассмотрение типичных ошибок психолога-консультанта Практическое задание № 1 «Составление памятки «Как психолог должен вести себя со мной как с клиентом» (6 ч.)	Тест «Психолог-консультант. Профессия и личность специалиста» (1 ч.)
Всего часов : 12		5	6	1

1.4.2. Содержание учебного модуля

Модуль посвящен обзору современного портрета психолога-консультанта, изучению основных этических требований к деятельности психолога-консультанта.

Тема 1.1. Психолог- консультант. Профессия и личность специалиста.

Лекция «Требования к личности психолога- консультанта». Типичные ошибки психолога- консультанта.

Практическое занятие состоит из изучения общих требований, предъявляемых к психологическому консультированию и к психологу-консультанту, уровней психологического консультирования. Формулирование этических требований. Рассмотрение типичных ошибок психолога-консультанта.

Практическое задание № 1«Составление памятки «Как психолог должен вести себя со мной как с клиентом».

Текущий контроль в форме тестирования.

1.4.3. Планируемые результаты

Обучающийся должен знать:

1. общие требования, предъявляемые к психологическому консультированию и к психологу-консультанту;
2. современный портрет психолога-консультанта;
3. типичные ошибки в психологическом консультировании психолога-консультанта.

Обучающийся должен уметь:

1. формулировать этические требования к психологу-консультанту;
2. уровни психологического консультирования.

1.4.4. Модуль «Польза психологического индивидуального онлайн-консультирования»

Учебный план

№	Наименование	Содержание лекции	Наименование	Виды СРС
---	--------------	-------------------	--------------	----------

	модуля	(кол — во часов)	Практических занятий	(кол-во часов)
Модуль 2 «Полезьа психологического индивидуального онлайн- консультирования» (12 ч.) Раздел посвящен изучению специфики коммуникаций и социально-психологических особенностей онлайн- консультирования с учетом основных принципов коучинга и различных технологий деловой коммуникации при онлайн- консультировании для решения конкретных проблем целевой аудитории.				
1.	Тема 2.1. Специфика коммуникаций в онлайн (5 ч.)	Особенности деловой коммуникации. Речь как средство воздействия и передачи информации. Формы деловых коммуникаций. (2 ч.)	Распознавание и анализ барьеров в деловой коммуникации. Анализ сценария онлайн-консультации с учетом техник распознавания и анализа барьеров в деловой консультации (3 ч.)	
2.	Тема 2.2. Коучинг как часть онлайн - консультирования (7 ч.)	Что такое коучинг? Этические нормы коучинга. Этический кодекс международной федерации коучинга (ICF). Структура коуч-сессии. «Стрела коучинга». Модель GROW (3 ч.)	Техники коучинга. Участие в упражнении «Мозговой штурм». Практическое задание: анализ сценария коучинговой онлайн сессии с применением упражнения «Мозговой штурм». (3ч.)	Тест по теме «Коучинг как часть онлайн- консультирования» (1 ч.)
Всего часов: 12		5	6	1

1.4.5. Содержание учебного модуля

Модуль посвящен изучению специфики коммуникаций и социально - психологических особенностей онлайн- консультирования с учетом основных принципов коучинга и различных технологий деловой коммуникации при организации онлайн- консультировании для решения конкретных проблем клиентов.

Тема 2.1. Специфика коммуникаций в онлайн

Лекция «Особенности онлайн- коммуникации. Речь как средство воздействия и передачи информации. Формы онлайн - коммуникаций».

Практическое занятие Распознавание и анализ барьеров в деловой коммуникации. Анализ сценария онлайн - консультации с учетом техник распознавания и анализа барьеров в деловой консультации.

Тема 2.2. Коучинг как часть онлайн - консультирования

Лекция по теме «Что такое коучинг? Этические нормы коучинга. Этический кодекс международной федерации коучинга (ICF). Структура коуч-сессии. «Стрела коучинга». Модель GROW».

Практическое задание: Техники коучинга. Участие в упражнении «Мозговой штурм», анализ сценария коучинговой онлайн - сессии с применением упражнения «Мозговой штурм».

Тест по теме «Коучинг как часть онлайн-консультирования».

1.4.6. Планируемые результаты

Обучающийся должен знать:

1. формы онлайн – коммуникаций;
2. особенности онлайн- коммуникации;
3. этические нормы коучинга;
4. этический кодекс международной федерации коучинга (ICF);
5. структура коуч-сессии.

Обучающийся должен уметь:

1. распознавать и анализировать барьеры в деловой коммуникации;
2. анализировать сценарии онлайн - консультации с учетом техник распознавания и анализа барьеров в деловой консультации;
3. анализировать сценарии коучинговой онлайн – сессии.

1.4.7. Модуль «Польза группового онлайн – консультирования»

Учебный план

№	Наименование модуля	Содержание лекции (кол — во часов)	Наименование практических занятий	Виды СРС (кол-во часов)
Модуль 3 «Польза группового онлайн – консультирования» (12ч.) В рамках раздела рассматриваются теоретические и практические основы группового консультирования, особенности реализации программ тренингов с учетом запросов целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам.				
1.	Тема 3.1. Групповые онлайн - консультации и психотерапия. Тренинговая группа (5 ч.)	Этические проблемы создания и ведения терапевтических групп. Практика начала и завершения групповых онлайн - сессий. Специфика сообщения обратной связи в групповом онлайн-консультировании. (2 ч.)	Исследование методов психологической работы с группой, разработанные в рамках различных теоретических подходов. Анализ сценария безопасного проведения групповой терапевтической онлайн-сессии (3 ч.)	
2.	Тема 3.2. Приемы и упражнения для групповых тренингов (7 ч.)	Приемы и упражнения, используемые в групповом онлайн-консультировании. (3 ч.)	Игра через упражнения, направленные на развитие психических процессов (3 ч.)	Тест по теме «Польза проведения группового онлайн – консультирования» (1 ч.)
Всего часов: 12		5	6	1

1.4.8. Содержание учебного модуля

В рамках модуля рассматриваются теоретические и практические основы группового консультирования, особенности разработки программ тренингов с учетом запросов целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам.

Тема 3.1. Групповые онлайн - консультации и психотерапия. Тренинговая группа

Лекция по теме «Этические проблемы создания и ведения терапевтических групп. Практика начала и завершения групповых онлайн - сессий. Специфика сообщения обратной связи в групповом онлайн- консультировании».

Практическое задание рассмотреть методы психологической работы с группой, разработанные в рамках различных теоретических подходов.

Анализ сценария безопасного проведения групповой терапевтической онлайн-сессии.

Тема 3.2. Приемы и упражнения для групповых тренингов

Лекция по теме «Приемы и упражнения, используемые в групповом онлайн-консультировании».

Практическое задание игра через упражнения, направленные на развитие психических процессов.

Тест по теме Правила проведения безопасного группового онлайн – консультирования.

1.4.9. Планируемые результаты

Обучающийся должен знать:

1. этические проблемы создания и ведения терапевтических групп;
2. специфику сообщения обратной связи в групповом онлайн-консультировании;
3. приемы и упражнения, используемые в групповом онлайн-консультировании.

Обучающийся должен уметь:

1. анализировать сценарии безопасного проведения групповой терапевтической онлайн-сессии.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

МДМОО «ФК Импульс» располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов аудиторных работ и практических занятий, предусмотренных учебным планом. Материально-техническая база соответствует санитарным и противопожарным нормам.

2.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.

Образовательная организация обеспечена доступом к электронной библиотечной системе Znanium.com (<https://znanium.com/>) таким образом обучающиеся и преподаватели имеют неограниченный доступ к электронным учебникам, учебно-методической литературе и материалами по всем учебным модулям программы.

Методические материалы

Основная литература

- 1) Аткинсон М. Четыре типа мышления: Принципы трансформации личности (Книга I) / Мэрилин Аткинсон, Питер Стефани; Пер. с англ. — М.: Альпина Паблишер, 2022
- 2) Захарова, Н. Л. Специальная психология: учебное пособие / Н. Л. Захарова. — Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. — 38 с.
- 3) Мандель, Б. Р. Современная социальная психология: учебное пособие для обучающихся в системе среднего профессионального образования / Б. Р. Мандель. — Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. — 432 с.
- 4) Микляева А.В. Жизнь современных поколений: социально-психологические тенденции: монография / А.В. Микляева, В.И. Пищик, М.И. Постникова, Н.В. Сиврикова, Т.В. Черноусова. — Москва: ИНФРА-М, 2023. — 218 с.

- 5) Матяш, Н. В. Проблемы современной психодиагностики личности: теория и инструментарий: учебное пособие / Н. В. Матяш, Т. А. Павлова. — Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. —172 с.
- 6) Пахтусова Н.А., Савченков А.В., Уварина Н.В. Становление сетевой идентичности личности в условиях виртуальной образовательной среды: монография (с изм. и доп.) / Н.А. Пахтусова, Н.В. Уварина, А.В. Савченков. - Москва: Первое экономическое издательство, 2021. - 234 с.
- 7) Феноменология личности: Ресурсность и многоаспектность. Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (Армавир, 22 ноября 2022 г.) Чебоксары Издательский дом «Среда» 2022 г.
- 8) Жизненное пространство в психологии: Теория и феноменология: сборник статей / под ред. Н. В. Гришиной, С. Н. Костроминой. — СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. — 532 с.

Дополнительная литература

1. Берн Э. Л. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений / Э. Л. Берн — «Эксмо», 1964 — (Бестселлеры саморазвития) ISBN 978-5-699-27307-2
2. Немов Р.С. Психологическое консультирование: учебник/ Р. С. Немов. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2010. – 302с.
3. Нартова-Бочавер, С.К. Дифференциальная психология / С.К. Нартова-Бочавер. – 5-е изд., стер. – Москва: Издательство «Флинта», 2016. – 282 с.
4. Фрейд. З. Перевод оригинального издания: Zigmund Freud Vorlesungen zur eienfuhrungin die psychoanalyse. Г.В. Барышникова, ООО «Издательство АСТ», 2019г.
5. Юнг К. Г. Проблемы души нашего времени / К. Г. Юнг — «Питер», 1930 — (Мастера психологии) ISBN 978-5-496-02567-6

2.3. Формы аттестации и контроля

Промежуточный контроль

Мероприятия промежуточного контроля включают тесты по темам, а также практические задания по каждому разделу. Проверочные тесты направлены на контроль уровня усвоения теоретических материалов программы. Задания для практических работ носят практико-ориентированный характер.

Критерии оценивания. Максимальное количество баллов за мероприятия промежуточного контроля составляет 5 баллов, минимальный проходной балл по тестам - 3 балла, по практическим заданиям - 5 баллов. За каждый правильный ответ в тесте присваивается 1 балл.

Тест по разделу №1 «Выбор психолога-консультанта. Профессия и личность специалиста».

1. Укажите задачи психологического консультирования.
 - 1) выработать действенные механизмы для принятия сложных решений
 - 2) превращение конфликтов клиента в противоречия, которые он сам сможет разрешить
 - 3) научить клиента анализировать свои проблемы, а также разрешать подобные конфликты в будущем
 - 4) перевести клиента из одного состояния в другое
2. Цель консультирования — это:
 - 1) помочь человеку выбирать и действовать по собственному усмотрению
 - 2) помочь человеку сформировать систему ценностей
 - 3) убедиться в своей правоте
 - 4) сохранение самооценки
3. Укажите значимые качества для психолога-консультанта.
 - 1) эмпатия
 - 2) непосредственность
 - 3) конфронтность
 - 4) пассивность
4. Отрасль практической психологии, разрабатывающая способы психологической помощи клиенту, не нуждающемуся в психотерапии, это:
 - 1) консультативная психология
 - 2) клиническая психология
 - 3) возрастная психология
 - 4) все ответы неверны

5. Человек, обратившийся за помощью к психологу-консультанту и получающий от него помощь, — это:

- 1) клиент
- 2) пациент
- 3) заказчик
- 4) все ответы верны

Тест по разделу № 2 «Польза психологического индивидуального онлайн-консультирования»

1. Задача коуча - это:

- 1) помочь клиенту осознать свои недостатки
- 2) помочь клиенту осознать и реализовать важнейшие для того решения
- 3) помочь клиенту реализовать бизнес модель
- 4) помочь клиенту осознать и реализовать бизнес задачи

2. Томас Леонард говорит о факторах, которые влияют на эффективную работу коуча с клиентом:

- 1) личность самого коуча
- 2) отсутствие навыков проведения коуч-сессий
- 3) наличие практических навыков и опыта разрешения вопросов и проблем в определенной области, а именно в той, в которой он предлагает свои услуги
- 4) наличие свободного времени и денежных средств

3. Процесс общения заключается в:

- 1) приобретении навыков для ведения бизнеса
- 2) налаживании связей между различными регионами
- 3) налаживании контактов между отдельно взятыми людьми
- 4) нахождении “общего языка” между субъектами

4. Стилистический барьер общения возникает:

- 1) из-за неприязни или недоверия к коммуникатору
- 2) из-за несоответствия стиля речи и ситуации общения
- 3) из-за непонятной или неправильной логики рассуждений
- 4) из-за различного возраста коммуникаторов

5. Методика раскрытия потенциала личности для максимизации собственной производительности и эффективности - это...

- 1) Тренинг
- 2) Конференция
- 3) Семинар
- 4) Коучинг

Тест по разделу № 3 «Польза группового онлайн-консультирования»

1. Это самостоятельная форма группового консультирования, основная задача которой – создание нового состояния группы, в котором проблемы участников получают новое освещение.

- 1) Тренинг
 - 2) Конференция
 - 3) Семинар
 - 4) Индивидуальное консультирование
2. «Раскрой» тренинга: К—Р—И расшифровывается:

- 1) концепт-ресурс-инструмент
- 2) кооперация-ресурс-итог
- 3) клиент-работа-искусство
- 4) кто-рискнет-исправится

3. Эти методы работы бизнес-тренинга используются для раскрытия причинно-следственных связей, анализа процессуальных характеристик в группе внутренней структуры и взаимосвязей, планирования, развития и ускорения динамических процессов в группе...

- 1) методы содержательной работы группы
- 2) методы структурирования
- 3) методы координатора
- 4) методы качественной работы группы

4. Нарастающее напряжение между участниками группы, усиление тревоги и защитного поведения, борьба за лидерство, сопротивление самораскрытию – характерны для:

- 1) первой стадии развития группы
- 2) второй стадии развития группы
- 3) третьей стадии развития группы
- 4) четвертой стадии развития группы

5. К какому направлению психотерапии относится клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса:

- 1) Психодинамическому
- 2) Эклектическому
- 3) Бихевиоральному
- 4) Экзистенциально-гуманистическому
- 5) Позитивному

2.4. Кадровое обеспечение программы.

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами,

имеющими, высшее базовое образование или среднее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемой модуля.

3. Список литературы

1. Аткинсон М. Четыре типа мышления: Принципы трансформации личности (Книга I) / Мэрилин Аткинсон, Питер Стефани; Пер. с англ. — М.: Альпина Паблишер, 2022 [Электронный ресурс]: <https://znanium.com/read?id=418087>
2. Дерби Э. Психология управления изменениями: Семь главных правил / Эстер Дерби; Пер. с англ. — М.: Альпина Паблишер, 2020. — 200 с. [Электронный ресурс]: <https://znanium.com/read?id=368809>
3. Иванов А., Шедина С. Аутентичная коммуникация: Практика честного и бережного общения / Алексей Иванов, Света Шедина. — М.: Альпина Паблишер, 2022. — 204 с. [Электронный ресурс]: <https://znanium.com/read?id=41792>
4. Измайлова М. А. Деловое общение: Учебное пособие / М. А. Измайлова. — 6-е изд., стер. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и к^о», 2021. — 252 с. [Электронный ресурс]: <https://znanium.com/read?id=370986>
5. Матяш Н. В. Проблемы современной психодиагностики личности: теория и инструментарий: учебное пособие / Н. В. Матяш, Т. А. Павлова. — Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. — 172 с. [Электронный ресурс]: <https://znanium.com/read?id=425190>
6. Малышев, К. Б. М20 Психология управления: учебное пособие / К. Б. Малышев, О. А. Малышева, А. Н. Баламут. - Москва; Вологда: Инфра-Инженерия, 2022. -160 с.: ил., табл. [Электронный ресурс]: <https://znanium.com/read?id=417157>
7. Е. И. Красильникова, О.А. Донских Основы личностной и коммуникативной культуры: культура и личность: учебное пособие /

коллектив авторов; под ред. С.В. Кущенко. – Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2018. – 62 с.

8. Риски интернет-коммуникации детей и молодежи: учебное пособие /под общ. ред. Н. Ю. Лесконог, И. В. Жилавской, Е. В. Бродовской. – Москва: МПГУ, 2019. – 80 с. [Электронный ресурс]: <https://znanium.com/read?id=375250>

Ознакомиться с учебной литературой вы можете перейдя по ссылке <https://znanium.com/my/my-book>. Логин для входа olgasalimova125
пароль: 123456qwerty

Практические задания

Тема1. Практическое задание 1.

Практическое задание № 1 по разделу «Выбор психолога-консультанта. Профессия и личность специалиста»

Содержание задания	Составление памятки с этическими требованиями к психологу- консультанту
Требования к структуре и содержанию	Составить памятку с этическими требованиями к психологу-консультанту не менее 10 пунктов. Работу представить в свободной форме в виде текста.
Критерии оценивания	Представлена памятка с этическими требованиями к психологу- консультанту не менее 10 пунктов.
Оценка	Представлена памятка (не менее 10 пунктов) – 8 баллов Представлена памятка (5–7 пунктов) – 5 баллов Отсутствие работы – 0 баллов

Тема 2. Практическое задание 1

Практическое задание № 1 по разделу «Специфика коммуникаций в онлайн»

Содержание задания	Проанализируйте сценарий психологической консультации в онлайн-формате, опишите любую из техник распознавания и анализа барьеров в деловой коммуникации. Сценарий проведения онлайн-консультации: 1) Продолжительность онлайн-консультации. Консультативная беседа со взрослым человеком должна длиться: от 50 минут до одного часа. Продолжительность беседы может изменяться в зависимости от возраста клиента. Беседа с 5-7-летним ребенком не должна длиться более 20 минут, с 8-12-летним — около 30 минут, а с детьми старше 12 лет консультативная беседа может продолжаться до 1 часа. 2) Решение задач. На онлайн-консультации должны быть решены следующие задачи: 1. Выслушивание клиента. 2. Облегчение эмоционального состояния клиента. 3. Принятие клиентом ответственности за происходящее с ним. 4. Помощь психолога в определении того, что именно и как можно изменить в ситуации, учитывая техники распознавания и анализа барьеров в деловой коммуникации.
--------------------	---

	3) Установление “рабочего” альянса. Необходимо вначале консультирования установить так называемый “рабочий альянс”, “рабочий альянс” на ранней фазе консультирования должен включать 3 компонента: 1. Общая цель 2. Единые задачи 3. Развитие личной связи (между клиентом и консультантом). 4) Стадии и техники онлайн-консультации: 1-я. Установление контакта: уточнение, перефразирование (пересказ) 2-я. Сбор информации и осознание желаемого результата (поиск «задачи») – выслушивание (нерефлексивное слушание), уточнение, перефразирование (пересказ), отражение чувств, резюмирование. 3-я. Перебор гипотез, решающих «задачу», и выработка альтернативных решений – дальнейшее развитие мыслей, конфронтация, интерпретация, информирование. 4-я. Обобщение результатов взаимодействия с клиентом (решение «задачи») и выход из контакта резюмирование.
Требования к структуре и содержанию	Ответ представлен в свободной форме в виде текстового документа, объем ответа от 4 страниц. В ответе должна прослеживаться логика и аргументированность.
Критерии оценивания	Приведен анализ сценария психологической консультации в онлайн-формате с описанием одной из техник распознавания и анализа барьеров в деловой коммуникации.
Оценка	Выполнены все 4 пункта – 8 баллов Выполнено 2-3 пункта -5 баллов Отсутствие работы -0 баллов

Тема 2. Практическое задание 2

Практическое задание № 2 по разделу «Коучинг как часть онлайн –консультирования»

Содержание задания	Сделайте анализ сценария коучинговой онлайн – сессии. Обоснуйте необходимость применения упражнения «Мозговой штурм» в онлайн-формате. Сценарий проведения онлайн-консультации: 1) Продолжительность онлайн-консультации. Консультативная беседа со взрослым человеком должна длиться: от 50 минут до одного часа. Продолжительность беседы может изменяться в зависимости от возраста клиента. Беседа с 5-7-летним ребенком не должна длиться более 20 минут, с 8-12-летним — около 30 минут, а с детьми старше 12 лет консультативная беседа может продолжаться до 1 часа. 1. Решение задач. На онлайн-консультации должны быть
--------------------	--

	решены следующие задачи 2. Выслушивание клиента. 3. Облегчение эмоционального состояния клиента. 4. Принятие клиентом ответственности за происходящее с ним. 5. Помощь психолога в определении того, что именно и как можно изменить в ситуации с применением упражнения «Мозговой штурм». 2) Установление “рабочего” альянса. Необходимо вначале консультирования установить так называемый “рабочий альянс”, “рабочий альянс” на ранней фазе консультирования должен включать 3 компонента: 1. Общая цель 2. Единые задачи 3. Развитие личной связи (между клиентом и консультантом). 3) Стадии и техники онлайн-консультации: 1-я. Установление контакта: уточнение, перефразирование (пересказ) 2-я. Сбор информации и осознание желаемого результата (поиск "задачи" выслушивание (нерефлексивное слушание), уточнение, перефразирование (пересказ), отражение чувств, резюмирование 3-я. Перебор гипотез и технологий НЛП, решающих "задачу", и выработка альтернативных решений - дальнейшее развитие мыслей, конфронтация, интерпретация, информирование. 4-я. Обобщение результатов взаимодействия с клиентом (решение "задачи" и выход из контакта, резюмирование.
Требования к структуре и содержанию	Ответ представлен в свободной форме в виде текстового документа, объем ответа от 4 рукописных страницы. В ответе должна прослеживаться логика и аргументированность.
Критерии оценивания	Сделан анализ сценария коучинговой онлайн – сессии в онлайн-формате, приведено обоснование применения упражнения «Мозговой штурм».
Оценка	Выполнены все 4 пункта – 8 баллов Выполнено 2-3 пункта -5 баллов Отсутствие работы -0 баллов

Тема 3. Практическое задание 1

Практическое задание № 1 по разделу «Групповые онлайн - консультации и психотерапия. Тренинговая группа»

Содержание задания	Проанализируйте сценарий проведения групповой терапевтической онлайн-сессии, опишите наиболее подходящую психофизиологическую экспресс-технику само регуляции и контроля стресса «разгрузка». Опишите способы самостоятельного использования экспресс-техники
--------------------	---

	само регуляции и контроля стресса «разгрузка». Сценарий проведения групповой онлайн-консультации: 1. Продолжительность онлайн-консультации. Групповая консультативная беседа со взрослыми людьми должна длиться: от 50 минут до одного часа. Продолжительность беседы может изменяться в зависимости от возраста клиента. Беседа с 5-7-летними детьми не должна длиться более 20 минут, с 8-12-летними — около 30 минут, а с детьми старше 12 лет консультативная беседа может продолжаться до 1 часа. 2) Решение задач. На онлайн-консультации должны быть решены следующие задачи: 1. Выслушивание клиентов по —очереди, определяемой по желанию клиентов. 2. Облегчение эмоционального состояния клиентов. 3. Принятие каждым клиентом ответственности за происходящее с ним. 4. Помощь психолога в определении того, что именно и как можно изменить в ситуации. 3) Установление “рабочего” альянса. Необходимо вначале консультирования установить так называемый “рабочий альянс”, “рабочий альянс” на ранней фазе консультирования должен включать 3 компонента: 1. Общая цель всей группы 2. Единые задачи всей группы 3. Развитие личной связи (между клиентом и консультантом и между каждым членом группы) 4) Стадии и техники онлайн-консультации: 1-я. Установление контакта: уточнение, перефразирование (пересказ) 2-я. Сбор информации и осознание желаемого результата (поиск "задачи") — выслушивание каждого члена группы (нерефлексивное слушание), уточнение, перефразирование (пересказ), отражение чувств, резюмирование. 3-я. Перебор гипотез, решающих "задачу", и выработка альтернативных решений - дальнейшее развитие мыслей, конфронтация, интерпретация, информирование. 4-я. Обобщение результатов взаимодействия с клиентами (решение "задачи") и выход из контакта, резюмирование.
Требования к структуре и содержанию	Ответ представлен в свободной форме в текстовом документе, объем ответа 3 рукописные страницы. В ответе должна прослеживаться логика и аргументированность.
Критерии оценивания	Составлен анализ проведения групповой терапевтической онлайн-сессии описана выбранная техника психофизиологической экспресс-техники само регуляции и контроля стресса «разгрузка».
Оценка	Выполнены все 4 пункта – 8 баллов Выполнено 2-3 пункта -5 баллов Отсутствие работы -0 баллов

Тема 3. Практическое задание 2

Практическое задание №2 по разделу «Приемы и упражнения для групповых тренингов»

Содержание задания	Анализ техник группового онлайн-консультирования
Требования к структуре и содержанию	Заполнение таблицы на основе проведения анализа техник группового онлайн-консультирования.
Критерии оценивания	Все столбцы таблицы заполнены в соответствии с требованиями.
Оценка	Таблица заполнена полностью в соответствии с требованиями – 8 баллов. Таблица заполнена частично (более 50 %)– 5 баллов. Отсутствие заполненной таблицы – 0 баллов Максимальный балл – 8 баллов, минимальный проходной – 5 баллов.

Образец практического задания

Прочитайте описание техник группового онлайн-консультирования.

Разыгрывание скетчей

Цель. Упражнение используется для отработки коммуникативных умений в группе, а также для овладения навыками высказывания и принятия обратных связей. Необходимое время: 1 час. Материалы: Нет. Подготовка: Специальной подготовки не требуется. Процедура: Три члена группы добровольно вызываются участвовать в упражнении. Каждый доброволец выбирает один из коммуникативных стилей, описанных семейным терапевтом Вирджинией Сатир (Satir, 1972). 1. Умиротворяющий - угождающий и соглашающийся человек, непрестанно извиняющийся и старающийся любой ценой не вызвать волнения. Умиротворяющий чувствует свою бесполезность, выглядит беспомощным. 2. Обвиняющий - противоположен умиротворяющему, упрекает, провоцирует, считает других виновными. Обвиняющий действует высокомерно и объясняет объективными причинами свои недостатки. Говорит громким, властным голосом, мышцы лица и тела напряжены. 3. Человек-компьютер - ультра рассудительный, спокойный, холодный и собранный человек, избегающий выражать чувства, демонстрировать эмоции и переживания. Говорит монотонно, абстрактно, выглядит негибким и зажатым. 4. Уводящий в сторону - высказывает нерелевантные и приводящие в недоумение суждения. Позы тела кажутся неуклюжими, интонации могут не соответствовать словам. Добровольцы, демонстрируя определенный коммуникативный стиль, включаются в дискуссию друг с другом. Остальные члены группы наблюдают взаимодействие; такая форма выполнения упражнения получила название "круглый аквариум". Через пять минут наблюдателей приглашают прокомментировать свое восприятие дискуссии. Затем добровольцы делятся с группой впечатлениями, возникшими в данной ситуации. Экспериментируя с альтернативными способами общения, участники могут научиться подходить друг к другу в более соответствующей и менее защитной манере. Теперь повторите процедуру с тремя новыми участниками. Постарайтесь дать каждому члену группы возможность поучаствовать хотя бы один раз. Другие коммуникативные умения могут быть исследованы в скетче в той же форме "круглого аквариума": несколько участников демонстрируют различные виды поведения, в то время как остальная группа наблюдает. Упражняйтесь в описании поведения, выбирая четверых или пятерых

участников, которые принимают на себя конкретные роли в изображаемом взаимодействии на данную тему. Руководитель может попросить одного 8 участника защищать позицию, прямо противоположную своей; другого - поддерживать доминирующего члена дискуссии; третьего - попытаться изменить тему дискуссии; четвертого - опровергнуть идеи доминирующего участника. Количество ролей, которые могут быть приняты, зависит только от вашего собственного воображения и воображения руководителя. Дискуссия между четырьмя или пятью участниками может предоставить группе данные для отработки умения описывать поведение, избегая ярлыков и приписывания мотивов. Продолжайте так до тех пор, пока каждый член группы не получит возможность принять участие в скетче.

Роли по решению задач и оказанию поддержки

Цель. В этом упражнении членов группы обеспечивают обратной связью относительно их обычного поведения во взаимодействии. Роли по решению задач и оказанию поддержки определяются для того, чтобы дать возможность участникам оценить свой вклад в группу. Участники узнают, какое поведение в группе представлено чрезмерно, а какое недостаточно. Необходимое время 1 час. Материалы: Описание поведения по решению задач и оказанию поддержки. Подготовка: Специальной подготовки не требуется. Процедура: участники группы рисуют в центре листа круги и «рассаживают» всех участников группы. Участникам дается следующая инструкция. Если вы находитесь во внутреннем круге, то в течение 15-20 минут ведите дискуссию. Подходит любая тема, но лучше всего - открытая. Во время дискуссии за вами будет наблюдать участник, находящийся во внешнем круге. Если вы находитесь во внешнем круге, отмечайте, как часто ваш партнер демонстрирует разные виды поведения по решению задачи или оказанию поддержки. Отмечайте, являются ли продуктивными или непродуктивными для целей группы эти виды поведения. Регистрируйте специфические непродуктивные виды поведения: избегание, смену тем, поиск признания, доминирование, агрессию, склонность к разрушительности или нерелевантности. Через 15-20 минут поделитесь с партнером своими наблюдениями относительно его поведения в группе. Затем, когда партнеры поменяются ролями, процесс повторяется. В заключение обсудите, с какой частотой и как распределяются в группе различные виды поведения по решению задач и оказанию поддержки.

Прочитав описание техник группового онлайн-консультирования, заполните таблицу.

№ п/п порядку	Отличительные характеристики	Разыгрывание скетчей	Роли по решению задач и оказанию поддержки
1.	По цели		
2.	По количеству участников		
3.	По временным рамкам		
4.	По форме подготовке к игре		
5.	По форме подготовки материалов, необходимых в ходе игры		
6.	Процедура проведения		
7.	«Плюсы» данной технологии		
8.	«Минусы» данной технологии		