

**Описание практики преподавания дисциплины «Практикум: Навыки психолога-консультанта (индивидуальное и семейное консультирование)»  
Департамента психологии факультета социальных наук**

Целью освоения дисциплины «Практикум: Навыки психолога-консультанта (индивидуальное и семейное консультирование)» является не только знакомство студентов с теоретическими основами психологического консультирования, но также формирование и отработка навыка психологического слуха, формирование умения планировать, проводить и анализировать сессии психологического консультирования, построения гипотез и формулирования первичного запроса клиента, а также адекватно применять психологические интервенции. Таким образом, данный практикум имеет важное значение в становлении психолога, является основополагающим в рамках личностного трека обучения.

Однако, известно, что обучение практическим дисциплинам имеет свою специфику, так как, с одной стороны, необходимы условия, приближенные к реальной профессиональной деятельности и не должны состоять в гипотетическом решении кейсов, с другой – реальные кейсы еще сложны для студентов, так как практические навыки еще формируются, поэтому практические ситуации должны быть контролируемы и предъявляться с постепенным усложнением – от тренировки одного из навыков (слушать, формулировать, строить гипотезы, обращать внимание на невербальные сигналы клиента, соблюдать структуру консультации, следить за сеттингом и т.п.) до отработки всех одновременно. Также следует учитывать этические особенности освоения практических навыков, в том числе, встречу студентов с внутренними страхами, установками и убеждениями, которые влияют на усвоение навыков, построение интерпретаций, развитие коммуникативной компетенции. Зачастую студенты сталкиваются с сопротивлением в работе с кейсами и симулированными клиентами (которое выражается в тревоге, злости, обиде, прокрастинации), так как их собственный опыт влияет на особенности восприятия ситуации. В случае, если это сопротивление не будет успешно преодолено, есть риск, что студент откажется от дальнейшей реальной практики, посчитав ее слишком сложной. Соответственно, дисциплина должна быть организована таким образом, чтобы был обеспечен мягкий вход в профессию, пространство для отработки всех навыков и подготовки студентов к самостоятельной работе в дальнейшем.

Отдельное внимание стоит обратить на то, что, хотя получение профессии психолога-консультанта и предполагает практико-ориентированный подход к занятиям (в том числе, активные методы обучения) формат обучения студентов консультированию под супервизией не используется в программах обучения бакалавриата, оставаясь прерогативой магистерских образовательных программ, а также отдельных психотерапевтических подходов. Отчасти это объяснимо несколькими причинами:

- Стандартизация содержания образования и организации процесса (жесткость расписания, обязательность оценивания, рейтингование и тп);
- Низкая вовлеченность практикующих специалистов в программу обучения бакалавров. Как следствие, разбор кейсов является скорее теоретико-академическим, чем реально практическим в формате здесь-и-сейчас;
- Высокие трудозатраты преподавателя: необходимость демонстрировать собственную работу с клиентами, обеспечивая психологическую безопасность для клиента в формате учебного включенного наблюдения, и, как следствие, необходимость обосновывать собственные интервенции (в частности, неудачные);

- Этические трудности: как было указано выше, содержание психологического консультирования часто сопряжено с субъективными болезненными переживаниями студентов. Однако, несмотря на содержание консультаций и личные затруднения, с которыми студенты сталкиваются в ходе дисциплины, преподаватель не может выступать ни в какой иной роли для студентов кроме преподавательской. Также он обязан оценивать студентов согласно критериям программы. Все это может приводить к диффузии ролей и к появлению «побочных поведенческих эффектов» - переносов ожиданий студентов на преподавателя, которые могут выражаться, например, в восприятии преподавателя как родительской фигуры, конкуренции, сопротивлении и отказе от участия в консультировании и т.п. Именно поэтому отдельной задачей преподавателя является постоянная рефлексия и супервизия с целью сохранения ролей и следования преподавательской этике, а также построение обратной связи студентам таким образом, чтобы таковая реакция помогала формировать профессиональную идентичность, указывала зону роста и помогала преодолеть возникшие трудности.

Таким образом, уникальность данной программы состоит в создании условий для овладения тонкими профессиональными навыками индивидуальной психологической работы в жестких образовательных условиях.

### **Способы организации практики преподавания**

Занятия проходят в подгруппах, темы курса разбиты на несколько блоков, которые построены по принципу воронки (углубления):

1. Теоретический блок, в котором предъявляются основные теоретические положения курса, а также происходит постановка индивидуальных целей и задач каждым студентом по освоению данного курса;
2. Работа с виртуальными кейсами (работа *in vitro*) – индивидуальная и групповая работа студентов с кейсами<sup>1,2</sup>, направленные на освоение навыка построения психологических интервенций, расширение репертуара коммуникативной компетентности студентов. На этом этапе гипотезы и интервенции сначала записываются каждым студентом, а затем предъявляются устно к групповому обсуждению.
3. Работа с реальными кейсами в режиме учебных консультаций (*in vivo*). Данная работа построена следующим образом: один из студентов занимает позицию психолога-консультанта и проводит учебную консультацию длиной 30-40 минут, клиентом становится любой желающий студент как из текущей учебной группы, так и из другой группы/потока, согласившийся на условия учебной консультации. Остальные студенты являются «аквариумом», то есть, наблюдают за ходом консультации, выполняя при этом индивидуальные задания, направленные на оценку тех или иных видов интервенций психолога-консультанта, его

---

<sup>1</sup> Ягнюк К.В., Жорняк Е.С., Калинин В.К., Микаэлян Л.Л., Хамитова И.Ю. Случай e-mail-консультации: жанр терапевтического письма с разных теоретических перспектив. Ежегодник по психотерапии и психоанализу 2012

<sup>2</sup> Ягнюк К.В., Абуховская Л.В., Головкина М.В., Земцева И.Г., Ильченко Ж.В., Манухина Н.М., Трепалина Н.Ю. Отклик на запрос клиента: вариации терапевтических вмешательств. Журнал практической психологии и психоанализа, №2, 2013.

особенностей установления и поддержания контакта с клиентом, построения гипотез и т.п. По ходу курса индивидуальные задания усложняются, давая тем самым возможность освоения навыка совмещения сразу нескольких видов деятельности психолога-консультанта: наблюдения, слушания, построения гипотез, своевременное предъявление психологических интервенций, отслеживания состояния клиента, удержания структуры консультации, отслеживание собственных эмоций и переживаний и т.п.

У студента, выступающего в роли психолога-консультанта есть возможность в любой момент взять time-out, то есть, приостановить консультацию и обсудить происходящее в консультации и/или запросить помощи как у группы, так и у преподавателя в случае, если он сомневается в собственных гипотезах, чувствует растерянность и не знает, куда двигаться дальше. Также преподаватель имеет право остановить и/или добавить свою интервенцию в ход консультации в случае, если студент растерялся или трудности клиента превосходят возможности консультанта. Именно возможность брать паузу является важным инструментом развития навыка психолога-консультанта (что отличает учебную консультацию от реальной). В момент растерянности, ступора или наоборот, излишнего углубления в гипотезу, пауза и наводящие вопросы преподавателя, также как обратная связь группы помогает студенту встретиться с собственными ограничивающими убеждениями («У меня не получится», «Я не знаю, что говорить дальше», «Я обязательно должен решить проблему клиента», «Если я что-то скажу, клиент обидится» и т.п.), переживаниями или мыслями, которые не дают ему эффективно работать с клиентом. Также это обеспечивает более мягкий вход в профессию, помогает избежать травматизации, связанной с неудачей при работе с другим человеком. После паузы, получив набор рекомендаций и, в том числе, вариантов интервенций, студент продолжает работу.

После завершения учебной консультации студент получает обратную связь от импровизированного клиента, от учебной группы в формате интервью, а также от преподавателя в виде супервизии его переживаний, успехов и неудач, а также точек дальнейшего роста и путей преодоления тревоги, возникающей в ходе проведения консультации. Таким образом, каждый студент получает возможность минимум одного раза проведения учебной консультации под руководством супервизора.

Обратная связь от преподавателя и других студентов формируется по методу «бутерброда»: сначала представляются успехи и достижения, затем – критика в позитивном ключе, а в конце – положительные итоги. Такая обратная связь дает возможность студентам преодолевать тревогу и сопротивление, возникающие при освоении новых навыков, а также поддерживает профессиональные успехи и мотивирует на дальнейшее развитие.

Занятия строятся таким образом, что все студенты проходят через учебную консультацию в роли психолога-консультанта. Таким образом, каждый студент получает обратную связь и индивидуальные рекомендации касательно освоения навыков психолога-консультанта.

4. Завершающий блок происходит в форме групповой обратной связи и рефлексии полученных навыков психолога-консультанта.

## **Способ взаимодействия преподавателя со студентами**

В рамках данной дисциплины преподаватель выступает в роли супервизора, мягко и аккуратно направляя студентов к развитию навыков психолога-консультанта. Также у каждого студента есть возможность обратиться как за супервизией в группе (по результатам проведения учебной консультации), так и за личной супервизией.

Такая позиция преподавателя-коллеги помогает создать на занятиях безопасную среду, в которой студенты не боятся ошибиться или попросить помощи, готовы предоставлять друг другу конструктивную обратную связь, формирует профессиональное сообщество, знакомое с форматом супервизии и интервизии, создает доверие к такому формату коллегиального взаимодействия.

## **Порядок оценивания работы студентов**

Преподаватель оценивает работу студентов на практических занятиях: активность в виде участия в дискуссии, предложение гипотез и интервенций на представленный кейс, обратная связь другим студентам при групповой работе, самостоятельное проведение консультаций под наблюдением.

Студент участвует в формировании данной оценки: в конце занятия студент сообщает субъективное ощущение собственной работы согласно критериям оценивания преподавателю. При этом преподаватель может ее корректировать, давая обратную связь общей активности студента на занятии. Это сделано для формирования у студента навыка профессиональной рефлексии собственных действий, понимания своего вклада и ресурсов при освоении навыков психолога-консультанта.

Критерии оценивания активности на занятии варьируются от 0 до 2 баллов:

0 баллов – не посетил занятие;

0,5 баллов – посетил занятие, однако не был включен в работу;

1 балл – средняя активность, студент несколько раз включался в работу;

1,5 балла – студент был достаточно активен на занятии;

2 балла – студент был максимально активен на занятии/проведение собственной учебной консультации под наблюдением/со-ведение консультации;

Также курс предусматривает проведение собственной учебной (экзаменационной) консультации, в рамках которой необходимо продемонстрировать все полученные на курсе навыки. Требования к учебной(экзаменационной) консультации: соблюдение этических основ консультирования, соблюдение сеттинга, использование психологических интервенций, демонстрация навыка рефлексии собственной деятельности. Студент сдает информированное согласие, аудиозапись, расшифровку и анализ проведенной консультации. Преподаватель предоставляет каждому студенту индивидуальную и обширную письменную обратную связь, акцентируя внимание на плюсах работы и дальнейших точках роста. Это помогает студенту понять и принять свои сильные стороны, на которые он сможет опираться в дальнейшем и зоны ближайшего развития, над которыми ему еще нужно будет поработать в дальнейшем в самостоятельной практике. Опыт показывает, что такая обратная связь помогает в становлении профессиональной субличности, а навык обращения за супервизорской поддержкой формирует здоровое, адекватное профессиональное сообщество, в котором психологи не просто не боятся обсуждать возникающие в практике трудности, а используют супервизию как дальнейший инструмент развития. Это важно в ситуации, когда российское психологическое сообщество еще не до конца сформировало навык обращения к коллегам за помощью (по сравнению с традицией западных коллег, где спорные и сложные кейсы выносятся на профессиональное обсуждение/консультации).

Таким образом, происходит повышение общего профессионализма сообщества и частной профессиональной ответственности.

Содержательная новизна предлагаемой модели состоит сразу в нескольких моментах:

- ознакомление студентов с основными видами психологических интервенций, которые влияют на раскрытие содержания переживаний клиента (Ягнюк, 2016);
- отработка навыка использования каждого вида интервенций *in vivo* и *in vitro* на виртуальных кейсах и в учебной консультации под руководством супервизора с возможностью брать *time-out* для того, чтобы выстроить гипотезу и выбрать направление и вид психологических интервенций;
- развитие “психологического слуха”, то есть навыка слышать логические искажения, а также болезненные переживания в речи клиента, развитие навыка построения и предъявления клиенту гипотез;
- углубление навыка построения контакта с клиентом и формирование коммуникативной компетентности психолога;
- получение каждым студентом позитивного опыта консультирования, интервизорской и супервизорской поддержки, а также формирование индивидуальных способов преодоления возникающих в консультировании трудностей, связанных с потерей ориентиров или возникающих внутренних конфликтов;
- возможность обратить внимание на внутренние переживания, которые являются в препятствиями для формирования адекватной профессиональной позиции и обсудить их в группе с построением дальнейших стратегий преодоления;
- возможность *практического* применения полученных знаний в ходе таких дисциплин как: «Практикум: Беседа в психологии», «НИС: Правовые и этические основы психологической практики», «Практикум: Диагностика в психологическом консультировании» непосредственно в «живой» консультации.

Такая организация дисциплины может быть успешно экстраполирована на иные практические курсы, которые предполагают отработку практических навыков взаимодействия с другими участниками коммуникации. Группа в данном случае становится площадкой для отработки, с одной стороны, и профессиональной поддержкой – с другой.

Таким образом, формат данного курса позволяет создать среду для развития профессиональной субличности индивидуально у каждого студента, сформировать навыки психолога-консультанта с опорой на индивидуальные особенности обучающихся, а также заложить навыки конструктивной и эффективной групповой профессиональной поддержки и поддержки супервизора.