

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kursovaya-rabota/345982>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Психологическое консультирование

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ КЛИЕНТОВ	5
1.1 Определение, цели и задачи психологического консультирования ..	5
1.2 Самопринятие как характеристика личности субъекта адаптации ...	10
ГЛАВА 2 ПРАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПРОБЛЕМ САМОПРИНЯТИЯ	16
2.1 Базовые навыки консультирования	16
2.2 Стадии процесса консультирования	24
2.3 Методы консультирования клиентов с проблемами самопринятия	31
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	34
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	36

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Самопринятие является центральной частью структуры личности, которая проявляется в позитивном отношении к себе и другим, адекватной самооценке и саморефлексии, чувстве собственного достоинства и осознании собственной ценности. Самопринятие - важная часть не только личностного роста, но и личного здоровья. То, как человек принимает себя, отражается на эффективности его общения, деятельности и психологическом благополучии. Следует отметить, что проблема самопринятия обычно изучалась как составная часть других концепций.

Многие российские исследователи рассматривали это в рамках концепций самоотношения и самооценки (Е.А. Орлова, Д.А. Леонтьев, В.М. Раева, В.Ф. Сафин, И.И. Чеснокова и др.). В отношении зарубежных исследователей многие также пошли по этому пути: самопринятие рассматривалось в контексте включения в общую структуру психической системы личности. (З. Фрейд, К. Хорни), идентичность (Э. Эриксон), самоупорядочение для уменьшения страха перед проступками (А. Бандура), подлинность (Р. Мэй, И. Ялом, Дж. Хорни), идентичность (Э. Эриксон), самоконтроль для уменьшения страха перед проступками (А. Бандура), подлинность (Дж. Бьюдженталь, И. Ялом, Р. Мэй), самопринятие через эго-концепцию (А. Маслоу, К. Роджерс). Несмотря на то, что в психологии накоплен большой объем теоретических и эмпирических данных об отношении к себе как объекту психологического анализа, проблема самопринятия редко рассматривается непосредственно (Е.Я. Рязанцева, Б.В. Столин, Р.С. Пантелеев, Н.К. Радина, М.А. Хазанова). Эти обстоятельства определяют актуальность выбранной темы исследования.

Изученность темы. В ходе своего исследования было установлено, что в настоящее время существует множество интересных и аналитических работ различных авторов, включая хореографов, преподавателей, посвященных этой теме, что позволило мне подробно проанализировать их, выделить наиболее важные аспекты по этому вопросу и систематизировать полученные данные.

Проблема исследования - выявить условия проведения психологического консультирования клиентов по проблеме самопринятия.

Объектом исследования является процесс проведения психологического консультирования клиентов по проблеме самопринятия.

Предметом исследования являются основы и принципы проведения психологического консультирования клиентов по проблеме самопринятия.

Цель исследования. Целью данной исследовательской работы является выявление благоприятных условий для проведения психологического консультирования клиентов по проблеме самопринятия.

Задачи работы. Для достижения цели курсовой работы необходимо решить несколько задач:

- рассмотреть определение, цели и задачи психологического консультирования;
- изучить самопринятие как характеристику личности субъекта адаптации;
- детально проанализировать базовые навыки консультирования;
- изучить стадии процесса консультирования;
- проанализировать методы консультирования клиентов с проблемами самопринятия.

Методология исследования. При написании этой курсовой работы были использованы следующие методы исследования: анализ литературы, изучение документов, наблюдение, описание, сравнение, обобщение, статистический анализ данных, моделирование.

Источниковая база. В качестве источников были использованы научные статьи, учебники по хореографии, статистика и интернет-ресурсы.

Структура работы. Курсовая работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ КЛИЕНТОВ

1.1 Определение, цели и задачи психологического консультирования

Имеются сложности, чтобы дать четкое понятие психологическому консультированию или четко указать сферу его применения, поскольку слово «консультирование» долгое время было общим термином для обозначения различных видов консультационной практики. Действительно, в каждой области, где используются психологические знания, консультирование в той или иной степени используется как форма работы. Консультирование включает в себя профессиональные консультации, образовательные, производственные консультации, консультации менеджеров и т.д. Психология консультирования является важной независимой областью психологической науки и практики, которая в настоящее время возникла под опекой психотерапии. Консультирование охватывает более широкий спектр психологических проблем, чем психотерапия (направленная вовнутрь). [12]

Консультирование и психотерапия сосредоточены на различных этапах взаимодействия психолога и клиента. Психотерапия - это длительный процесс реконструкции личности, характеризующийся глубокими изменениями в ее структуре. Консультирование - это, прежде всего, профилактическая, упреждающая помощь, которая предотвращает развитие нежелательных осложнений, при которых диагностика имеет особое значение. Консультирование отвергает концепцию болезни, то есть признает право человека на большую вариабельность поведенческих реакций и психических состояний как здоровых, а не болезненных проявлений. Основная функция психолога-консультанта заключается в предоставлении клиенту необходимой психологической информации и стимулировании его активности в работе над собой, что является одной из задач психотерапии. Обучение консультанта не направлено на глубокое овладение методами психотерапии. Некоторые авторы указывают, что психологическое консультирование - это «первичная психотерапия» (П. П. Горностай, С. В. Васьковская) или «начальный этап психотерапии» (В. Ю. Меновщиков). Также упоминается функция психолога-консультанта как посредника между клиентом и психотерапевтом.

Целью психологического консультирования является культурно продуктивный человек с чувством перспективы, который действует осознанно, способен разрабатывать различные стратегии поведения и анализировать ситуацию с разных точек зрения. Беседа с психологом должна помочь человеку решить проблемы и наладить межличностные отношения с другими. В целом, эффективность процесса консультирования связана с личным продвижением и ростом. По словам Скалли и Хопсона, консультирование преследует три основные цели: помочь другим в самосовершенствовании, способствовать личностному развитию клиента и создать здоровые микро- и макросистемы для функционирования отдельных лиц. В то же время они настаивают на том, что вторая цель является главной целью, и видят в ней ключ к эффективности консультирования. [8]

В процессе консультирования психолог обычно решает такие задачи: 1) помогает клиенту ориентироваться в собственных проблемах, найти направление, в котором он будет искать выход из сложной ситуации; 2) обновляет душевные силы и способности клиента и способствует поиску новых путей вносит вклад в решение проблем.

Соответственно, консультирование имеет два аспекта: диагностический и психотерапевтический. Чтобы решить диагностическую проблему, психолог должен провести всесторонний анализ необходимой информации о пациенте и его ситуации, а также выявить (идентифицировать) проблемы, которые побудили

его обратиться за помощью. Прежде всего, определяются причины и источники развития проблем клиента. Терапевтическая задача - это процесс оказания психологической помощи с использованием специальных приемов и техник. Она включает психологическую поддержку, оптимизацию психического состояния и обновление психологических ресурсов клиента, эффективность которых значительно выше, когда терапевтическая коррекционная работа основывается на результатах решения диагностической задачи, что помогает установить оптимальные формы помощи, адекватные данному конкретному случаю. Схема деятельности консультанта в целом выглядит следующим образом: выявление проблемы - диагностика — анализ фактов — план вмешательства — вмешательство в форме консультирования — оценка результатов совместной деятельности консультанта и клиента. [23]

Виды консультирования. Психотерапевтическая энциклопедия описывает следующие виды психологического консультирования:

1. Проблемно-ориентированное консультирование. Основное внимание здесь уделяется изменению поведения, анализу внешних причин проблемы. Цель работы с клиентом: сформировать и укрепить способность клиента действовать адекватно, управлять ситуацией, овладеть приемами, позволяющими лучше контролировать себя. Многие методы, используемые в этой области, взяты из поведенческой терапии.
2. Консультирование, ориентированное на личность. Оно основано на анализе индивидуальных, личностных причин проблемы, процессе складывания деструктивных личностных стереотипов и предотвращении таких проблем в будущем. Консультант здесь принципиально отказывается от консультирования и организационной помощи, поскольку это устраняет внутренние, более глубокие причины проблемы. Многие из техник, используемых в этом направлении, заимствованы из многочисленных психоаналитических и постпсихоаналитических течений западной психотерапии. В первую очередь к ним следует отнести методы гештальт-терапии, гуманистической психотерапии.
3. Консультации, ориентированные на решение. Основное внимание здесь уделяется привлечению собственных ресурсов клиента для решения проблемы. Представители этого подхода отмечают, что анализ причин проблемы неизбежно приводит к усилению у клиента чувства вины, что является препятствием для сотрудничества между консультантом и клиентом. Многие методы, используемые в этом подходе, основаны на краткосрочной позитивной терапии. [10]

Наиболее часто используемые методы при консультировании:

- «Положиться на прогресс». Был ли в последнее время период, когда проблема исчезла или значительно уменьшилась? Как ты думаешь, для чего? Что способствовало этому? Что мы все могли бы сделать, чтобы укрепить эти механизмы?
- «Фантазии о будущем». Когда проблема может быть решена? Что может способствовать этому? Мечтайте: если бы мы встретились с вами, когда все было хорошо, и спросили вас: «Что вам помогло?» Что бы ты ответил? Что еще могло бы вам помочь?

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамов Г.С. Практическая психология: учебник для студентов вузов. 6-е изд., перераб. и доп. М.: Академический проект, 2001. - 480 с.
2. Абрамова Г.С. Психологическое консультирование. Теория и опыт. - М.: Академия, 2001 - 240с.
3. Алёшина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. - Изд.2-е. - М.: Независимая фирма «Класс», 2000. - 208 с.
4. Алешина Ю.Е. Семейное и индивидуальное психологическое консультирование. М., 2004. - 458с.
5. Браун Дж, Кристенсен Д. Семейная психотерапия и семейное консультирование. М., 2001. - 364с.
6. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как опыт построения психотехнической системы // Гуманитарные исследования в психотерапии. М.: МГППУ, ПИ РАО, 2007. С.159-203.
7. Глэддинг С. Психологическое консультирование. - СПб.: Пи-тер, 2002. - 736 с.
8. Горностаев С.В. Актуализации элементов сознания клиента в процессе психологического консультирования // Прикладная юридическая психология, №1, 2009.
9. Гулина М.А. Основы индивидуального психологического кон-сультирования. СПб.: Изд-во С. - Петерб. ун-та, 2001. - 346с.
10. Донцов Д.А., Донцова М.В. Профессиональное (профориента-ционное) психологическое консультирование // Вестник Московского го-родского педагогического университета, №4, 2008.
11. Карabanова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: Учебное

пособие. - М.: Гардарики, 2004. - 320с.

12. Климов Е.А. Психолого-педагогические проблемы профессио-нальной консультации. - М.: АСТ, 2003. - 218с.
13. Колесникова Г.И. Психологическое консультирование. - М.: Феникс, 2006. - 283 с.
14. Коттлер Дж., Браун Р. Психотерапевтическое консультирова-ние. СПб.: Питер, 2001. - 424 с.
15. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. - М.: «Академический проект», 2009. - 154с.
16. Линде Н.Д. Психологическое консультирование: Теория и практика. - М.: Аспект Пресс, 2009. - 255 с.
17. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. - М.: Смысл, 2005. - 182 с.
18. Минигалиева М.Р. Психологическое консультирование: Теория и практика. - М.: Феникс, 2008. -
19. Нельсон-Джоунс, Ричард. Теория и практика консультирова-ния. - СПб.: Питер, 2001. - 464 с.
20. Немов Р. С. Психологическое консультирование. - М., 2003. - 294с.
21. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения: учебно-методическое пособие. - 2-е изд., стер. - М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2003.
22. Скоробогатова Н.А. Теоретические аспекты исследования об-раза процесса психологического консультирования у психолога-консультанта. // Вестник Екатеринбургского института. 2009. № 1. С.31-33.
23. Шаров А.С. Курс лекций по методологии и методам психоло-гических исследований. - Омск, 2003. - 286с.
24. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебное пособие для студентов высших учебных заве-дений. Серия «Серебряная сова». - М.: Ижица, 2002. - 224 с.
25. Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. - М., 2002. - 224 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kursovaya-rabota/345982>