

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/kontrolnaya-rabota/355458>

Тип работы: Контрольная работа

Предмет: Психологическое консультирование

ВВЕДЕНИЕ	3
1. Сущность консультирования по жизненным умениям.....	4
2. Основные положения консультирования по жизненным умениям	4
3. Нововведения консультирования по жизненным умениям	13
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	21
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	22

Консультирование по жизненным умениям, также называемое помощью в развитии жизненных умений или терапией жизненных умений, — это подход к консультированию, который сочетает в себе выводы и сильные стороны многих теоретических и практических подходов. Консультирование по жизненным умениям является целостным в том смысле, что оно интегрирует идеи из других подходов и повторно использует их в единое теоретическое целое. Этот подход также имеет некоторые уникальные особенности. Консультирование по жизненным умениям предполагает, что теория полезна как для клиента, так и для консультанта. По мере возможности консультанты по жизненным умениям знакомят клиентов с теорией жизненных умений.

Хотя консультирование по жизненным умениям все еще находится в зачаточном состоянии, оно выполняет три основные функции теории консультирования. Во-первых, консультирование по жизненным умениям обеспечивает концептуальную основу, в рамках которой консультанты могут систематически рассматривать вопросы, связанные с развитием человека и практикой консультирования. Во-вторых, оно предоставляет язык (словарь) для проведения консультационных бесед. В-третьих, консультирование по жизненным умениям можно рассматривать как набор исследовательских гипотез. Например, можно проанализировать процессы и результаты использования "языка жизненных умений" консультантами и клиентами во время консультирования, а также использование клиентами этого языка для поддержания навыков самопомощи после окончания консультирования.

Цель работы: рассмотреть сущность и особенности консультирования по жизненным умениям.

Задачи работы:

Изучить научную литературу по проблеме исследования;

Рассмотреть понятие консультирования по жизненным умениям;

Изучить основные цели и положения консультирования по жизненным умениям.

1. Сущность консультирования по жизненным умениям

Теория и практика консультирования по жизненным умениям была разработана в соответствии с высказыванием Альберта Эйнштейна "Все должно быть как можно проще, но не слишком".

Консультирование по жизненным умениям — это подход, направленный на то, чтобы помочь клиентам развить навыки самопомощи. Разработанный для удовлетворения потребностей большинства обычных людей, подход консультирования по жизненным умениям предполагает, что все люди приобретают и сохраняют сильные и слабые стороны жизненных умений¹.

Основные концепции этого подхода таковы:

1. многие проблемы людей, которые приходят на консультирование, отражают их историю обучения;

2. внешние факторы также вносят определенный вклад, но клиенты сохраняют свои проблемы в основном потому, что их мышление и поведенческие навыки недостаточно развиты;

3. консультанты работают лучше всего, когда они обучают клиентов соответствующим навыкам мышления и поведения в рамках поддерживающих отношений помощи;

4. основная цель консультирования по жизненным умениям - научить клиентов навыкам самопомощи. Обучаясь этим навыкам, клиенты смогут поддерживать и развивать соответствующие навыки мышления и поведения не только для того, чтобы справляться с текущими проблемами, но и для того, чтобы предотвращать и успешно решать будущие проблемы.

2. Основные положения консультирования по жизненным умениям

Биологическая и психологическая жизнь

Жизнь, как правило, рассматривается как биологическая концепция. Однако основным интерес консультантов по жизненным умениям представляет психологическая жизнь, а не биологическая. Поскольку психологическое существование происходит в рамках биологической жизни, эти два понятия

пересекаются. Биологическая жизнь может влиять на психологическую жизнь. Например, усталость может привести к негативным эмоциям. Психологическая жизнь также может влиять на биологическую жизнь. Это происходит, например, когда люди совершают самоубийство. Кроме того, лечение тяжелых физических заболеваний, таких как рак, требует внимания как к биологической, так и к психологической жизни.

Тело против души. Сущность психологической жизни заключается в душе, а не в теле.

Сознание и выбор в сравнении с животным существованием. По определению, вся биологическая жизнь — это животное существование. Органы, необходимые для поддержания человеческой жизни, полностью развиты с момента рождения. Органы способны получать энергию через дыхание и питательные вещества. Однако психологическая жизнь человека выходит за рамки животного существования. Она позволяет нам помнить прошлое, выбирать настоящее и планировать будущее. Психологическая жизнь — это не просто жизнь, а непрерывный процесс, в котором мы боремся за то, чтобы сделать выбор, который улучшит наше жизненное выражение.

Выражение жизни, а не ее ограничение. Психологическая борьба между жизнью и смертью пронизывает биологическую жизнь.

Здоровье против доступа к человеку. Главная цель биологической жизни - поддержание физического здоровья. Главная цель психологической жизни - достижение уровня человеческого развития. Психологическая жизнь — это способность использовать свое сознание для улучшения качества существования путем реализации своего уникального потенциала.

4. Абрамова Г. С. Практическая психология: Учебник для студентов вузов. — Изд. 6-е. — М.: Академический Проект, 2001. — 480 с.

5. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. — Брест, 1993.

6. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. — М., 1994. 567 с.

7. Болотова А.К., Макарова И.В. Прикладная психология: Учебник для вузов. — М.: Аспект Пресс, 2001. 383 с.

1. Когнитивно-бихевиоральный подход в психотерапии и консультировании: Хрестоматия / Сост. Т.В. Власова. - Владивосток: Гуманитарный институт МГУ им. адмирала Г.И. Невельского, 2002. 342 с.

8. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. — М. 1999. 489 с.

9. Меновщиков В.Ю. Введение в психологическое консультирование. М.: Смысл, 1998. 227 с.
10. Моховиков А.Н. Телефонное консультирование. — М.: Смысл, 1999. 578 с.
11. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М., 1994. 223 с.
2. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования - СПб.: Издательство «Питер», 2000. 590 с.
12. Немов Р.С. Основы психологического консультирования: Учеб. для студ. педвузов. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. — 528 с.
13. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической психологии. — М., 2000. 545 с.
14. Тобиас Л. Психологическое консультирование и менеджмент: взгляд клинициста. — М., 1999. 432 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/kontrolnaya-rabota/355458>