

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
кафедрой психологии
Т.А. Скробут
12.06.2025

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

к экзамену по учебной дисциплине «*Психологическое консультирование в спорте*» для студентов 4 курса *дневной* формы получения образования специальности 1-88 02 01-03 «*Спортивно-педагогическая деятельность (спортивная психология)*»
на 2025/2026 учебный год

Контроль осуществляется в форме устного ответа на вопросы с учетом рейтинговой системы.

1. Понятие психологической помощи, ее виды.
2. Становление психологической помощи как социального института.
3. Сходство и отличия психотерапии и психологического консультирования как видов психологической помощи.
4. Этические принципы деятельности консультанта.
5. Профессиональные качества эффективного психолога-консультанта.
6. Факторы, влияющие на процесс консультирования.
7. Принципы построения консультации.
8. Пятишаговая модель в консультировании.
9. Основные модели и направления психологического консультирования.
10. Теория классического психоанализа З. Фрейда.
11. Стадии психосексуального развития и типы регрессивного поведения.
12. Механизмы психологической защиты.
13. Техники классического психоанализа.
14. Достоинства и ограничения психоаналитического подхода.
15. Адлерианский подход в консультировании.
16. Система основных понятий: стиль жизни, чувство неполноценности, стремление к превосходству, социальный интерес.
17. Механизмы формирования комплекса неполноценности.
18. Этапы и техники работы с клиентом.
19. Достоинства и ограничения «адлерианского подхода» в психологическом консультировании.

20. Возможности использования идей и техник А. Адлера в консультировании спортсменов.
21. Теория и механизмы юнгианской модели консультирования.
22. Понятие архетипа.
23. Стадии и техники консультирования в подходе К.Г. Юнга.
24. Ознакомление с техниками арт-терапии и возможностями их использования в консультировании спортсменов.
25. Консультирование в рамках телесно-ориентированного подхода.
26. Основные положения учения В.Райха: психологический панцирь, мышечный панцирь, оргонная энергия.
27. Биоэнергетика А.Лоуэна.
28. Техники биоэнергетического анализа.
29. Основные теоретические положения бодинамики.
30. Эго-функции мышц.
31. Механизмы и техники бодинамики.
32. Возможности использования идей и техник телесно-ориентированного подхода в консультировании спортсменов.
33. Методологические основы телесно-ориентированного подхода направления работы с клиентом.
34. Бихевиоральный подход в психологическом консультировании.
35. Цель психологической помощи в рамках бихевиорального подхода.
36. Роль консультанта в рамках бихевиорального подхода.
37. Позиция клиента в рамках бихевиорального подхода.
38. Основные методы и техники работы в рамках бихевиорального подхода.
39. Достоинства и ограничения в рамках бихевиорального подхода.
40. Консультирование в рамках когнитивного подхода.
41. Когнитивное содержание эмоциональных расстройств: депрессии, тревожных и панических расстройств, фобии.
42. Процесс консультирования в рамках когнитивного подхода.
43. Позиция консультанта в рамках когнитивного подхода.
44. Роль клиента в рамках когнитивного подхода.
45. Этапы и техники работы с клиентом в рамках когнитивного подхода.
46. Возможности использования когнитивно-поведенческой модели в консультировании спортсменов.
47. Человеко-центрированный подход К.Роджерса в консультировании.
48. Цель работы с клиентом в рамках человеко-центрированного подхода.
49. Роль консультанта в рамках человеко-центрированного подхода.
50. Позиция клиента в рамках человеко-центрированного подхода.

51. Приемы, наиболее часто используемые в рамках клиент-центрированного подхода К.Роджерса.
52. Консультирование в гештальтподходе.
53. Основные невротические механизмы развития личности: слияние, интроекция, проекция, ретрофлексия и дифлексия.
54. Этапы и основные технические процедуры, используемые в гештальтподходе.
55. Достоинства и ограничения гештальтподхода.
56. Общая характеристика экзистенциальной концепции в консультировании (Р.Мэй, В.Франкл, И.Ялом).
57. Описание процесса и основных техник гештальтподхода.
58. Возможности использования идей и техник экзистенциально-гуманистического подхода в консультировании спортсменов.
59. Консультирование по вопросам карьеры и психологического сопровождения деятельности.
60. Теории развития карьеры.
61. Организация консультирования по вопросам карьеры.
62. Специфика карьерного консультирования в спорте.
63. Консультирование спортсменов на этапе завершения карьеры.
64. Консультирование по вопросам психического здоровья.
65. Психогигиена в спортивной деятельности.
66. Профилактика психосоматических заболеваний.
67. Консультирование спортсменов и тренеров в случае возникновения психического перенапряжения.
68. Консультирование спортсменов при восстановлении после травмы.
69. Консультирование спортсменов по вопросам употребления допингов и других психоактивных веществ.
70. Работа с депрессивными симптомами в процессе консультирования.
71. Страх как психологическая проблема.
72. Задачи и обязанности консультанта в рамках реабилитационного консультирования.
73. Организация онлайн-консультирования.
74. Основные задачи и обязанности консультантов.
75. Индивидуальная и групповая формы организации психологического консультирования.
76. Особенности группового консультирования в различных подходах.
77. Специфика консультирования спортивных групп.
78. Организация условий для консультирования. Этапы психологической консультации.
79. Установление первого контакта с клиентом.
80. Определение мотива посещения консультанта.
81. Анализ жалобы клиента. Виды жалоб.

82. Проблема доверия и эмпатии, вербальное и невербальное поведение в консультировании.
83. Основные способы сбора информации.
84. Микротехники внимания. Пассивное и активное слушание.
85. Способы построения вопросов. Сбор ключевых лингвистических конструкций.
86. Навыки наблюдения. Анализ невербального поведения клиентов.
87. Информация о реакции клиента на проблему, о картине мира клиента, об окружении.
88. Контракт в психологическом консультировании.
89. Выявление проблемной области и выдвижение консультативной гипотезы. Проверка гипотезы.
90. Основные методы воздействия в психологическом консультировании.
91. Поиск позитивного в высказываниях клиента. Работа с ресурсами.
92. Завершение отношений консультирования.
93. Выбор времени завершения. Проблемы завершения.
94. Постконсультационное сопровождение.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Алешина, Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю.А.Алешина.- М.: «Академический проект», 2000.- 327 с.
2. Глэддинг, С. Психологическое консультирование /С.Глэддинг. – СПб.: Питер, 2002. – 736 с.
3. Линде, Н.Д. Основы современной психотерапии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Д.Линде. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 208 с.
4. Олифинович, Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование / Н.И. Олифинович. – Минск: Тесей, 2005. – 264 с.
5. Юров, И.А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И.А. Юров. – М.: Советский спорт, 2006. – 163 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

6. Абрамова, Г.С. Практическая психология / Г.С.Абрамова. – М.: «Академический проект», 2001.– 480 с.
7. Бондаренко, А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф.Бондаренко. – М.: «Независимая фирма «Класс», 2001. – 335 с.
8. Бурлачук, Л.Ф. Основы психотерапии: учеб. пособие / Л.Ф.Бурлачук, И.А.Грабская, А.С.Кочарян. – Киев: Ника-Центр, М.: Алетейа, 1999. – 320 с.

9. Васьковская, С.В. Психологическое консультирование: Ситуационные задачи /С.В. Васьковская, П.П. Горностай. – Киев: Вища школа, 1996. – 192 с.

10. Горностай, П.Т. Теория и практика психологического консультирования: проблемный подход / П.Т.Горностай, С.В. Васьковская. – Киев: Наукова думка, 1995. – 128 с.

11. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования: Как давать и обретать душевное здоровье. Пер с англ. / Р.Мэй. – М.: Издательство «Независимая фирма «Класс», 2001. – 252 с.

12. Ялом, И.Д. Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы / И.Д. Ялом. – М.: Независимая фирма «Класс», 1997. – 288 с.

Рассмотрены на заседании кафедры протокол №17 от 12.06.2025