

18

Подписано электронной подписью:

Вержицкий Данил Григорьевич

Должность: Директор КГПИ Кемерово

Дата и время: 2025-04-23 00:00:00  
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210c40e75e03e5186d116436

Кемеровский  
государственный  
университет

Кемеровский гуманитарно-педагогический институт  
федерального государственного бюджетного  
высшего образования  
«Кемеровский государственный университет»  
654027, г. Новокузнецк, пр-т Пионерский, 13

— 1939



Факультет психологии  
и педагогики

Кафедра психологии и общей педагогики

*Лучшева Людмила Михайловна*

## **ТЕЛЕФОННОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ**

*Методические указания по дисциплине  
для обучающихся по направлению подготовки  
37.03.01 Психология, направленность «Практическая  
психология»*

Новокузнецк  
2023

Настоящие методические указания являются составной частью методического обеспечения учебной дисциплины «Телефонное консультирование» и содержат рекомендации по подготовке ко всем формам учебных занятий в образовательном процессе вуза.

Методические указания предназначены для студентов, обучающихся по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность «Практическая психология

Текст представлен в авторской редакции

**Лучшева Л.М.**

Телефонное консультирование: метод.указания по изучению дисциплины для студентов ф-та психологии и педагогики, обучающихся по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность «Практическая психология» / Л.М. Лучшева. – перераб. и доп. - Кузбасский гум-пед. инст. Кемеров. гос. ун-та.– Новокузнецк: КГПИ КемГУ, 2023. – 23с. – Текст : непосредственный.

Рекомендовано  
на заседании кафедры  
психологии и общей педагогики  
(протокол № 7 от 07.03.2023 г.)  
Заведующая кафедрой  
А.И. Алонцева

Утверждено  
методической комиссией  
факультета психологии и педагогики  
(протокол № 6 от 22.03.2023 г.)  
Председатель метод.комиссии  
О.С. Серёгина

## Оглавление

Предисловие.....	4
1. Содержание курса.....	6
2. Рекомендации по подготовке к занятиям.....	11
2.1 Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям .....	11
2.2 Рекомендации по подготовке к семинарским занятиям .....	13
3. Рекомендации по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы по дисциплине .....	14
3.1. Рекомендации студентам по подготовке к занятиям .....	14
3.2 Рекомендации студентам при подготовке к промежуточному контролю .....	15
3.3 Рекомендации по работе с литературой .....	19
3.4 Рекомендации по подготовке к тестированию .....	21
Список рекомендованной литературы.....	22

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Настоящие методические указания по учебной дисциплине «Телефонное консультирование» являются составной частью нормативно-методического обеспечения требований, предусмотренных ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология профиля подготовки «Практическая психология».

Методические указания направлены на освоение обучающимися общекультурных, общепрофессиональных, профессиональных, специализированных профессиональных компетенций, предусмотренных основной профессиональной образовательной программой высшего образования, в том числе учебным планом и рабочей программой дисциплины.

Телефонное консультирование как научная дисциплина – это совокупность специальных знаний по психологической работе с клиентом, в условиях ограниченного времени. В процессе изучения курса студенты знакомятся с этическим аспектом телефонной помощи, а также с принципами работы в службе «Телефон доверия»; получают представление о потенциальных абонентах службы экстренной психологической помощи и стратегии взаимодействия с каждым из них. В результате у студента, наряду с расширением и углублением области теоретических знаний, осуществляется подготовка к непосредственной практической работе с клиентом.

Дисциплина «Телефонное консультирование» реализуется в рамках специальности 37.03.01. Психология.

Цель дисциплины – формирование у студентов представлений о содержании, структуры и динамика процесса психологического консультирования, а также навыков проведения психологической консультации.

Задачи дисциплины:

– знание цели, задач, основных принципов (правил) психологического консультирования;

- содержание этапов процесса консультирования; основные методы и техники психологического консультирования;
- умение правильно осуществить первичный прием клиента, установить с ним контакт; заключить контракт, владеть навыками поддержания консультативного контакта;
- иметь представление о феноменах переноса, контрпереноса, сопротивления, о ловушках в консультировании;
- умение использовать различные техники и приемы психологического консультирования на разных стадиях.

Дисциплина изучается на пятом курсе в девятом семестре.

Объект дисциплины - человек как субъект психологической помощи.

Предмет дисциплины - социально-психологические характеристики (свойства, процессы и состояния) индивида как субъекта психологической помощи

В качестве формы промежуточного контроля знаний по дисциплине «Телефонное консультирование» предусмотрен зачет.

## **1. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **Раздел I. Теоретические основы телефонного консультирования**

#### **Тема лекционного занятия 1 «История возникновения телефонного консультирования за рубежом и в России»**

История возникновения телефонного консультирования за рубежом. История возникновения телефонного консультирования в России.

#### **Тема семинарского занятия 1 «История возникновения телефонного консультирования за рубежом и в России»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

#### **Тема лекционного занятия 2 «Цели и задачи, принципы, этика телефонного консультирования»**

Цели и задачи телефонного консультирования. Отличие телефонного консультирования от других видов терапевтической практики. Основные причины обращения за консультацией. Основные принципы работы и этика телефонной помощи. Модель обучения консультантов на основе опыта. Феномен «сгорания» у телефонных консультантов.

#### **Тема семинарского занятия 1 «Цели и задачи, принципы, этика телефонного консультирования»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

### **Раздел II. Стадии консультативного процесса**

#### **Тема лекционного занятия 1 «Стадии консультационного процесса и их характеристика»**

Стадии консультационного процесса с подробным разбором и анализом. Прояснение проблемного пространства. 5 элементов работы с проблемным пространством.

**Тема семинарского занятия 1 «Стадии консультационного процесса и их характеристика»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Тема семинарского занятия 2 «Прояснение проблемного пространства и алгоритм работы с проблемным пространством»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Тема лекционного занятия 2 «Техники установления и завершения контакта»**

Психологический контракт. Требования к контракту. Завершение разговора. Техники способствующие и не способствующие установлению контакта. Понятие «присутствия». 3 аспекта присутствия. Ловушки консультирования. Треугольник спасательства. Разделение ситуации, проблемы и запроса на работу.

**Тема семинарского занятия 1 «Техники установления и завершения контакта»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

### **Раздел III. Психология кризиса**

**Тема лекционного занятия 1 «Понятие кризиса и кризисное состояние»**

Понятие кризиса. Кризисное состояние. Виды кризисов.

**Тема семинарского занятия 1 «Понятие кризиса и кризисное состояние»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Тема семинарского занятия 2 «Трехстадийная модель кризисной эрозии»**

**Форма организации занятия** (тематическая дискуссия, конференция, деловая игра, тематические задания по подгруппам, и т.д.)

**Тема лекционного занятия 2 «Психологическое консультирование в острой кризисной ситуации. Кризисная интервенция»**

Трехстадийная модель кризисной эрозии. Психологическое консультирование в острой кризисной ситуации. Кризисная интервенция.

**Тема семинарского занятия 1 «Психологическое консультирование в острой кризисной ситуации. Кризисная интервенция»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

#### **Раздел IV. Психология горя**

**Тема лекционного занятия 1 «Горе и его общие характеристики. Виды утрат»**

Горе. Виды утрат. Общие характеристики горя.

**Тема семинарского занятия 1 «Горе и его общие характеристики. Виды утрат»**



**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Тема лекционного занятия 2 «Этапы проживания горя. Признаки осложненного горя»**

Этапы проживания горя. Цель «работы горя». Осложненное горе. Признаки осложненного горя.

**Тема семинарского занятия 1 «Этапы проживания горя. Признаки осложненного горя»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Тема лекционного занятия 3 «Консультирование клиентов в остром горе»**

Консультирование клиентов в остром горе.

**Тема семинарского занятия 1 «Консультирование клиентов в остром горе»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Раздел V. Смерть как психологическая проблема**

**Тема лекционного занятия 1 «Общие черты суицидентов»**

Суицид. Общие черты, свойственные всем без исключения суицидентам.

**Тема семинарского занятия 1 «Общие черты суицидентов»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Тема лекционного занятия 2 «Этапы суицидального поведения»**

Этапы суицидального поведения. Группы риска. Основные мотивы суицидального поведения.

**Тема семинарского занятия 1 «Этапы суицидального поведения»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Тема лекционного занятия 3 «Консультирование суицидальных клиентов»**

Консультирование суицидальных клиентов. Суицидальное поведение у детей и подростков. Факторы риска.

**Тема семинарского занятия 1 «Консультирование суицидальных клиентов»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

**Раздел VI. Психология аддикции**

**Тема лекционного занятия 1 «Консультирование зависимых клиентов»**

Зависимости. Виды зависимостей. Особенности зависимых клиентов.

**Тема семинарского занятия 1 «Консультирование зависимых клиентов»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

## **Тема лекционного занятия 2 «Консультирование клиентов употребляющих психоактивные вещества»**

Причины употребления психоактивных веществ. Особенности консультирования клиентов употребляющих психоактивные вещества.

## **Тема лекционного занятия 3 «Консультирование алкоголезависимых клиентов, клиентов с игровой зависимостью»**

Алкоголизм. Причины алкоголизма. Стратегия и тактика консультирования алкоголезависимых клиентов. Принципы работы с алкоголезависимыми. Игровая зависимость. Причины игровой зависимости. Стратегия и тактика консультирования клиентов с игровой зависимостью. Принципы работы с игровой зависимостью.

## **Тема семинарского занятия 1 «Консультирование алкоголезависимых клиентов, клиентов с игровой зависимостью»**

**Форма организации занятия:** тематическая дискуссия по заранее заданным вопросам

## **2. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЗАНЯТИЯМ**

### **2.1 РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЛЕКЦИОННЫМ ЗАНЯТИЯМ**

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Именно

поэтому контроль над систематической работой студентов всегда находится в центре внимания кафедры.

Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;

- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;

- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях. Не оставляйте «белых пятен» в освоении материала.

- студенты, присутствующие на лекционном занятии, обязаны не только внимательно слушать преподавателя кафедры, но и конспектировать излагаемый им материал. При этом конспектирование материала представляет собой запись основных теоретических положений, излагаемых лектором. Конспектирование лекций дает студенту не только возможность пользоваться записями лекций при самостоятельной подготовке к семинарам и зачету (экзамену), но и глубже и основательнее вникнуть в существо излагаемых в лекции вопросов, лучше усвоить и запомнить материал.

- для студента важно выработать свой стереотип написания слов, однако по возможности надо стараться избегать различных ненужных сокращений и записывать слова, обычно не сокращаемые, полностью. Если существует необходимость прибегнуть к сокращению, то надо употреблять общепринятые со-

кращения, так как произвольные сокращения по истечении некоторого времени забываются, и при чтении конспекта бывает, в связи с этим, очень трудно разобрать написанное.

– студент, пропустивший занятия (независимо от причин), рекомендуется не позже чем в 10-дневный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, излучавшейся на занятии. Студенты, не отчитавшиеся за каждое пропущенное занятие к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

При наличии «специфических» форм проведения лекционных занятий прописываются особые требования к подготовке, с обязательным указанием темы данного занятия.

## **2.2 РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К СЕМИНАРСКИМ ЗАНЯТИЯМ**

Готовясь к семинарскому занятию необходимо повторить материал лекции по теме, изучить рекомендованную литературу.

Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет

составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретается практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

**Критерии оценки устного выступления** (от 1 до 2 баллов за одно занятие):

1 балл – ответ на вопрос преподавателя по содержанию выступления других студентов, формулирование вопросов выступающим по содержанию выступления

2 балла – выступление по основному вопросу семинара, основанное на самостоятельном анализе научно-исследовательской литературы (работы одного или нескольких авторов).

### **3. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

#### **3.1. РЕКОМЕНДАЦИИ СТУДЕНТАМ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЗАНЯТИЯМ**

Самостоятельная работа студентов по изучению дисциплины *«Телефонное консультирование»* включает в себя следующие элементы:

- умение слушать и записывать лекции;
- работу с научной литературой;
- подготовку к семинарским занятиям и активное участие в них;
- подготовку доклада, реферата;
- выступление с докладом, рефератом на семинаре;

- подготовку к сдаче зачета.

**Самостоятельные работы** располагаются на сайте НФИ КемГУ (раздел Главная / Образование / Образовательные программы юридический факультет / Направление подготовки 37.05.02 - Психология служебной деятельности / Методические и иные документы /).

### **3.2 РЕКОМЕНДАЦИИ СТУДЕНТАМ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ПРОМЕЖУТОЧНОМУ КОНТРОЛЮ**

Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учетом контрольных вопросов, разработанных ведущим преподавателем кафедры. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованные научные работы, соответствующие разделы рекомендованных учебников. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на контрольные вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед зачетом за счет обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях. Нельзя ограничивать подготовку к зачету простым повторением изученного материала. Необходимо углубить и расширить ранее приобретенные знания за счет новых идей и положений. Результат по сдаче зачета объявляется студентам, вносится в экзаменационную ведомость. Незачет проставляется только в ведомости. После чего студент

освобождается от дальнейшего присутствия на зачете. При получении незачета повторная сдача осуществляется в другие дни, установленные деканатом.

В качестве формы промежуточного контроля знаний по дисциплине «Телефонное консультирование» предусмотрен зачет.

Перечень вопросов для подготовки к зачёту:

1. Академическая и практическая психология: сравнительный анализ
2. Отличие телефонного психологического консультирования от психотерапии и психологической коррекции
3. Цели и задачи телефонного психологического консультирования
4. Основные направления и виды телефонного психологического консультирования
5. Виды слушания, их краткая характеристика
6. Основные теоретические подходы в психологическом консультировании
7. Методы телефонного психологического консультирования
8. Проблема ответственности консультанта и клиента
9. Основные этапы телефонного психологического консультирования
10. Принцип диалога в телефонном психологическом консультировании
11. Требования, предъявляемые к психологу-консультанту
12. Трудные клиенты. Понятие психологического манипулирования
13. "Синдром сгорания" психолога-консультанта
14. Уровни телефонной психологической консультации
15. Роль психологической диагностики в телефонном психологическом консультировании



16. Основные приемы и принципы ведения консультативной беседы.
17. Отношение к советам в телефонном психологическом консультировании
18. Особенности индивидуального консультирования
19. Особенности и принципы семейного консультирования и консультирования пар
20. Особенности и принципы психолого-педагогического консультирования
21. Техники консультирования по телефону
22. Стадии горя, консультирование клиентов на разных стадиях
23. Формирование и уточнение запроса
24. Диагностическое интервью
25. Тренинговые формы телефонного психологического консультирования
26. Классификация типов родителей в психолого-педагогическом консультировании
27. Проблема границ компетентности психолога-консультанта
28. Этика психолога-консультанта
29. Критерии эффективности консультации
30. Организационные проблемы телефонного психологического консультирования
31. История возникновения телефонной психологической службы
32. Основные психотехники телефонного диалога
33. Техники установления контакта
34. Техники завершения контакта
35. Понятие кризисной эрозии в телефонном консультировании
36. Стадии кризиса и особенности консультирования клиента переживающего кризис
37. Понятие кризисной интервенции в телефонном консультировании

38. Понятие горя и особенности консультирования клиента переживающего горе.

39. Виды утрат, работа с утратами в телефонном консультировании

40. Признаки «нормального» и осложненного переживания горя

41. Этапы переживания горя и работа с клиентами на разных этапах переживания горя

42. Особенности консультирования клиентов в остром горе

43. Понятие суицидального клиента, особенности его консультирования

44. Мотивы суицидального поведения, консультирование клиентов на разных этапах поведения

45. Консультирование подростков-суицидентов

46. Консультирование взрослых-суицидентов

47. Консультирование клиентов употребляющих алкоголь

48. Консультирование клиентов употребляющих наркотические вещества

49. Консультирование зависимых клиентов

50. Консультирование игроков

В билет для зачёта входит два теоретических вопроса и одно практическое задание на работу с частными проблемными ситуациями. В случае успешной сдачи зачёта студент получает 30 баллов.

**В зависимости от успеваемости студента в течение учебного семестра и на основании теоретического опроса выставляются:**

«зачтено» - ставится в случае, когда студент освоил весь объем программного материала, выделяет главное положение в изучаемом материале, не затрудняется при ответе на видоизмененные вопросы, свободно применяет полученные знания на практике, не допускает ошибки в изучаемом.

"не зачтено"- студент демонстрирует отдельные представления об изучаемом материале, но большая часть материала не усвоена. Допускает грубые ошибки или оказывается не в состоянии воспроизвести материал.

### **3.3 РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ**

Работа с литературой является важной составляющей самостоятельной внеаудиторной подготовки ко всем занятиям: семинарским, практическим, при подготовке к зачетам, экзаменам, тестированию, участию в научных конференциях.

Один из методов работы с литературой – повторение: прочитанный текст можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются.

Изучение научной учебной и иной литературы требует ведения рабочих записей. Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или развернутый план, тезисы, цитаты, конспект.

План – структура письменной работы, определяющая последовательность изложения материала. Он является наиболее краткой и потому самой доступной и распространенной формой записей содержания исходного источника информации. По существу, это перечень основных вопросов, рассматриваемых в источнике. План может быть простым и развернутым. Их отличие состоит в степени детализации содержания и, соответственно, в объеме.

Преимущество плана состоит в том, что план позволяет наилучшим образом уяснить логику мысли автора, упрощает понимание главных моментов произведения. Кроме того, он позволяет быстро и глубоко проникнуть в сущность построения произведения и, следовательно, гораздо легче ориентироваться в его содержании и быстрее обычного вспомнить прочитанное. С

помощью плана гораздо удобнее отыскивать в источнике нужные места, факты, цитаты и т.д.

Выписки представляют собой небольшие фрагменты текста (неполные и полные предложения, отделы абзацы, а также дословные и близкие к дословным записи об излагаемых в нем фактах), содержащие в себе квинтэссенцию содержания прочитанного. Выписки представляют собой более сложную форму записи содержания исходного источника информации. По сути, выписки – не что иное, как цитаты, заимствованные из текста. Выписки позволяют в концентрированной форме и с максимальной точностью воспроизвести наиболее важные мысли автора, статистические и даталогические сведения. В отдельных случаях – когда это оправдано с точки зрения продолжения работы над текстом – вполне допустимо заменять цитирование изложением, близким дословному.

Тезисы – сжатое изложение содержания изученного материала в утвердительной (реже опровергающей) форме. Отличие тезисов от обычных выписок состоит в том, что тезисам присуща значительно более высокая степень концентрации материала. В тезисах отмечается преобладание выводов над общими рассуждениями. Записываются они близко к оригинальному тексту, т.е. без использования прямого цитирования.

Аннотация – краткое изложение основного содержания исходного источника информации, дающее о нем обобщенное представление. К написанию аннотаций прибегают в тех случаях, когда подлинная ценность и пригодность исходного источника информации исполнителю письменной работы окончательно неясна, но в то же время о нем необходимо оставить краткую запись с обобщающей характеристикой.

Резюме – краткая оценка изученного содержания исходного источника информации, полученная, прежде всего, на основе содержащихся в нем выводов. Резюме весьма сходно по своей сути с аннотацией. Однако, в отличие от последней, текст резюме концентрирует в себе данные не из основного содержания исходного источника информации, а из его заключительной

части, прежде всего выводов. Но, как и в случае с аннотацией, резюме излагается своими словами – выдержки из оригинального текста в нем практически не встречаются.

Конспект представляет собой сложную запись содержания исходного текста, включающая в себя заимствования (цитаты) наиболее примечательных мест в сочетании с планом источника, а также сжатый анализ записанного материала и выводы по нему.

При выполнении конспекта требуется внимательно прочитать текст, уточнить в справочной литературе непонятные слова и вынести справочные данные на поля конспекта. Нужно выделить главное, составить план. Затем следует кратко сформулировать основные положения текста, отметить аргументацию автора. Записи материала следует проводить, четко следуя пунктам плана и выражая мысль своими словами. Цитаты должны быть записаны грамотно, учитывать лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Необходимо указывать библиографическое описание конспектируемого источника.

### **3.4 РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ТЕСТИРОВАНИЮ**

**При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:**

а) готовясь к тестированию, проработайте информационный материал по дисциплине. Проконсультируйтесь с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;

б) четко выясните все условия тестирования заранее. Вы должны знать, сколько тестов Вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.

в) приступая к работе с тестами, внимательно и до конца прочтите вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выберите правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов выпишите цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;

г) в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.

д) если Вы встретили чрезвычайно трудный для Вас вопрос, не тратьте много времени на него. Переходите к другим тестам. Вернитесь к трудному вопросу в конце.

е) обязательно оставьте время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

## **СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

### **Основная литература**

1. Немов, Р. С. Психологическое консультирование : учебник для академического бакалавриата / Р. С. Немов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2017. – 440 с. – (Бакалавр. Академический курс). – URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/9090A89C-7FC1-42D7-BA83-A50466EF9D46> – Текст : электронный.

### **Дополнительная литература**

1. Основы психологического консультирования : учебное пособие / О. О. Андронникова. – Москва : Вузовский учебник:

ИНФРА-М, 2013. – 415 с. – URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=342107> – Текст : электронный.

2. Ишкова, М. А. Основы психологического консультирования : учебно-методическое пособие / М. А. Ишкова. – Москва : ФЛИНТА, 2015. – 115 с. – URL : <http://e.lanbook.com/view/book/72650/> – Текст : электронный.