

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4

ТЕМА №6. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ВЗРОСЛЫХ

**Задание 1. Создайте «дорожную карту» психологического
консультирования**

1. Выберите один из рассмотренных в курсе подходов к консультированию (например, когнитивно-поведенческая терапия, клиент-центрированная терапия, гештальт-терапия).
2. Представьте себе, что к вам обратился клиент с конкретным запросом (например, тревога, депрессия, проблемы в отношениях).
3. Составьте «дорожную карту» сессии, включая:
 - ✓ Этапы сессии (например, знакомство, определение проблемы, разработка стратегии, работа с клиентом, завершение сессии).
 - ✓ Техники и методы, которые вы будете использовать на каждом этапе (например, вопросы, упражнения, техники релаксации, работа с мыслями и чувствами).
 - ✓ Возможные проблемы и стратегии их решения.
 - ✓ Ожидаемые результаты сессии.