



Основы консультативной психологии.dor_БАК_25-032-Б_250425

- 1 ... – это одна из отраслей практической психологии, которая направлена на оказание помощи людям в решении проблем, связанных с личной жизнью, профессиональной деятельностью, межличностными отношениями и личностным развитием
- 2 Расположите характеристики добрачного, супружеского и семейного консультирования в порядке перечисления в задании этих форм психологической помощи:
- 3 Установите соответствие основных этапов развития консультативной психологии на Западе и соответствующих им временных периодов:
- 4 ... консультирование – это подход, который включает работу с несколькими членами семьи, чтобы помочь им понять друг друга, улучшить коммуникацию и научиться взаимодействовать в сложных ситуациях
- 5 ... – это более глубокая и длительная форма психологической помощи, ориентированная на лечение психических заболеваний, эмоциональных расстройств, сложных личностных проблем и психических травм
- 6 ... консультирование – это подход, который может включать помощь в улучшении интимных отношений между супругами, решении финансовых вопросов между ними и других важных аспектах семейной жизни
- 7 ... консультирование помогает партнерам разобраться в их чувствах, ожиданиях и личных установках, а также обучает их навыкам общения и разрешения конфликтов, которые помогут избежать проблем в браке
- 8 Психолог-консультант в роли ... создает безопасную атмосферу, проявляет эмпатию
- 9 В отличие от западных стран, где консультативная психология начала развиваться в начале XX в., в СССР консультирование стало распространяться в ...
- 10 Говоря об основных различиях консультативной психологии от психотерапии, следует отметить, что ... (укажите 2 варианта ответа)





- 11) ... – это свод норм и принципов, направленных на обеспечение безопасности, доверия и уважения между консультантом и клиентом
- 12) Расположите описания таких основных этических принципов личностного консультирования, как конфиденциальность, безопасность и доверие, информированное согласие, в порядке их перечисления в задании:
- 13) Установите соответствие условий эффективности эмпатии в процессе консультирования и их описаний:
- 14) ... эмпатия – это способность воспринимать, понимать и уважать культурные различия других людей
- 15) ... – это способность понять и разделить чувства другого человека, воспринимать его переживания с позиции понимания, но без полного слияния с ними
- 16) ... – это ясность и точность в коммуникации между консультантом и клиентом
- 17) Установите соответствие профессионально значимых качеств, помогающих консультанту наладить доверительные и продуктивные отношения с клиентом, и их описаний:
- 18) ... в консультировании – стратегия, при которой консультант аккуратно и без осуждения указывает клиенту на противоречия или искажения в его восприятии или поведении
- 19) Помещение для консультации должно быть ... (укажите 2 варианта ответа)
- 20) Первичная ... – это первичное восприятие эмоций и переживаний клиента, когда консультант активно слушает, что клиент говорит, и стремится понять его чувства
- 21) ... проблема часто выявляется только после более глубокого анализа и работы с клиентом; скрытые или глубинные причины такой проблемы могут быть связаны с внутренними конфликтами, убеждениями или неосознаваемыми установками
- 22) Установите соответствие типов и соответствующих примеров проблем, лежащих в основе обращения клиента за психологической помощью:





- 23) Расположите представителей школ и направлений, в рамках которых разрабатывались теоретические подходы к пониманию психологической проблемы (поведенческий подход, когнитивно-поведенческая терапия, гуманистическая психология, классическая психоаналитическая школа), в порядке перечисления этих подходов в задании:
- 24) ... оценочная позиция – это крайний способ восприятия и оценки ситуации, людей или самого себя, при котором все воспринимаемые объекты или события делятся на две противоположности, не признавая промежуточных вариантов
- 25) Установите соответствие механизмов психологической защиты и их описаний:
- 26) ... – это механизм психологической защиты, при котором происходит попытка оправдать свои действия или эмоции с помощью логичных, но не всегда истинных объяснений, чтобы избежать осознания, что его поведение или чувства могут быть неприязненными или иррациональными
- 27) ... – это механизм психологической защиты, когда человек отказывается признавать реальность неприятных фактов или переживаний, которые вызывают у него стресс
- 28) ... – это период переоценки жизни, когда человек осознает, что молодость уходит, и что важно достигнуть значимых целей; в этот период люди сталкиваются с вопросами, связанными с реализацией собственных амбиций, воспитанием детей и поиском личного смысла
- 29) ... кризис – это период поиска самоидентификации, когда человек пытается понять, кто он такой, какие у него ценности и какова его роль в мире; это время поиска независимости, формирования индивидуальных целей и ориентации на личностный рост
- 30) В юношеском возрасте могут возникнуть проблемы ... – на этом этапе у молодого человека могут проявляться страхи по поводу будущего, связанные с ощущением того, что он не достиг того, чего ожидал
- 31) ... – это метод, который помогает клиенту переосмыслить негативные события или переживания, представив их в другом свете
- 32) Установите правильный порядок этапов консультирования в рамках общей модели:





- 33) ... – это метод, при котором консультант и клиент совместно генерируют для решения проблемы максимальное количество идей, без их оценки и критики на первых этапах
- 34) ... – это техника, при которой консультант повторяет сказанное клиентом своими словами
- 35) Направление психотерапии, основанное на работе с мышлением и поведением, – это ...
- 36) На этапе ... консультант и клиент подводят итоги работы, анализируют достигнутые результаты и обсуждают изменения, произошедшие в процессе консультирования
- 37) Цель метода ... – в том, чтобы установить контекст проблемы, понять, что из прошлого клиента могло повлиять на текущее состояние; метод включает сбор исторической информации о жизни клиента, что помогает консультанту понять, как развивалась проблема
- 38) ... представляет собой использование стандартизированных психодиагностических инструментов (такие как анкеты, тесты и личностные опросники) для сбора информации о личности, когнитивных и эмоциональных процессах клиента
- 39) Стандартизованное ... – это формализованный процесс сбора информации, когда консультант задает заранее подготовленные вопросы, чтобы получить информацию о клиенте
- 40) Установите соответствие техник фокусировки внимания и их характеристик:
- 41) Психологические ... – это внутренние препятствия, которые мешают сотрудникам и руководству организации воспринимать изменения, активно участвовать в процессе улучшения или даже вызывают сопротивление этим изменениям
- 42) ... консультирование помогает организациям преодолевать различные барьеры, включая психологические; одним из его ключевых аспектов является помощь в преодолении сопротивления изменениям
- 43) Расположите характеристики инструментов, которые используют консультанты в процессе управленческого консультирования (см. схему ниже), в порядке слева направо:
- 44) Для измерения результатов консультирования используются различные ..., включая анализ уровня вовлеченности сотрудников, оценку производительности труда, измерение уровня стресса и удовлетворенности работой





- 45) Обучение руководителей эффективному принятию решений и лидерству связано с таким направлением управленческого консультирования, как ...,
- 46) ... компетенции консультанта включают уверенность в себе, стрессоустойчивость, открытость и способность к саморефлексии
- 47) Установите соответствие видов управленческого консультирования и их характеристик:
- 48) Такой вид управленческого консультирования, как ..., ориентирован на внедрение новых технологий, переход к современным бизнес-моделям и адаптацию к меняющейся рыночной среде
- 49) ... компетенции консультанта включают в себя знания о методах и инструментах консультирования, таких как стратегический анализ, анализ данных и разработка рекомендаций
- 50) Такой элемент модели профессиональной компетенции консультанта, как ..., означает, что консультант должен быть объективным, честным и беспристрастным в своей работе
- 51) Установите соответствие основных целей деятельности организационного психолога и способов их достижения:
- 52) Первый этап консультирования – это сбор информации и ... текущего состояния организации или группы сотрудников
- 53) Такая цель деятельности организационного психолога, как ..., реализуется путем адаптации персонала к реструктуризации и внедрению новых технологий, а также минимизации сопротивления нововведениям
- 54) ... – это шаг формирования маркетинговой стратегии консультационных услуг, примером которого является предложение консалтинговой фирмы индивидуальных коучинг-сессий для руководителей вместо стандартных тренингов
- 55) Согласно международной классификации консультационных услуг, ... консультирование включает стратегическое планирование, организационное развитие, HR-консалтинг, управление инновациями
- 56) Согласно международной классификации консультационных услуг, ... помогает компаниям внедрять цифровые решения, разрабатывать соответствующие стратегии и автоматизировать бизнес-процессы





- 57) Расположите характеристики методов диагностики, используемых организационным психологом, в порядке перечисления этих методов в схеме ниже (слева направо):
- 58) Согласно международной классификации консультационных услуг, ... включает налоговое консультирование, аудит, управление капиталом, инвестиционные стратегии
- 59) Согласно отечественной классификации консультационных услуг, ... включает налоговое консультирование, корпоративное право, защиту бизнеса
- 60) ... – это шаг формирования маркетинговой стратегии консультационных услуг, который предполагает выделение преимуществ данных услуг, например, инновационных методов работы, гарантий результата или использования персонализированного подхода
- 61) Внутренний процесс, который побуждает человека к действию, направленному на достижение конкретных целей, – это ...
- 62) Установите соответствие методов, используемых в консультировании организаций, и их кратких характеристик:
- 63) ... – это метод, в котором консультант помогает группе людей (например, руководителям или сотрудникам) выработать решения или пройти через процесс обсуждения, не вмешиваясь напрямую в содержание обсуждения
- 64) ... связь – это важный метод, используемый в консультировании организаций, направленный на выявление зон роста сотрудников и команд; этот метод помогает сотрудникам понять, как их действия воспринимаются другими и какие изменения могут улучшить их эффективность
- 65) ... консультирование – это относительно молодая и быстро развивающаяся область психологической практики, направленная на улучшение функционирования организаций через влияние на психологические процессы внутри них
- 66) Материальное вознаграждение и социальное одобрение – это примеры ...
- 67) Интерес к работе, удовлетворение от ее результатов и ощущение собственной значимости – это примеры ... мотивации
- 68) Такой этап рефлексивно-деятельностного проектирования, как ..., предполагает внедрение разработанных решений в практику





- 69) Такой этап рефлексивно-деятельностного проектирования, как ..., предполагает разработку стратегии изменений с учетом организационных особенностей и возможностей сотрудников
- 70) Установите соответствие видов помощи, которую оказывает консультант в рамках деятельностного подхода как методологического основания консультирования, и содержания этих направлений деятельности консультанта:
- 71) ... – это процесс коллективного поиска идей и решений, в котором несколько людей, обладая разными компетенциями и подходами, совместно генерируют идеи и решают задачи
- 72) ... оценка персонала – это процесс, в ходе которого специалисты, включая психологов-консультантов, проводят анализ личных и межличностных характеристик сотрудников, их поведения в коллективе, а также взаимодействия с другими членами организации
- 73) ... группа – это команда специалистов, объединенных для выполнения конкретной задачи или проекта
- 74) Установите соответствие этапов формирования проектной группы и характеристик этих этапов:
- 75) Конфликты неизбежны в любом коллективе, но их исход зависит от стиля разрешения: ... конфликты порождают негативные эмоции, ухудшают коммуникацию и приводят к снижению мотивации сотрудников, а конструктивное разрешение конфликтов помогает выявить истинные причины разногласий и найти компромиссные решения
- 76) Работа с персоналом требует соблюдения определенных норм и принципов, обеспечивающих профессионализм и доверие к консультанту, – в частности, принцип ... предполагает учет индивидуальных особенностей сотрудников, их прав и личных границ
- 77) Согласно теории ожиданий В. Врума, ...
- 78) Расположите характеристики методов повышения мотивации сотрудников согласно схеме (см. рисунок ниже), в порядке слева направо:
- 79) ... – это метод оценки персонала, при использовании которого анализируются профессиональные качества и личностные характеристики, необходимые для успешного выполнения работы





- 80 ... – это метод оценки персонала, при использовании которого сотрудник получает обратную связь от руководителей, коллег, подчиненных и иногда от клиентов, что позволяет комплексно оценить его профессиональные и личностные качества
- 81 ... психология – это одна из отраслей практической психологии, которая направлена на оказание помощи людям в решении проблем, связанных с личной жизнью, профессиональной деятельностью, межличностными отношениями и личностным развитием
- 82 ... – это профессиональная деятельность, направленная на помощь человеку в решении личных, социальных или профессиональных проблем, связанная с активным вовлечением клиента в процесс поиска решений и изменений
- 83 Установите соответствие видов консультирования и их характеристики:
- 84 ... консультирование – это подход, который включает работу с несколькими членами семьи, чтобы помочь им понять друг друга, улучшить коммуникацию и научиться взаимодействовать в сложных ситуациях
- 85 ... консультирование – это подход, который может включать помощь в улучшении интимных отношений между супругами, решении финансовых вопросов между ними и других важных аспектах семейной жизни
- 86 Консультирование в клинике – это психологическая помощь ...
- 87 Установите соответствие роли психолога-консультанта и ее характеристики:
- 88 Установите соответствие вклада клиента в процесс психологического консультирования и того, что для этого требуется от клиента:
- 89 Говоря об основных различиях консультативной психологии от психотерапии, следует отметить, что ... (укажите 2 варианта ответа)
- 90 Расположите в хронологическом порядке основные этапы развития консультативной психологии на Западе (начиная с самого раннего этапа):
- 91 ... консультирования – это свод норм и принципов, направленных на обеспечение безопасности, доверия и уважения между консультантом и клиентом





- 92) Установите соответствие основных этических принципов личностного консультирования и описаний этих принципов:
- 93) Согласно такому этическому принципу, как ..., каждый клиент уникален, и эффективная консультативная работа невозможна без уважения к его особенностям
- 94) ... – это способность понять и разделить чувства другого человека, воспринимать его переживания с позиции понимания, но без полного слияния с ними
- 95) Установите соответствие условий эффективности эмпатии в процессе консультирования и их описаний:
- 96) ... эмпатия – это способность глубже интерпретировать скрытые чувства, мысли и мотивацию; данный уровень эмпатии требует от консультанта умения выявлять неочевидные аспекты проблемы и предоставлять клиенту новое понимание его ситуации
- 97) Расположите описания таких профессионально значимых качеств консультанта, как социальный интеллект, интенциональность, наблюдательность и аутентичность, в порядке их перечисления в задании:
- 98) Консультация обычно длится ..., но может варьироваться в зависимости от сложности проблемы
- 99) ... отношение – это основной принцип консультирования, заключающийся в принятии клиента без осуждения, уважении к его взглядам и переживаниям
- 100) Такое условие эмпатии в процессе консультирования, как ..., реализуется путем создание безопасного пространства, где клиент может свободно выражать эмоции без страха осуждения
- 101) ... проблема – это то, как клиент описывает свою трудность (это может быть поверхностное или даже искаженное представление о проблеме, которое клиент представляет консультанту)
- 102) Установите соответствие типов и соответствующих примеров проблем, лежащих в основе обращения клиента за психологической помощью:
- 103) Установите соответствие названий и описаний теоретических подходов к пониманию психологической проблемы в рамках различных школ и направлений:





- 104 ... психологической проблемы – это фактор или процесс, который запускает или способствует ее возникновению (например, подавленное желание, неразрешенная травма из детства или искаженные убеждения, которые влияют на поведение и эмоции человека)
- 105 Расположите характеристики таких механизмов психологической защиты, как проекция, регрессия и сублимация, в порядке перечисления этих механизмов в задании:
- 106 ... – это механизм психологических защиты, при котором происходит попытка оправдать свои действия или эмоции с помощью логичных, но не всегда истинных объяснений, чтобы избежать осознания, что его поведение или чувства могут быть неприязненными или иррациональными
- 107 ... – это механизм психологических защиты, когда человек отказывается признавать реальность неприятных фактов или переживаний, которые вызывают у него стресс
- 108 Расположите в хронологической последовательности кризисы развития, возникающие на основных стадии жизни человека:
- 109 ... кризис – это период, когда человек сталкивается с необходимостью принять взрослую идентичность и определиться с направлением своей жизни: выбор карьеры, партнера, собственной социальной роли; это период обретения самостоятельности, когда человек стремится найти свое место в жизни
- 110 Одна из проблем подросткового периода – ..., когда подростки могут проявлять агрессию, наркотическую или алкогольную зависимость, так как часто ищут способы справиться с внутренними переживаниями или протестуют против установленного порядка
- 111 ... – это гармония и взаимопонимание, которые достигаются между консультантом и клиентом
- 112 Установите соответствие способа сбора информации на соответствующем этапе общей модели консультирования и цели его применения:
- 113 Установите правильный порядок этапов консультирования в рамках общей модели:
- 114 Техника, при которой консультант повторяет сказанное клиентом своими словами, – это ...
- 115 ... – это техника, при которой консультант адаптирует свое поведение, стиль общения и даже язык в соответствии с клиентом





- 116) ... – это последний этап консультирования, на котором консультант помогает клиенту подвести итоги работы
- 117) ... – важный этап консультирования, в ходе которого консультант помогает клиенту увидеть различные варианты разрешения проблемы, выявить новые подходы и оценить их возможные последствия
- 118) Психологическое ... представляет собой использование стандартизированных психодиагностических инструментов (такие как анкеты, тесты и личностные опросники) для сбора информации о личности, когнитивных и эмоциональных процессах клиента
- 119) Установите соответствие техник фокусировки внимания и их характеристик:
- 120) ... – это техника, при которой консультант копирует (зеркалит) поведение, выражения лица или другие невербальные признаки клиента с целью усиления чувства взаимопонимания и создания доверительного контакта
- 121) ... – это процесс изменений, направленных на повышение эффективности и адаптивности организации
- 122) Психологическое ... организаций – это процесс, направленный на улучшение функционирования организации и ее сотрудников, решение организационных и индивидуальных проблем через применение психологических методов и техник
- 123) Установите соответствие инструментов, которые используют консультанты в процессе управленческого консультирования, и характеристик этих инструментов:
- 124) Развитие ... культуры – важная задача управленческого консультирования, так как именно это влияет на готовность сотрудников к изменениям
- 125) Установите соответствие основных направлений управленческого консультирования и содержания данных направлений:
- 126) Решение конфликтов и развитие командных компетенций связано с таким направлением управленческого консультирования, как ...
- 127) Расположите характеристики видов управленческого консультирования – стратегического, организационного и финансового консультирования – в порядке их перечисления в задании:





- 128) Такой вид управленческого консультирования, как ..., фокусируется на вопросах подбора, адаптации и мотивации сотрудников, а также на создании корпоративной культуры, способствующей продуктивности работы
- 129) ... компетенции консультанта включают в себя знания и навыки в области, в которой консультант работает, такие как стратегии управления, маркетинговые технологии или HR-управление
- 130) Согласно модели профессиональной компетенции консультанта, его ... – это способность консультанта понимать потребности клиента, уметь ставить правильные вопросы, анализировать запрос и предложить наиболее подходящее решение
- 131) ... консультирование направлено на повышение эффективности работы компании за счет решения психологических проблем, возникающих в процессе ее функционирования
- 132) Установите соответствие основных целей деятельности организационного психолога и способов их достижения:
- 133) Такая цель деятельности организационного психолога, как ..., реализуется через формирование ценностей и норм, направленных на укрепление командного духа, и мотивацию сотрудников
- 134) Установите соответствие различных методов диагностики состояния компании, которые использует организационный психолог, и характеристик этих методов:
- 135) Согласно международной классификации консультационных услуг, ... консультирование включает корпоративное, налоговое право и защиту интеллектуальной собственности
- 136) Установите соответствие тренинговых программ и соответствующих навыков сотрудников, на развитие которых направлены эти программы:
- 137) Установите соответствие видов организационного консультирования и коучинга и их характеристик:
- 138) Установите правильную последовательность этапов организационно-психологического консультирования:
- 139) ... – это шаг формирования маркетинговой стратегии консультационных услуг, который включает в себя эффективное использование маркетинговых инструментов, таких как сайт и SEO-продвижение, вебинары, конференции, профессиональные мероприятия, социальные сети и контент-маркетинг





- 140) Согласно отечественной классификации консультационных услуг, ... включает стратегическое планирование, корпоративное управление, бизнес-моделирование
- 141) ... – это внутренний процесс, который побуждает человека к действию, направленному на достижение конкретных целей
- 142) ... – это метод, в котором консультант помогает группе людей (например, руководителям или сотрудникам) выработать решения или пройти через процесс обсуждения, не вмешиваясь напрямую в содержание обсуждения
- 143) ... проектирование – это подход, который объединяет в себе элементы рефлексии (осознания, анализа) и деятельность
- 144) Установите соответствие методов, используемых в консультировании организаций, и их кратких характеристик:
- 145) ... – это важный метод, используемый в консультировании организаций, направленный на выявление зон роста сотрудников и команд; этот метод помогает сотрудникам понять, как их действия воспринимаются другими и какие изменения могут улучшить их эффективность
- 146) Материальное вознаграждение и социальное одобрение – это примеры внешней ...
- 147) Интерес к работе, удовлетворение от ее результатов и ощущение собственной значимости – это примеры ...
- 148) ... подход является одним из ключевых методологических принципов в организационно-психологическом консультировании; этот подход позволяет анализировать и развивать профессиональную деятельность сотрудников, выявлять барьеры, мешающие продуктивности, и разрабатывать стратегии их устранения
- 149) Установите соответствие видов помощи, которую оказывает консультант в рамках деятельностного подхода как методологического основания консультирования, и содержания этих направлений деятельности консультанта:
- 150) Такой этап рефлексивно-деятельностного проектирования, как ..., предполагает анализ текущей ситуации и осознание проблем и факторов, мешающих эффективной работе
- 151) Групповое ... – это процесс коллективного поиска идей и решений, в котором несколько людей, обладая разными компетенциями и подходами, совместно генерируют идеи и решают задачи





- 152) ... – это процесс, в ходе которого специалисты, включая психологов-консультантов, проводят анализ личных и межличностных характеристик сотрудников, их поведения в коллективе, а также взаимодействия с другими членами организации
- 153) В ряду практических методов, которые могут помочь повысить мотивацию персонала, – гибкий график и комфортные условия труда, предполагающие ...
- 154) Установите правильную последовательность этапов формирования проектной группы:
- 155) Оценка по ... – метод оценки персонала, при котором внимание фокусируется на тех качествах, знаниях и навыках, которые требуются для успешного выполнения работы
- 156) Работа с персоналом требует соблюдения определенных норм и принципов, обеспечивающих профессионализм и доверие к консультанту, – в частности, принцип ... предполагает защиту личных данных сотрудников и недопустимость разглашения информации без их согласия
- 157) Установите соответствие методов управления групповым творчеством и их описаний:
- 158) Установите соответствие основных теорий мотивации и их основных положений:
- 159) Установите соответствие методов оценки персонала и их описаний:
- 160) Согласно такому этическому принципу социально-психологической оценки персонала, как ..., консультант должен избегать предвзятости и личных предпочтений при анализе результатов
- 161) Иван и Мария собираются пожениться. У молодых людей есть определенные проблемы в отношениях: им бывает сложно уступать друг другу в бытовых мелочах, соблюдать личные границы. Ответственно относясь к вопросу создания семьи, они обратились за консультацией к психологу. Какая форма психологической помощи необходима Ивану и Марии?





- 162) В процессе психологического консультирования важную роль играют обе стороны – как психолог-консультант, так и клиент. Они взаимодействуют в партнерской модели, где каждая из сторон выполняет свою функцию для достижения цели – улучшения психоэмоционального состояния клиента, разрешения его проблем и достижения личностных изменений. Одна из ролей психолога-консультанта заключается в гарантии конфиденциальности при работе с клиентом. Назовите описанную роль психолога-консультанта.
- 163) В процессе психологического консультирования важную роль играют обе стороны – как психолог-консультант, так и клиент. Они взаимодействуют в партнерской модели, где каждая из сторон выполняет свою функцию для достижения цели – улучшения психоэмоционального состояния клиента, разрешения его проблем и достижения личностных изменений. Одна из ролей психолога-консультанта заключается в том, что он обучает клиента навыкам управления эмоциями, стрессом, коммуникацией. Назовите описанную роль психолога-консультанта.
- 164) Эффективные психотерапия и консультирование основаны на нескольких базовых установках, которые помогают наладить контакт между консультантом и клиентом и вести продуктивную работу. Приведем пример. На консультировании клиент Пётр, рассказывая о своих проблемах, винил себя во всех неудачах и ошибках. Консультант сказал ему о том, что он имеет право на ошибки – главное в том, как Пётр будет двигаться дальше, чтобы изменить сложившуюся ситуацию. «Я уверен, что у вас есть силы для изменений», подчеркнул консультант. О какой базовой установке консультирования и психотерапии идет речь в описанном примере? Опишите эту установку.
- 165) Эффективные психотерапия и консультирование основаны на нескольких базовых установках, которые помогают наладить контакт между консультантом и клиентом и вести продуктивную работу. Приведем пример. На консультации обсуждается проблема клиента Ивана с его заниженной самооценкой. Консультант предложил Ивану выполнить конкретное упражнение. После этого консультант сказал: «Давайте на следующей встрече обсудим три вещи, которые вам удалось достичь за последний месяц. Это поможет вам увидеть прогресс в ситуации с самооценкой». О какой базовой установке консультирования и психотерапии идет речь в описанном примере? Опишите эту установку.





- 166) Эффективные психотерапия и консультирование основаны на нескольких базовых установках, которые помогают наладить контакт между консультантом и клиентом и вести продуктивную работу. Приведем пример. Клиент Дмитрий говорит консультанту: «Я никогда не смогу справиться с этой задачей!». Консультант возражает Дмитрию, он говорит: «Мне кажется, вы видите эту задачу как непосильную, хотя у вас есть опыт разрешения подобных ситуаций. Давайте подумаем, какие шаги вы могли бы предпринять, чтобы справиться с этим». О какой базовой установке консультирования и психотерапии идет речь в описанном примере? Опишите эту установку.
- 167) Существует несколько основных теоретических подходов к пониманию психологической проблемы в рамках различных школ и направлений. В рамках одного из этих подходов психологическая проблема рассматривается как результат неправильных или неадаптивных поведенческих паттернов, сформированных через обучение и подкрепление. Психологическая помощь в этом контексте фокусируется на изменении поведения через положительное или отрицательное подкрепление. Назовите описанный подход.
- 168) Механизмы психологической защиты – это бессознательные процессы, с помощью которых человек пытается снизить тревогу, возникающую из-за конфликтов, стресса или угрозы самоуважению. Эти защитные механизмы помогают человеку избежать боли, связанной с определенными переживаниями, но при этом могут препятствовать конструктивному решению проблем и развитию личности. Приведем пример. Иван Иванов страдает от алкогольной зависимости. Однако он не хочет признавать наличие данной проблемы. Иванов утверждает, что он держит все под контролем – ему просто нравится отдыхать таким образом, и в любой момент он может перестать употреблять алкоголь. Назовите описанный механизм психологической защиты.





- 169) Механизмы психологической защиты – это бессознательные процессы, с помощью которых человек пытается снизить тревогу, возникающую из-за конфликтов, стресса или угрозы самоуважению. Эти защитные механизмы помогают человеку избежать боли, связанной с определенными переживаниями, но при этом могут препятствовать конструктивному решению проблем и развитию личности. Приведем пример. Пётр Петров объясняет свое игнорирование работы с терапевтом тем, что «у него просто нет на это времени». Реальная же причина заключается в страхе Петра перед тем, чтобы столкнуться со своими глубинными эмоциями. Поэтому он стремится оправдать свое поведение с помощью логичных, но не всегда истинных объяснений, чтобы избежать осознания истинного положения вещей. Назовите описанный механизм психологической защиты.
- 170) На данном этапе консультирования консультант и клиент совместно формулируют цели консультации, что помогает сфокусировать работу и добиться конкретных результатов. Главный принцип установления целей заключается в том, что они должны быть реалистичными, конкретными и измеримыми. Это могут быть как долгосрочные цели, так и краткосрочные шаги, которые приведут к решению проблемы. Также консультант должен учитывать ожидания клиента и адаптировать к ним процесс консультирования. Однако необходимо разъяснить клиенту, что решение проблемы может потребовать времени и усилий. Назовите описанный этап консультирования.
- 171) Чтобы консультирование было эффективным, важно наладить доверительный контакт с клиентом. Это создает условия для открытого общения и эмоциональной безопасности. Для установления контакта с клиентом существуют специальные техники и методы их применения в консультировании. Примером служит техника, которая помогает создать ощущение, что консультант и клиент находятся в одной ситуации. Для этого используют: - язык тела (консультант может подстроиться под позу клиента, его движения или выражение лица); - тон голоса (повторение консультантом темпа речи клиента, глубины его голоса или эмоциональной окраски); - стиль речи (консультант может использовать более простой или, наоборот, более формальный стиль речи, если это соответствует стилю клиента). Назовите описанную технику.





- 172) На этапе выделения целей консультирования консультант и клиент совместно определяют, что именно нужно изменить, какие цели стоят перед клиентом и как будет измеряться успех. Четко сформулированные цели помогают клиенту ориентироваться в процессе работы. Существуют особые принципы установления целей консультирования. Согласно одному из этих принципов цели могут изменяться в процессе консультирования, если это необходимо. Важно, чтобы клиент чувствовал, что при этом учитывается его мнение. Назовите описанный принцип.
- 173) Управленческое консультирование – это процесс, в ходе которого внешние или внутренние специалисты помогают организациям решать задачи, связанные с эффективностью, управлением персоналом, стратегическим развитием и оптимизацией процессов. Организации обращаются к управленческим консультантам по разным причинам – например, для проведения тренингов, семинаров и индивидуального коучинга, направленных на развитие компетенций сотрудников. Укажите описанное направление работы управленческих консультантов.
- 174) Управленческое консультирование – это процесс, в ходе которого внешние или внутренние специалисты помогают организациям решать задачи, связанные с эффективностью, управлением персоналом, стратегическим развитием и оптимизацией процессов. Организации обращаются к управленческим консультантам по разным причинам – например, для решения задач по оптимизации внутренних процессов, улучшению качества услуг и совершенствованию взаимодействия между подразделениями. Укажите описанное направление работы управленческих консультантов.
- 175) Профессиональная компетенция консультанта включает в себя знания, умения и личностные качества, которые позволяют ему эффективно работать с клиентами. Психологическая и управленческая грамотность, коммуникабельность, способность к решению проблем и уверенность – важнейшие компоненты успешной практики консультанта. Компетенции консультанта можно разделить на несколько категорий. К какой категории компетенций относят способность консультанта эффективно общаться с клиентами, уметь слушать, задавать правильные вопросы и налаживать доверительные отношения?





- 176) Консалтинговые услуги разделяются по направлениям, целям и методам работы. Разные страны используют собственные классификационные системы, но в целом они опираются на международные стандарты. В качестве примера можно привести крупную аудиторскую компанию Deloitte, которая оказывает аудиторские и налоговые услуги для международных корпораций. К какому типу консультирования, согласно международной классификации консультационных услуг, относится деятельность этой компании?
- 177) Консалтинговые услуги разделяются по направлениям, целям и методам работы. В России консалтинг развивается с учетом специфики рынка, законодательства и потребностей бизнеса. В качестве примера можно привести HeadHunter – крупнейшую российскую компанию онлайн-рекрутмента, которая предоставляет услуги по подбору персонала и оценке кандидатов. К какому типу консультирования, согласно отечественной классификации консультационных услуг, относится деятельность этой компании?
- 178) Консалтинговые услуги разделяются по направлениям, целям и методам работы. В России консалтинг развивается с учетом специфики рынка, законодательства и потребностей бизнеса. В качестве примера можно привести рейтинговое агентство «Эксперт РА», которое, в частности, занимается рейтингами компаний и консультациями по инвестициям. К какому типу консультирования, согласно отечественной классификации консультационных услуг, относится деятельность этой компании?
- 179) В психологическом консультировании организаций используются различные методы, такие как диагностика, индивидуальное консультирование и коучинг, групповые тренинги, фасилитация, обратная связь. Нужные методы консультант подбирает в зависимости от поставленных задач, особенностей компании и запросов сотрудников. Один из данных методов направлен на развитие лидерских качеств, управление стрессом, эффективную коммуникацию и работу в команде. Назовите описанный метод, используемый в консультировании организаций.





- 180) Рефлексивно-деятельностное проектирование решений – это метод, который объединяет анализ проблем и разработку решений с активным участием сотрудников. В отличие от классических диагностических методов, он делает работников вовлеченными в процесс изменений и помогает не просто выявить проблемы, но и предложить пути их решения. Выделяют такие основные этапы рефлексивно-деятельностного проектирования, как рефлексия, проектирование решений, деятельность и вовлечение сотрудников. Один из данных этапов предполагает создание условий, при которых персонал становится активным участником преобразований. Назовите этот этап.
- 181) Исполнительская деятельность сотрудника включает в себя не только выполнение профессиональных обязанностей, но и способность организовать свою работу так, чтобы она была максимально эффективной. В рамках деятельностного подхода консультант, в частности, может помочь сотрудникам разработать гибкие системы стимулирования и создать комфортные условия для работы. Какой вид помощи консультанта описан в данном примере?
- 182) Работа с персоналом требует соблюдения определенных норм и принципов, обеспечивающих профессионализм и доверие к консультанту. В частности, допускается использование консультантом только проверенных методов. Необходимо осознание влияния консультирования на психологическое состояние сотрудников. Назовите принцип, о котором идет речь в описанном примере?
- 183) Западные компании используют различные методы оценки сотрудников, которые помогают объективно измерять их эффективность и потенциал. С помощью одного из этих методов оцениваются конкретные достижения сотрудника, такие как выполнение планов, рост продаж, снижение затрат и другие измеримые показатели. Назовите данный метод.
- 184) Для изучения личных качеств сотрудников, особенностей их поведения и стиля общения используются разные методы. В частности, анализ рабочих процессов, особенностей взаимодействия и невербального общения помогает выявить скрытые проблемы в коллективе. О каком методе идет речь в описании?

