



Задание к контрольной работе по дисциплине «Введение в профессию»

Преподаватель: Лифшиц Марина Владимировна

Задание 1. Заполните таблицу:

Сферы научно-психологических знаний	Краткая характеристика
Академическая психология	Цель академической психологии - получение нового психологического знания, познание психики. Она аккумулирует научные знания и передает их в виде понятий и законов, а также использует данные понятия и методы, и вводит новые (такие, как например, эксперимент). Состоит из большого количества направлений и областей исследования.
Прикладная психология	Прикладная психология - это про перевод «знания» в «технологию». Ее цель это применение данных накопленных знаний для оказания помощи в какой-либо области жизни.
Практическая психология	Практическая психология - это про применение разнообразных технологий в работе с реальным клиентом. Ее цель это непосредственно решение проблемы клиента.

Задание 2. Сформулируйте и занесите в таблицу основные отличия психолога - профессионала и психолога - любителя:

Критерии	Психолог - профессионал	Психолог - любитель
База знаний	Научная	Житейский опыт
Методы познания	Научно-исследовательские методы, эксперимент.	Интуитивные, метод «проб и ошибок».
Средства решения поставленных задач	Опирается на научно-подкреплённые профессиональные знания, использует методы	Опирается на свой жизненный опыт, либо на поверхностные психологические знания.



	наблюдения и размышления.	
Ответственность	Разграничивает собственную и клиентскую.	Возможны варианты: либо берет на себя полную ответственность за жизнь/здоровье/благопол учие клиента либо не осознает степень своей ответственности перед ним.
Сотрудничество	Возможно сотрудничество с мед.специалистами (психиатр итд.)	Надеется на свои силы (преимущественно).
Образование	Высшее психологическое (в т.ч. переподготовка на базе высшего образования); также дополнительно могут быть курсы, специализации, программы по конкретным психологическим направлениям (гештальт-подход, созависимости и др.)	Любое не психологическое + курс/курсы (например, “семейный терапевт за 3 месяца”).
Нормативная база	Нормативно-правовые документы страны, в которой ведётся практика, а также уставы и кодексы профессиональных сообществ и учреждений, в которых работает и/или состоит.	Может опираться на нормативно-правовую базу страны либо работать нелегально. (например, есть случаи, когда специалист называет себя психологом консультантом после краткосрочных курсов, не имея достаточного образования - тк эта зона не регламентирована законодательством РБ и РФ).
Стремление к развитию	Важное условие развития - личная терапия и супервизия (на начальных этапах). Также данный специалист принимает участие в конференциях, семинарах,	Варианты: - отсутствует; - присутствует псевдо-развитие (чтение научно-популярной психологической литературы, статей в



	проходит дополнительное обучение в разнообразных психологических программах (специализации).	интернете и пр., без глубокого понимания получаемой информации, без получения базовых знаний и целостной системы видения всех процессов).
Выбор методов работы	Метод работы - исходя из конкретной ситуации конкретного клиента. Может работает в одном или нескольких направлениях, использовать 1 или несколько методик, комбинируя их исходя из запроса клиента (например, КПТ методики в работе гештальт-терапевта).	Может использовать псевдонаучные, непроверенные методы работы.

Задание 3. Опишите по следующим критериям внешний и внутренний образ человека, специалиста, который, по вашему мнению, сможет успешно **работать психологом**:

- предпочтительный пол и возраст;
- как он (она) выглядит, одевается;
- как себя ведет с коллегами, клиентами;
- какой характер у этого человека;
- какие профессиональные знания, умения и навыки он (она) имеет;
- какие личностные и профессиональные особенности должен иметь психолог.

Ваш ответ на задание:

Пол может быть любым, т.к. эта характеристика не влияет на профессиональные качества специалиста.

Что касается возраста — специалисты более зрелого возраста кажутся опытнее и увереннее, выглядят более авторитетными. Правда, стоит учитывать, что на разные клиентские запросы - могут подойти специалисты разного возраста. Например, найти общий язык с подростком, кажется, легче специалисту, который более молодой, ближе к нему возрасту, что может вызвать доверие подростка (что его поймут). Важен контекст.

Важна общая ухоженность, чистые волосы и одежда, отсутствие неприятных запахов, в то время такие субъективные моменты, как стиль одежды, ее стоимость и бренды - точно не могут дать представление о том, насколько вы хороши в своей профессии - они носят оценочно-субъективный характер, не кажутся мне важными. К тому же, ухоженная



внешность - означает, что ее владелец может о себе позаботиться, и может считываться как то, что и с клиентом он сможет быть таким же (заботливым, аккуратным).

Доброжелательный, внимательный к себе и другим, бережный в сложных ситуациях - в общении с коллегами, клиентами и в обычной жизни. Корректно взаимодействует, уважает свои и чужие границы (нет излишнего терпения, может обозначить, как с ним нельзя - тк этот момент также может быть терапевтическим).

Характер может быть любым, психолог не бог и не супермен (может и злиться, и ревновать). Важное отличие профессионального психолога (прошедшего собственную терапию), не глядя на характер он будет транслировать клиенту свое спокойствие, уверенность и открытость, ведь именно это нужно для успешного прохождения терапии, для доверительного контакта и возможности идти в свои страхи и проблемы для клиента.

Знания, умения и навыки могут быть разнообразны, ключевым является то, что они должны быть профессиональными, подтверждаться документами и опытом работы..

Мне кажется, что личностные и профессиональные особенности вполне могут быть разнообразны. Важно, чтобы они были в гармонии с тем, что он делает, сочетались с тем направлением и средой, где он применяет это свои особенности и навыки.

Задание 4. Дайте 10 ответов на вопрос: Кто такой психолог?

Ваш ответ на задание:

1. Это специалист помогающей профессии, который дает клиенту инструменты и место, чтобы разобраться в сложной жизненной ситуации.
2. Это тот, кто умеет выслушать и контейнировать все то, что было заперто в самую глубину человеческого сознания, помогая тем самым прожить тяжелые и травматические жизненные ситуации и обстоятельства.
3. Психолог - тот человек, который своими действиями и поступками (работой с клиентами) повышает осознанность общества в целом, оздоравливая его.
4. Психолог это тот, кто бесконечно готов учиться, скупать книги и курсы, чтобы раскопать и понять что-то новое для себя в своем любимом деле :)
5. Тот, кто является членом крутого и сплоченного профессионального сообщества, и гордится быть его часть, служить общему делу и "двигать" психологию в социум.
6. Психолог — это человек, который живет с высокой степенью осознанности и большой любовью и пониманием к миру и людям.
7. Это высокоинтеллектуальный, думающий человек, который неустанно работает над своим развитием.



8. Психолог — не супермен, а обычный человек, ничто человеческое ему не чуждо: плохое настроение, болезни, и даже депрессии. Но хороший психолог - знает как себе помочь в этих состояниях, знает, что может идти с этим к людям и коллегам, умеет просить о помощи.
9. Это профессионал, который может помочь отделить норму от патологии.
10. Это человек, только чуть более внимательный к себе и другим, чуть более небезразличный к чужой боли и знающий, что с ней делать (даже способный лечить депрессии, при необходимости - в тандеме с АД и психиатром).

Задание 5. К психологу – мужчине обратилась учительница с жалобой на ученика.

– *Учитель:* «Он меня совсем не слушает, я не знаю, что мне делать, поговорите с ним».

– *Психолог:* «Удивительно! Вы же женщина, в Вашем возрасте должен быть достаточный опыт общения с детьми. Неужели ни один из приемов педагогического воздействия не эффективен?!»

Какой профессионально-этический принцип и правило нарушил психолог? Обоснуйте свой ответ.

Ваш ответ на задание:

Психолог проявил неуважительное отношение к клиенту и её проблеме, которое проявилось в обесценивании и сомнении в её профессионализме, как учителя, и явным стыжением. Также он продемонстрировал стереотипное отношение к полу и возрасту (сексизм и эйджизм).

В данной ситуации нарушен принцип уважительного отношения, безоценочности, и, в целом, есть сомнение в профессиональной компетентности этого субъекта, т.к. его ответ не поможет решить проблему учителя, а только усугубит ситуацию и ее состояние.

Задание 6. Посмотрите мультипликационный фильм, иллюстрирующий работу психолога (<https://youtu.be/vcODGJO4N4s>)

После просмотра ответьте на вопросы:

- Что отражено в мультфильме?
- Как показан образ психолога?
- Какие основные сложности предполагает работы психолога?

Ваш ответ на задание:



В мультфильме мы видим образ психолога-психоаналитика, который успешно помогает своим клиентам, к каждому он находит подход и нужные, важные именно этому клиенту слова. Но со временем он излишне погружается в работу и теряет четкую границу между работой и своей личной жизнью, это приводит к проблемам в браке. Решение найдено и он, в свою очередь, обращается к специалисту по семейной терапии и у пары получается наладить отношения, а наш психолог может снова помогать людям.

Большая психологическая нагрузка - одна из основных проблем в работе психолога, т. к. клиенты приносят в терапию свои сложные и болезненные истории, а специалисту нужно уметь соблюсти баланс между эмпатией, желанием помочь и “здоровым эгоизмом” (диссоциацией от клиентских проблем). Важно пройти собственную терапию, чтобы сформировать достаточную устойчивость и способность не попадать в собственные болевые точки (травмы) при работе с клиентами. Также важную роль играет супервизия, которая должна быть на регулярной основе в работе молодого специалиста.

Задание 7. Перед вами психограмма профессии «психолог», которую разработали японские ученые.

- Согласны ли вы с таким набором профессионально-важных качеств психолога?
- Оцените по десятибалльной шкале выраженность у вас качеств, указанных в данной психограмме.
- Проанализируйте полученные данные.

Психограмма профессии «психолог»

№ п/п	Личностные особенности, профессиональные умения	Балл
1	Внимание, стремление понять позицию других	10
2	Дружелюбие, общительность	8
3	Способность стать лидером	9
4	Вежливость, обходительность	6
5	Руководство здравым смыслом, следование предписаниям	6
6	Жизнерадостность	9
7	Терпеливость, упорство	7
8	Большое чувство ответственности	9
9	Способность выполнять работу, полную разнообразия	9



10	Энтузиазм в трудовой деятельности	10
11	Тщательность действий	10
12	Схватывание новых идей, самостоятельность суждений	10
13	Аккуратность и последовательность в работе	9
14	Способность к планированию своего будущего	7
15	Способность к устным высказываниям	7
16	Хорошая память	8
17	Способность обучать других	7
18	Умение заботиться о больных	6
19	Умение заботиться о посторонних	6

Ваш ответ на задание:

Да, я согласна с предложенным списком, как с набором профессионально-важных качеств психолога. Какие-то пункты мне кажутся более важными, какие-то не такими критичными (хоть и могут быть полезны в работе психолога). Точно знаю, что психолог - это обычный человек без суперсилы, как в фильмах о супергероях, но с ценными способностями, которые важно в себе развивать - и в этом списке они все представлены.

Было очень увлекательно провести ревизию своих качеств, пробовать их оценить и в итоге понять для себя, что из этого списка мне нужно дорастить, а что у меня уже в достаточном объеме (с высокой оценкой либо с невысокой, но мне это кажется достаточным).

В мой список приоритетных качеств попали внимание/стремление понять чужую позицию, энтузиазм и жизнерадостность, тщательность в действиях и схватывание новых идей, тщательность действий, аккуратность и последовательность в работе - именно они формируют костяк моей идентичности как будущего психолога. Я буду на них опираться и доращивать то, что не менее важно, но не так ярко представлено во мне: терпеливость и упорство, способность к планированию своего будущего и устным высказываниям.

Не такими важными для меня кажутся забота о других и о больных (мне кажется, это не совсем про психолога), ну а что касается "руководствоваться здравым смыслом" - это точно важно и нужно, но, как мне кажется, не всегда оно рядом с "следовать предписаниям" (для меня это не про гибкость, которая важна в этой профессии)... Кажется, над этим стоит подумать, чтобы понять, как эти качества будут вписаны в мою будущую идентичность - психолога-консультанта.





Пояснение к выполнению контрольной работы

Максимум баллов, которые можно получить за эту контрольную работу - 50.

Оформление: шрифт Times New Roman размером 12 для основного текста и размером 10 для примечаний, сносок. Абзацы начинаются с отступа. Текст оформляется с использованием 1,15 межстрочного интервала. Объем работы (примерный) – 5-10 страниц. Титульный лист не требуется. Файл контрольной работы должен быть загружен на проверку в формате **.pdf**.

Для отправки работы нажмите кнопку **"Отправить на проверку"**, после этого вам будет предложено пройти процедуру аутентификации - это обязательное условие. Прикрепите файл с заданием, после чего нажмите **"Отправить на проверку"**. После нажатия этой кнопки вы не сможете вносить изменения в работе.

Проверка работы преподавателем осуществляется в течение **двух рабочих недель**. В случае загрузки работы в последнюю неделю модуля/семестра срок проверки увеличивается.