

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ХАРКІВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ»

І.Б. Ковальова, Г.В. Попова

Основи психологічного консультування

Методичні вказівки

для самостійної роботи студентів усіх форм навчання
із спеціальності психологія

Затверджено
редакційно-видавничою
радою НТУ «ХП»,
протокол № 1 від 16.02.2023 р.

Харків
НТУ «ХП»
2023

УДК 159.98

Рецензенти:

О.В. Рябініна, доктор філософських наук, професор, Національний університет цивільного захисту України

Ж.Б. Богдан, кандидат психологічних наук, доцент, Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

Рекомендовано вченою радою Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут» як методичні вказівки для студентів із спеціальності психологія, протокол № 2 від 02.11.2022 р.

Ковальова І.Б., Попова Г.В.

Основи психологічного консультування: методичні вказівки для студентів усіх форм навчання зі спеціальності психологія / І.Б. Ковальова, Г.В. Попова – Харків: НТУ «ХПІ», 2023. – 55 с.

Навчальне видання призначено для підготовки до занять з курсу «Основи психологічного консультування» та активізації самостійної роботи студентів закладів вищої освіти із спеціальності психологія. Психологічне консультування як професія є відносно новою галуззю психологічної практики, що виділилася з психотерапії. Ця професія виникла у відповідь потреби людей, які не мають клінічних порушень, проте шукають психологічну допомогу. Тому в психологічному консультуванні ми стикаємося насамперед із людьми, які зазнають труднощів у повсякденному житті. Рекомендації складаються з інформативної частини – викладу питань, сконцентрованих на базових категоріях і поняттях, практичних питань для обговорення на семінарських та практичних заняттях. Представлено завдання для самостійної роботи, тестові завдання для поточного контролю, питання до заліку, а також рекомендовані джерела інформації до вивчення курсу.

Призначено для студентів НТУ «ХПІ» із спеціальності психологія.

УДК 159.98

©І.Б. Ковальова, 2023

©Г.В. Попова, 2023

ПЕРЕДМОВА

Психологічне консультування як професія є відносно новою галуззю психологічної практики, що виділилася з психотерапії. Ця професія виникла у відповідь потреби людей, які не мають клінічних порушень, проте шукають психологічну допомогу. Тому в психологічному консультуванні ми стикаємося насамперед із людьми, які зазнають труднощів у повсякденному житті. Психологічне консультування як галузь психологічної науки і практики включає знання про особливості внутрішнього світу людини, що опинилася в психологічно складних ситуаціях, можливі шляхи подолання цих труднощів, вміння використовувати ці знання у взаємодії з людиною, що потребує професійної допомоги.

Вважається, що головним «інструментом» надання допомоги іншим є особистість самого консультанта. Тому професійний розвиток майбутнього консультанта – це і робота над самим собою, що включає розвиток навичок самоаналізу, саморефлексії, усвідомлення і творення особистого світогляду, ціннісних підстав власного життя, становлення вміння розуміти свій внутрішній світ і світ іншої людини, і будувати на основі цього взаємодію з ним.

Основна мета методичних вказівок – оволодіння теоретичними знаннями в галузі психології консультування, практичними вміннями та інструментальними навичками проведення комплексу процедур із психологічного консультування.

У виданні розкрито загальні засади психології консультування. Особливу увагу приділено процесу консультування, виробленню практичних навичок консультанта та побудови певного алгоритму роботи з різними життєвими проблемами, що значно полегшить надання консультативної допомоги.

Методичні вказівки містять у концентрованому вигляді теоретичний виклад кожної теми, що супроводжується практичними завданнями, які можуть бути орієнтиром для самостійної роботи студентів й організації ефективних семінарських та практичних занять.

ЗАЛКОВИЙ МОДУЛЬ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЇ.

Тема 1. Поняття та види психологічної допомоги. Історія становлення суспільних інститутів психологічної допомоги.

Поняття «психологічна допомога». Становлення психологічної допомоги як соціального інституту та професії. Співвідношення понять «психологічного консультування, психокорекція, психотерапія». Міфи щодо діяльності психолога-консультанта. Види та типи психологічного консультування: індивідуальне (профорієнтаційне, за віком), групове (сімейне, організаційне). Співвідношення понять «замовник» та «клієнт». Типи звернень клієнтів та типи консультативних задач (Р. Кочюнас).

Тема 2. Нормативно-організаційна основа консультування.

Вимоги до особи і освіти консультанта. Загальні принципи психологічного консультування. Нормативні кількісні показники та орієнтири в консультативній роботі. Правовий захист психолога і клієнта. Професійна етика психолога-консультанта. Принципи психологічного консультування: організаційні, предметно-практичні й моральні. Професійні стандарти в сфері надання психологічної допомоги: види спеціалістів, якість та тривалість їх підготовки.

Професійні якості особистості фахівця-консультанта. Вимоги до особистості та професійної підготовки консультанта. Вимоги до особистих якостей в інтелектуальній, комунікативній, морально-етичній сферах. Поняття «синдром згоряння». Техніка безпеки праці консультанта. Поняття «супервізія».

Тема 3. Загальна характеристика основних наукових напрямів в консультативній психології: психодинамічного, поведінкового, когнітивного, гуманістичного.

Психодинамічний напрям консультування. Основні ознаки психоаналітичного підходу: аналіз минулого членів сім'ї, їхніх неусвідомлених бажань, психологічних проблем і взаємних проєкцій, що переживались на ранніх етапах онтогенезу і відтворювались в актуальному досвіді.

Когнітивно-біхевіористичний напрям консультування. Основний принцип поведінкового консультування. Тренінг батьківських здібностей, тренінг умінь оцінювати та коригувати сімейні стосунки тощо. Техніки, побудовані на використанні оперантного обумовлення: жетонна система, контрактна система, таймаут. Техніки, побудовані на класичному обумовленні: систематична десенсибілізація. Когнітивно-афективні техніки: «зупинка думок», моделювання, реатрибуція.

Гуманістичний напрям у консультуванні. Клієнтцентроване консультування. Принципи клієнтцентованого консультування: активне слухання, конгруентність, позитивне ставлення, емпатія.

ЗАЛІКОВИЙ МОДУЛЬ 2. КОНСУЛЬТАТИВНИЙ ПРОЦЕС ТА ТЕХНІКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОНСУЛЬТАЦІЇ.

Тема 4. Структурування консультативного процесу.

Часове структурування у консультуванні. Розподіл часу консультативної зустрічі. Організаційні та матеріальні питання консультативної роботи. Просторове структурування роботи психолога-консультанта.

Змістовне структурування консультативного процесу: встановлення контакту, дослідження і оцінка проблем клієнта; виявлення альтернатив рішення; планування, діяльність, зворотній зв'язок.

Тема 5. Завдання першої зустрічі психолога-консультанта з клієнтом.

Попереднє знайомство. Вербальні та невербальні компоненти встановлення клімата довіри в процесі консультування. Фізичні та психологічні параметри консультативного контакту.

Поняття скарги, явний та прихований зміст скарги. Самодіагноз. Проблема — як сукупність психологічних труднощів клієнта, щопереживаються як дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація. Запит як важливий елемент скарги. Різниця між скаргою та психологічним запитом. Типові психологічні запити. Поняття консультативного контракту та його специфіка.

Тема 6. Комунікативні техніки дослідження проблем клієнта.

Поняття «психологічний анамнез» та методи його збору. Методики досліджування проблем клієнта. Консультативне інтерв'ю. Рефлексивне та нерефлексивне слухання. Емпатійна відповідь як навичка рефлексивного слухання.

Базові принципи організації діалогу з клієнтом. Техніка постановки запитань. Техніки відображення змісту. Техніки відображення почуттів. Техніки надання інформації та її прояснення інформації. Навички з'ясування та уточнення інформації. Постановка запитань як основний інструмент консультанта при дослідженні проблем клієнта. Використання відкритих та закритих запитань. Техніки коротких та прихованих запитань. Переформулювання та узагальнення.

Тема 7. Робота з почуттями клієнта.

Проблема сприйняття емоцій партнера. Вміння розпізнавання емоційних переживань. Варіанти звернення до почуттів партнера по спілкуванню. Поняття змішаних, складних та заплутаних почуттів. Схема роботи з емоціями в процесі консультування. Техніки відображення почуттів; підбадьорювання та заспокоювання клієнта; саморозкриття консультанта. Використання пауз мовчання.

Тема 8. Засоби впливу на клієнта.

Терапевтичний аспект консультування. Фокусування інформації. Типи фокусу (за Айві). Неконгруентність та робота з нею. Основні класи суперечностей, що зустрічаються в консультативній бесіді. Зворотний зв'язок. Форми передачі зворотньої інформації: повідомлення про сприйняття партнера, повідомлення про сприйняття самого себе, зауваження про хід бесіди. Я-висловлювання. Інтерпретація як психологічне пояснення проаналізованого матеріалу, нова точка зору на почуття. Конфронтація. Специфіка техніки конфронтації в консультуванні. Робота з опором. Перенос і контрперенос в консультативній практиці.

ЗАЛІКОВИЙ МОДУЛЬ 3. ОСОБЛИВОСТІ РІЗНИХ ВИДІВ КОНСУЛЬТУВАННЯ.

Тема 9. Особливості сімейного консультування.

Поняття сімейного консультування та його складові. Основні задачі сімейних консультантів. Особливості сімейного та подружнього консультування. Функції психологічного консультування щодо сімейних проблем: просвітницько-інформативна та терапевтична.

Основні напрями сімейного консультування. Проблеми та кризи в сім'ї як передумова звернення до психолога. Класифікація сімей залежно від їхньої здатності вирішити нормативні та ненормативні кризи: зрілі, псевдо-благополучні, проблемні сім'ї, конфліктні. Особливості консультування молоді сім'ї.

Тема 10. Специфіка та основні напрями подружнього консультування.

Класифікація підвидів подружнього консультування: дошлюбне; подружнє; консультування з питань розлучень; консультування після розлучення (за В. Ю. Меновщиковим). Проблеми вибору партнера. Проблеми взаємин. Сексуальні проблеми. Поняття подружнього конфлікту. Конструктивні та деструктивні функції конфлікту. Робота психолога-консультанта щодо розв'язання подружніх конфліктів. Методика “Конструктивна сварка” С. Кратохвіла. Методика “Подружній договір” (“Техніка списку”).

Тема 11. Специфіка і проблеми консультування різних напрямів.

Проблеми взаємин батьків і дітей. Робота психолога-консультанта з проблем виховання дітей у сім'ї. Причини, з приводу яких виникають проблеми виховання дітей у сім'ї. Типи технік виховання, які використовуються батьками. Рекомендації для оптимізації спілкування між батьками та дітьми.

Вікове-психологічне консультування: проблеми дітей та підлітків.

Внутрішні конфлікти. Психологічні травми та страхи. Проблеми особистісного зростання. Проблеми взаємин із теперішніми чи колишніми родичами. Проблеми міжособистісних стосунків.

Консультування тривожних клієнтів. Консультування випадків жаху та фобій. Консультування агресивних клієнтів. Консультування при переживанні провини. Консультування при алкоголізмі. Консультування депресивних клієнтів та клієнтів із суїцидальними намірами.

2. МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

2.1 План практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість Годин			
		Денна форма		Заочна форма	
		Л	ПЗ	Л	ПЗ
1	Поняття та види психологічної допомоги. Історія становлення суспільних інститутів психологічної допомоги.	2	2	2	
2	Нормативно-організаційна основа консультування.	2	2		
3	Загальна характеристика основних наукових напрямів в консультативній психології: психодинамічного, поведінкового, когнітивного, гуманістичного.	2	4		
4	Структурування консультативного процесу. Завдання першої зустрічі психолога-консультанта з клієнтом.	2	4	2	2
5	Комунікативні техніки дослідження проблем клієнта. Робота з почуттями клієнта. Засобивпливу на клієнта.	2	6	2	2
6	Особливості сімейного консультування. Специфіка та основні напрями подружнього консультування.	4	8	2	2
7	Специфіка і проблеми консультування різних напрямів.	2	6	2	2

2.2. Зміст практичних занять

Практичне заняття 1. Поняття та види психологічної допомоги. Історія становлення суспільних інститутів психологічної допомоги.

Питання для обговорення на практичному занятті:

1. Визначте робоче поняття “психологічна допомога”.
2. Які соціальні, філософські та наукові події призвели до виникнення психологічної допомоги як інституту та професії?
3. Назвіть основну проблематику, яка передбачає надання психологічної допомоги.
4. Сформулюйте основні відмінності у розробці проблематики психологічної допомоги у розвинених країнах та країнах “третього світу”.
5. Чим пояснюється специфіка ситуації звернення за психологічною допомогою?
6. Визначте етапні моменти у процесі прийняття людини людиною.
7. Які у загальному вигляді завдання надання психологічної допомоги?
8. Вкажіть підстави для переваги індивідуальної або групової форми роботи.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Особливості використання психодіагностичних даних при наданні психологічної допомоги.
2. Вплив релігії на формування інституту психологічної допомоги.
3. Виникнення та затвердження «недирективної психотерапії» К.Роджерса.
4. Особливості виникнення інститутів релігійного піклування (counselors) та соціальних робітників.
5. Роль у формуванні нового, гуманного та наукового підходу до людей, страждаючим психічними захворюваннями (Ф. Пінеля, Ж.Шарка, П. Жане).

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань

1. George R.L., Cristiani T.S. Counseling: Theory and Practice, 3rd Ed, Englewood Cliffs. N.J.: Prentice-Hall, 1990.

1. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. — Изд. 3-е, испр. и доп. — М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. — 336 с.
2. Криворучко П.П. Основи психологічної допомоги: навч. посіб. / П.П. Криворучко, О.Ф. Хмеляр; Нац. акад. оборони України. — К., 2009. — 215 с.
3. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Пер. с англ. Т.К. Кругловой — Астрель Пресс, Институт общегуманитарных исследований, 2008 - 224 с.
4. Римас Кочюнас. Основи психологического консультирования. М.: Академический проект, 1999. — 240 с.

Практичне заняття 2. Нормативно-організаційна основа консультивання.

Питання для обговорення на практичному занятті:

1. Особливості професійної підготовки людини, яка надає консультативну допомогу.
2. Якими документами регламентовано роботу психолога-консультанта.
3. Перша зустріч. Особливості її перебігу.
4. Перша консультативна розмова. Етапи.
5. Помилки, яких допускає недосвідчений фахівець-консультант.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Питання етики професійної поведінки психолога, що консультиує.
2. Основні права консультиуючого психолога та клієнта.
3. Особливості набуття професійної освіти психолога –консультанта в Україні, США, країнах Західної Європи.
4. Комунікативні техніки, володіння якими потрібно під час першої розмови.
5. Емоційне вигорання або синдром двадцять першого століття
6. Техніки безпеки праці консультанта.
7. Поняття «супервізія».

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. — Изд. 3-е, испр. и доп. — М.: Независимая фирма "Класс", 2001. — 336 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 94)
2. Римас Кочюнас. Основы психологического консультирования. М.: Академический проект, 1999. — 240 с.
3. Абрамова Г.С. Практическая психология Учебник для студентов вузов— Изд 6-е., перераб. и доп. — М: Академический Проект, 2003. — 496 с. («Gaudeamus»)
4. Этические стандарты для психолога. Мадрид. Испания. 1987 // *Вопр. психологии*, 1990, №5. — С. 158—162.
5. Правовое регулирование психотерапевтической деятельности в Австрии: Закон о психотерапии от 7 июня 1990 г. // *Моск. психотерапевт. журнал*, 1993, №3. — С. 140—156.

Практичне заняття 3. Загальна характеристика основних наукових напрямів в консультативній психології: психодинамічного, поведінкового, когнітивного, гуманістичного.

Питання для обговорення на практичному занятті:

1. Які принципові характеристики психодинамічного напрямку у консультативній психології та психотерапії?
2. Визначте основну сферу діяльності (предмет) психолога, що працює в психодинамічній парадигмі.
3. Які витоки і хто є зачинателем поведінкового напрямку у консультиванні та психотерапії?
4. Прокоментуйте поняття "особистість" у поведінковій психології.
5. Дайте характеристику основних робочих понять поведінкової парадигми в консультиванні та психотерапії.
6. Охарактеризуйте загалом напрямки когнітивної психотерапії. Якою є визначальна ідея, що лежить в основі когнітивно-орієнтованої психотерапії?
7. Окресліть основну схему аналізу поведінки клієнта концепції А. Елліса і А. Бека. У чому схожість та відмінність?

8. Які, на вашу думку, історичні та філософські передумови виникнення гуманістичної психології та психотерапії?

9. Назвіть основні напрямки гуманістичної парадигми «третьої сили» у консультативній психології та психотерапії.

10. Які, на вашу думку, головні ідеї, що лежать в основі екзистенційної психотерапії?

11. Охарактеризуйте основні поняття екзистенційної парадигми у консультативній психології та психотерапії.

12. Розкажіть про основні принципи роботи з клієнтом у русі концепції К. Роджерса?

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Уподобання та обмеження сугестивних методів психотерапії.
2. Техніки у поведінковому консультуванні та психотерапії.
3. Специфіка класичного (ортодоксального) психоаналізу в трактуванні психологічних проблем та способів роботи з ними.
4. Особливості психотехніки в реальній психотерапії та консультуванні.
5. Розвиток неофрейдизму в 1950-1970-і роки.
6. Гуманістична психотерапія та консультування, некласичні напрямки.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика / Бондаренко А. Ф. – [3-е изд., испр. и доп.]. – М.: Класс, 2001. – 336 с.
2. Вестбрук Д. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію/Д.Вестбрук, Кеннерлі Г., Кірк Дж.// – Львів: Свічадо, –2014. – 410 с.
3. Гроф С. Области человеческого бессознательного. –: МТМ, 1994. – 240 с.
4. Зубалий Н. П. Основы психотерапии: учеб. пособие / Н.П.Зубалий, А. М. Лёвочкина. – К.: МАУП, 2001. – 160 с.
5. Кьеркегор С. Страх и трепет. – М.: Республика, 1993 – 383с.

6. Лейнер Х. Кататимное переживание образов: основная ступень; введение в психиатрию с использованием техники сноведений; семинар / Лейнер Х. – пер. с нем. – М. Эйдос, 1996. – 253 с.
7. Льюис К. Просто христианство. – Чикаго: SYR, 1990. – 220с.
8. Мамардашвили М. К.Классический и неклассический идеалы рациональности. — Тбилиси: Мецниереба, 1981. – 81 с.
9. Основи психотерапії: навч. посіб / М. І. Мушкевич, С.Є.Чагарна; за ред. М. І. Мушкевич. – Вид. 3-тє. – Луцьк:Вежа-Друк, 2017. – 420с.
10. Роджерс К. Клиент-центрированная терапия / Роджерс К.; пер. с 286 англ. – Москва: Рефл-бук; Киев : Ваклер, 1997. – 317с. – (Актуальная психология).
11. Франкл В.Человек в поисках смысла/ В. Франкл// – М.: Прогресс, 1990. – 368с.
12. Фромм Э. Иметь или быть?/Є. Фромм// – М.: Прогресс, 1990. – 336 с.
13. Хайдеггер М. Время и бытие // Время и бытие. Статьи. – М.: Республика, 1993. – С. 391– 406.
14. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція: навч. посібн., модульно-рейтинговий курс / Цимбалюк І. М. – [2-е вид., випр. і доп.]. – К : Професіонал, 2007. – 544 с.
15. Юнг К.Тэвистокские лекции. Аналитическая психология: ее теория и практика. Киев: СИНТО, 1995. – 228с.

Практичне заняття 4. Структурування консультативного процесу.

Питання для обговорення на практичному занятті:

1. Структурування у консультуванні: часове та організаційне. Просторове структурування роботи психолога-консультанта.
2. Змістовне структурування консультативного процесу: встановлення контакту, дослідження і оцінка проблем клієнта; виявлення альтернатив рішення; планування, діяльність, зворотній зв'язок.
3. Сеттінг.

4. Кроки консультативного інтерв'ю за Г. Хемблі.
П'ятикрокова модель консультаційного процесу.

5. Перше знайомство, перша зустріч консультанта і клієнта.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Характеристики консультативного контакту.
2. Контракт. Правила формулювання психологічного контракту.
3. Перша зустріч. Змістовні блоки.
4. Метод бесіди.
5. Допоміжна поведінка. Вебальні і невербальні прояви консультанта-клієнта.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное консультирование. М., 1994.

2. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. – Изд. 3-е, испр. и доп. – М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. – 336 с.

2. Кочунас Р. Основы психологического консультирования М.: Академический проект, 1999. — 240с.

3. Меновщиков В.Ю. Введение в психологическое консультирование. 2-е изд. стереотипное. –М.: Смысл, 2000. – 109с.

Практичне заняття 5. Завдання першої зустрічі психолога-консультанта з клієнтом.

Питання для обговорення на практичному занятті:

1. Знайомство.
2. Причини відмови від консьлтування.
3. Оцінка проблем клієнта та їх вербалізація.
4. Діагностика та психологічний анамнез.
5. Невербальні прояви продуктивної бесіди: поза, жести, міжособистісний простір.
6. Неприйнятні типи висловлювань у консультативній бесіді.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми

1. Штучні відносини» допомагаючої поведінки.
2. Прозорість почуттів» допомагаючої поведінки.
3. Особливості встановлення відносин, які сприяють розвитку особистості чи уповільнюють його.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. Алдер Г. НЛП – современные психотехнологии [Текст] / Г. Алдер. – СПб.: Питер, 2001. – 160 с. – (рос. мовою).
2. Кочунас Р. Основы психологического консультирования М.: Академический проект, 1999. – 240с. –(рос. мовою)
3. Психология межличностного познания / Под ред. А.А. Бодалева. М.: Педагогика, 1981.
4. Флоренская Т.А. Диалог в практической психологии. М: Ин-т психологии АН СССР, 1991.
5. Хараш А У. Восприятие человека как воздействие на его поведение (к разработке интересубъектного подхода в исследованиях познания людьми друг друга) // Психология межличностного познания. М: Педагогика, 1981.

Практичне заняття 6. Комуникативні техніки дослідження проблем клієнта.

Питання для обговорення на семінарському занятті:

1. Постановка запитань. Вербальні висловлювання для продуктивної розмови.
2. Підбадьорення та заспокоювання.
3. Відображення змісту: перефразування та узагальнення.
4. Надання інформації.
5. Інтерпретація
6. Конфронтація

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Метод Сократівського діалогу.
2. Логотерапія В. Франкла.
3. Тренінг комунікативності. Мозковий штурм «Спілкування».
4. Основні комунікативні техніки, володіння якими потрібно за будь-якої ситуації психологічної допомоги, особливо за першої розмови.
5. Метод бесіди в психології.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. George R. L., Cristiani T. S. Counseling: Theory and Praticce, 3rd Ed., Englewood Cliffs. N. J.: Prentice-Hall, 1990.
2. Абрамова Г.С. Практическая психология Учебник для студентов вузов— Изд 6-е., перераб. и доп. — М: Академический Проект, 2003. — 496 с. («Gaudeamus»)
3. Бондаренко А. Ф. Социальная психотерапия личности (психосемантический подход). — К.: КГПИИЯ, 1991. — 189 с.
4. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. — Изд. 3-е, испр. и доп.— М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. — 336 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 94)
5. Кораблина. Этюды оказания психологической помощи.
6. Криворучко П. П. Основи психологічної допомоги: навч. посіб. / П. П. Криворучко, О. Ф. Хмеляр; Нац. акад. оборони України. — К., 2009. — 215 с.
7. М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах- К.: Ніка-центр, 2006—580с.
8. Метод беседы в психологии: Учебное пособие для студентов факультетов психологии высших учебных заведений по специальностям 52100 и 020400 — «Психология» / Редактор-составитель А.М.Айламазьян. — М.: Смысл, 1999. — 222 с.
9. Психологическая помощь людям, пережившим психотравмирующее событие [Электронный ресурс] / О.В.Вихристюк, Л.В.Миллер, Е.В.Орлова, Е.А.Лескина // Психологическая наука и образование. Электронный журнал. — 2010. — № 5. — С.228-239. — Режим доступа к журналу :www.psyedu.ru
10. Римас Кочюнас. Основы психологического консультирования. М.: Академический проект, 1999. — 240 с.
11. Ролло Мэй. Искусство психологического консультирования. М: Независимая фирма "Класс".

12. Романин А.Н. Основы психотерапии: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М:Издательский центр «Академия», 1999. - 208 с.
13. Сахакиан У.С. Техники консультирования и психотерапии. Тексты./ Ред. и сост. У.С. Сахакиан – М., «Эксмо-пресс», 2000. – 624 с.
14. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Т1,2.- ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.

Практичне заняття 7. Робота з почуттями клієнта.

Питання для обговорення на семінарському занятті:

1. Відображення почуттів клієнта: невербальні та емоційні прояви.
2. Паузи мовчання.
3. Почуття консультанта та саморозкриття.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Робота з опором та переносом.
2. Навіювання.
3. Компоненти - повідомлення, зворотний зв'язок.
4. Колесо емоційного усвідомлення Стюарта.
5. Технічні прийоми, які несуть потенціальну енергію перетворень та змін.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. Алдер Г. НЛП – современные психотехнологии [Текст] / Г.Алдер. – СПб.: Питер, 2001. – 160 с. – (рос. мовою).
2. *George R. L., Cristiani T. S. Counseling: Theory and Practice, 3rd Ed., Englewood Cliffs. N. J.: Prentice-Hall, 1990.*
3. Бондаренко А. Ф. Социальная психотерапия личности (психосемантический подход). — К.: КГПИИЯ, 1991. — 189 с.
4. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. — Изд. 3-е, испр. и доп.— М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. — 336 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 94)
5. Кораблина. Этюды оказания психологической помощи.

6. Криворучко П. П. Основи психологічної допомоги: навч. посіб. / П. П. Криворучко, О. Ф. Хмеляр; Нац. акад. оборони України. – К., 2009. – 215 с.
7. Линде Н.Д. Основы современной психотерапии. М. 2002.
8. М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах- К.: Ніка-центр, 2006.–580с.
9. Метод беседы в психологии: Учебное пособие для студентов факультетов психологии высших учебных заведений по специальностям 52100 и 020400 — «Психология» / Редактор-составитель А.М.Айламазьян. — М.: Смысл, 1999. — 222 с.
10. Психологическая помощь людям, пережившим психотравмирующее событие [Электронный ресурс] / О.В.Вихристюк, Л.В.Миллер, Е.В.Орлова, Е.А.Лескина // Психологическая наука и образование. Электронный журнал. – 2010. – № 5. – С.228-239. – Режим доступа к журналу :www.psyedu.ru
11. Кочюнас Р.Основы психологического консультирования/ Р. Кочюнас//– М.: Академический проект, 1999. – 240 с.
12. Сахакиан У.С. Техники консультирования и психотерапии. Тексты./ Ред. и сост. У.С. Сахакиан – М., «Эксмо-пресс», 2000. – 624 с.
13. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Т1,2.- ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.

Практичне заняття 8. Засоби впливу на клієнта.

Питання для обговорення на семінарському занятті:

1. Фокусування інформації. Типи фокусу за Айві.
2. Зворотний зв'язок. Форми передачі зворотної інформації.
3. Конфронтація. Специфіка техніки конфронтації в консультиванні.
4. Робота з опором. Перенос і контрперенос в консультивативній практиці.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Особливості використання психотехнік в аналітичній психотерапії А. Адлера.
2. Психотехніки в психоаналізі З. Фрейда.

3. К. Роджерс аспекти взаємин між підлітком і консультантом. Конгруентність.
4. Інсайт в психологічному консультування.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань

1. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування. Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – 256 с
2. Горностай П.П., Васьковская С.В. Теория и практика психологического консультирования. Проблемный подход. – Киев: Наукова думка, 1995. – 128с.
3. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования/ Р.Кочюнас//– М.: Академический проект, 1999. –240 с.Франкл Виктор – Сказать жизни – «Да». Упрямство Духа – <http://arhivknig.com/psikhologija-samorazvitie/69503-viktor-frankl-skazat-zhizni-da.-uprjamstvo-dukha.html>
4. Хомич Г.О., Ткач Р.М. Основи психологічного консультування: Навч.посіб. – К.: МАУП, 2004. – 152с.

Практичне заняття 9. Особливості сімейного консультування.

Питання для обговорення на семінарському занятті:

1. Поняття сімейного консультування та його складові.
2. Основні напрями сімейного консультування
3. Особливості сімейного та подружнього консультування.
4. Консультування сім'ї в стані кризи.
5. Особливості консультування молоді сім'ї.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Позиція дитини в сім'ї і її вплив на сумісність в шлюбі у дорослості. Розвиток подружніх відносин з плином часу.
2. Любов, закоханість, часткова любов, ревності. Причини і мотиви позашлюбних зав'язків.
3. Психологічні причини розлучень.
4. Виховання дітей у різних типах сімей. Стилi виховання. Вплив порушень сімейних відносин на психічний розвиток дітей.
5. Психологічна допомога з питань подружніх стосунків.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. Методичні вказівки та контрольні завдання з курсу «Психологія сім'ї» для студентів денної та заочної форм навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» зі спеціальності 053 «Психологія» / Укладачі: Попова Г.В., Шаполова В.В., Мовчан Я.О.– Харків: НТУ «ХП», 2018. – 33с.
2. Друзь В.А., Юрьєва В.В., Криводєрев В.В., Г.В. Попова Психологія сім'ї. Навчальний посібник. Харків – НТУ «ХП», 2007.- 100с.
3. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис. – 2-е изд., расшир. и доп. – СПб.: Питер, 2000. – 656 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
4. Боуэн М. О процессах дифференциации своего «Я» в родительской семье / М. Боуэн // Теория семейных систем Мюррея Боуэна : основные понятия, методы и клиническая практика / под ред. К. Бейкер, А.Я. Варги. – М. : Когито-Центр, 2005. – С. 81–106.
5. Дружинин В.Н. Психология семьи/ - СПб.: Питер, 2007. – 176 с.
6. Варга А.В. Системная семейная психотерапия. Введение в системную семейную психиатрию: краткий лекционный курс / А.В. Варга – СПб. : Речь, 2001. – 182 с.
7. Попова Г.В., Милорадова Н.Э. «Метафорические ассоциативные карты в работе практического психолога: методика и практика» Харьков, ФЛП Бровин А.В., 2018 с. 222-239.
8. Психологія сім'ї: навчальний посібник/ Поліщук В.М., Гльїна Н.М., Поліщук С.А.- Суми: Університетська книга, 2012. – 282 с.
9. Черников, А.В. Системная семейная терапия : Интегративная модель диагностики/ А.В. Черников. – М., 2001. – 208 с.
10. Шутценбергер, А.А. Синдром предков / А.А. Шутценбергер. – М., 2001. – 240 с.

Практичне заняття 10 – 12. Специфіка та основні напрями подружнього консультування.

Питання для обговорення на семінарському занятті:

1. Класифікація підвидів подружнього консультування за В.Ю.Меновціковим.

2. Конструктивні та деструктивні функції конфлікту.
3. Проблеми взаємин.
4. Сексуальні проблеми.
5. Робота психолога-консультанта щодо розв'язання подружніх конфліктів.
6. Шлюбний контракт і його психологічний сенс.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Кризові періоди шлюбу та надання психологічної допомоги в цей період.
2. Поняття і причини подружнього конфлікту. Структура подружнього конфлікту.
3. Полорольові стереотипи та очікування від сім'ї.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. Методичні вказівки та контрольні завдання з курсу «Психологія сім'ї» для студентів денної та заочної форм навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» зі спеціальності 053 «Психологія» / Укладачі: Попова Г.В., Шаполова В.В., Мовчан Я.О.– Харків: НТУ «ХП», 2018. – 33с.
2. Друзь В.А., Юрьєва В.В., Криводерев В.В., Г.В. Попова Психологія сім'ї. Навчальний посібник. Харків – НТУ «ХП», 2007. – 100с.
3. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис. – 2-е изд., расшир. и доп. – СПб.: Питер, 2000. – 656 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
4. Боуэн М. О процессах дифференциации своего «Я» в родительской семье / М. Боуэн // Теория семейных систем Мюррея Боуэна : основные понятия, методы и клиническая практика / под ред. К. Бейкер, А.Я. Варги. – М. : Когито-Центр, 2005. – С. 81–106.
5. Дружинин В.Н. Психология семьи/ - СПб.: Питер, 2007. – 176 с.
6. Варга А.В. Системная семейная психотерапия. Введение в системную семейную психиатрию: краткий лекционный курс / А.В. Варга – СПб. : Речь, 2001. – 182 с.
7. Румянцева Т.В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре. Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.

8. Психологія сім'ї: навчальний посібник/ Поліщук В.М., Ільїна Н.М., Поліщук С.А.- Суми: Університетська книга, 2012. – 282 с.
9. Черников, А.В. Системная семейная терапия : Интегративная модель диагностики/ А.В. Черников. – М., 2001. – 208 с.
10. Шутценбергер, А.А. Синдром предков / А.А. Шутценбергер. – М., 2001. – 240 с.

Практичне заняття 13–16. Специфіка і проблеми консультування різних напрямів.

Питання для обговорення на семінарському занятті:

1. Робота психолога–консультанта з проблем виховання дітей у сім'ї.
2. Вікове психологічне консультування: проблеми дітей та підлітків.
3. Проблеми особистісного зростання.
4. Консультування з приводу жаху та фобій, тривожних клієнтів, при переживанні провини.
5. Консультування агресивних клієнтів.
6. Консультування депресивних клієнтів та клієнтів із суїцидальними намірами.
7. Консультування залежних клієнтів.

Підготовка доповідей та рефератів до семінарського заняття на теми:

1. Психологічні труднощі дітей дошкільного та молодшого шкільного віку
2. Психолого-педагогічне консультування батьків та педагогів в окремих випадках.
3. Технічні прийоми, які несуть потенціальну енергію перетворень та змін.
4. Експериментальний (диссоційований) діалог в гештальт підході.
5. Техніки сімейної психотерапії: «Циркулярне інтерв'ю», «Позитивне пере формулювання», «Припис», «Контрконцепція»,

«Сімейні ролі», «Сімейні правила», «Коло впливу», «Сімейні правила».

6. Горе. Алгоритм проживання.

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань:

1. Боуэн М. О процессах дифференциации своего «Я» в родительской семье / М. Боуэн // Теория семейных систем Мюррея Боуэна : основные понятия, методы и клиническая практика / под ред. К. Бейкер, А.Я. Варги. – М. : Когито-Центр, 2005. – С. 81–106.

2. Горностай П.П., Васьковская С.В. Психологическое консультирование: Ситуационные задачи. – Киев, «Вища школа», 1996.

3. Горностай П.П., Васьковская С.В. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. – Киев, «Наукова думка», 1995.

4. Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога: Сб. науч. трудов / Отв. ред. И.В.Дубровина. – М., 1987.

5. Дружинин В.Н. Психология семьи/ В.Н.Дружинин/ - СПб.: Питер, 2007. – 176 с.

6. Друзь В.А., Юрьева В.В., Криводерев В.В., Попова Г.В. Психологія сім'ї. Навчальний посібник. Харків – НТУ «ХП», 2007. – 100с.

7. Лебединский В.В. Нарушения психического развития у детей. – М., МГУ, 1985.

8. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. – Л., «Медицина», 1983.

9. Методичні вказівки та контрольні завдання з курсу «Психологія сім'ї» для студентів денної та заочної форм навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» зі спеціальності 053 «Психологія» / Укладачі: Попова Г.В., Шаполова В.В., Мовчан Я.О. – Харків: НТУ «ХП», 2018. – 33с.

10. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М., «Класс», 1994. – 133 с.

11. Психологія сім'ї: навчальний посібник/ Поліщук В.М., Ільїна Н.М., Поліщук С.А.- Суми: Університетська книга, 2012. – 282 с.

12. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис. – 2-е изд., расшир. и доп. – СПб.: Питер, 2000. – 656 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).

13. Митник О.Я. Розвиток поняттєвого мислення учнів у процесі навчання / О.Я. Митник // Практична психологія та соціальна робота – 2014. – № 3. – С.12– 16.

14. Навчання у початковій школі як цілісний творчий процес: теорія і практика / за ред. В.І. Бондаря; упорядк. О.Я. Митника. – К.: Початкова школа, 2011. – 384 с.

3. МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ З ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

3.1 Загальні методичні рекомендації організації самостійної роботи студентів

Самостійна робота студентів (СРС) займає провідне місце у системі сучасної вищої освіти. З усіх видів навчальної діяльності СРС значною мірою забезпечує формування самостійності як провідної риси особистості студента.

Самостійна робота завершує завдання усіх інших видів навчальної діяльності. Адже знання, що не стали об'єктом власної діяльності, не можуть вважатися дійсним надбанням людини. Тому СРС має навчальне, особисте та суспільне значення.

Навчальна діяльність характеризується суб'єктністю, активністю, предметністю, цілеспрямованістю, наявністю структури та змісту. Особливими ознаками самостійної навчальної діяльності є такі:

- зміни самого суб'єкта;
- залежність від рівня розвитку студента та опора на досягнутий рівень розвитку;
- засвоєння загальних способів дій та наукових понять;
- передування загальних засобів дій вирішенню завдань;
- залежність змін психічних властивостей та поведінки тих, хто навчається, від результатів їх власних дій.

Виконання самостійної роботи передбачає:

1. Опрацювання навчальної літератури за допомогою бібліотеки кафедри, університету, мережі Інтернет.
2. Вивчення навчального матеріалу, який дається для самостійної роботи.

3. Засвоєння знань, видів та способів діяльності в конкретній предметній галузі.

4. Самоперевірка засвоєних знань за допомогою представлених питань.

За необхідності можна отримати індивідуальну консультацію викладача щодо виконання самостійної роботи. Для цього на кафедрі кожного семестру розробляється графік консультацій викладачів.

3.2. Завдання для забезпечення самостійної роботи студентів.

Завдання за темами 1 и 2.

Ознайомитись з документами (див. список) та заповніть таблицю:

Таблиця № 1. – Вимоги до освіти та особистості психолога-консультанта.

№	Фахівець	Вимоги до освіти	Вимоги до особистості
1.	Лікар-психолог		
2.	Лікар-психотерапевт		
3.	Консультант психолого-медично-педагогічної консультації		
4.	Профконсультант		
5.	Практичний психолог		
6.	Психолог		

Рекомендовані інформаційні ресурси для виконання практичних завдань

1. Етичний кодекс психолога. Установчий з'їзд Товариства психологів України 20 грудня 1990 року в м. Києві <https://vseosvita.ua>

2. Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 29 березня 2002 р. N 117 <http://maup-center.com.ua/ru/psihologiya-v-ukraine>

Довідкові матеріали.

Нормативно-правові документи, які регламентують діяльність психологічної служби

1. Конституція України.
2. Декларація прав людини.
3. Конвенція про права дитини.
4. Закон України «Про освіту».
5. Етичний кодекс психолога (прийнятий на I установчому з'їзді Товариства психологів України 20.12.1990 в м. Києві).
6. Положення про психологічну службу у системі освіти України (наказ МОНУ від 22.05.2018 № 509 (zareestrovano v Ministerstvi yustitsii Ukraini 31 lipnya 2018 roku za №885/32337)).
7. Положення про психологічний кабінет дошкільних, загальноосвітніх та інших навчальних закладів системи середньої освіти, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 19.10.2001 №691.
8. Положення про експертизу психологічного і соціологічного інструментарію, що застосовується в навчальних закладах Міністерства освіти і науки України, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 20.01.2001 №330.
9. Положення про Всеукраїнський конкурс авторських програм практичних психологів і соціальних педагогів «Нові технології у новій школі», затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 31.05.2018 №555.
10. Наказ Міністерства освіти і науки України від 28.12.2006 №864 «Про планування діяльності та ведення документації соціальних педагогів, соціальних педагогів по роботі з дітьми-інвалідами системи Міністерства освіти і науки України».

11. Наказ Міністерства освіти і науки України від 08.08.2017 №1127 «Про затвердження Плану заходів Міністерства освіти і науки України щодо розвитку психологічної служби системи освіти України на період до 2020 року».

12. Наказ Міністерства освіти і науки України від 16.06.2020 №802 «Про проведення Всеукраїнського конкурсу авторських програм практичних психологів і соціальних педагогів «Нові технології у новій школі» у номінації «Розвивальні програми».

13. Лист Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 04.07.2012 №1/9-488 «Щодо організації та проведення «години психолога» у загальноосвітніх навчальних закладах».

14. Лист Міністерства освіти і науки України від 24.07.2019 №1/9-477 «Про типову документацію працівників психологічної служби у системі освіти України».

15. Лист Міністерства освіти і науки України від 04.04.2022 № 1/3872-22 «Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій».

16. Лист Міністерства освіти і науки України від 29.03.2022 №1/3737-22 «Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні».

17. Рішення Ради національної безпеки і оборони України від 24.02.2022 «Про введення в дію плану оборони України та Зведеного плану територіальної оборони України», введеного в дію Указом Президента України від 24.02.2022 № 70/202 Міністерство, заклади та установи освіти визначені співвиконавцями Плану заходів у п.2.7.4. щодо створення умов для медичної, психологічної, педагогічної реабілітації та соціальної реінтеграції дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій і збройних конфліктів, а також у п.2.7.5.

Завдання за темою 3.

Завдання 1.

Заповніть таблицю шляхом коротких визначень цілей та типових прийомів роботи фахівців кожного психологічного напрямку

Таблиця 2. – Характеристика основних наукових напрямів в

консультативній психології

Напрямок, представники, дати	Цілі надання ПД	Основні прийоми та техніки надання ПД
Психодинамічний напрям консультування: З.Фрейд, К.Юнг, А.Адлер, К.Хорні, Е. Берн		
Поведінковий напрямок: А.Бандура, Б. Скиннер, Дж. Вольпе		
Когнітивний напрямок: А. Бек, А. Еліс, У. Гласер		
Гуманістичний напрям: К. Роджерс, В. Франкл, Р. Мей		

Завдання 2

Сформулюйте, орієнтуючись на можливості клієнта, що таке: життя, смерть, людина, щастя, сім'я, інші люди, «Я», смисл.

Завдання 3

Підберіть метафори до таких понять: сутність людини, свобода, воля, розвиток, особистісне зростання, довільність, рефлексія, внутрішній план дій.

Завдання за темами 4-8.

Завдання 1.

Кратко визначити психологічний зміст кожної стадії консультативного процесу та перерахуйте типові прийоми роботи психолога на цих стадіях.

Таблиця 3. – Зміст стадій психологічного консультування та типові прийоми роботи психолога.

№	Стадія консультативного процесу	Психологічний зміст стадії	Типові роботи психолога-консультанта
1.	Встановлення контакту та первинне дослідження проблеми		
2.	Двумірне визначення проблеми клієнта		
3.	Пошук альтернатив звільнення		
4.	Планування		
5.	Діяльність		
6.	Зворотній зв'язок		

Завдання 2.

Визначте, яка з реплік психолога сприяє структуруванню предмета професійної взаємодії, а яка, на Вашу думку, перешкоджає цьому, поясніть свої відповіді, використовуючи знання про властивості психічної реальності як предмета професійної взаємодії психолога.

Репліки психолога:

1. Ну, кажіть, говоріть хоч щось про це
2. Хіба з Вами, дорослою людиною, це було вперше
3. Схоже, що ви погано орієнтуєтесь у конкретних фактах.
4. Вам важко згадати те, що було вчор
5. Так, я це й сама побачила, не треба зайвих слів, далі..
6. Розкажіть про нього детальніше...

7. Хто для вас ця людина?
8. Було б непогано почати все заново.
9. Ви не вірите мені?
10. Не бачу нічого незвичайного у ваших словах.
11. Так, це вже давно було відомо Фрейдю..
12. Кажіть, кажіть, це піде вам на користь.
13. Докладніше, будь ласка, про вчительку вашого сина.
14. Я слухаю вас.

Завдання 3.

Проаналізуйте, яке з висловлювань психолога орієнтоване на вплив, маніпулювання, управління, формування. Використовуйте для аналізу цих висловлювань наступне уявлення про зміст цих понять:

Вплив – це зміна психічної реальності іншої людини з метою створення для неї нових переживань та якостей. Припускає цінність іншої людини як міру зміни психічної реальності.

Маніпулювання – зміна психічної реальності людини відповідно до цілей і завдань когось або чогось. Припускає приховане чи явне знецінення людини.

Управління – зміна психічної реальності людини відповідно до її властивостей. Передбачає відсутність у людини можливості адекватної саморегуляції.

Формування – зміна психічної реальності людини відповідно до уявлення про її соціальну та індивідуальну норму. Передбачається, що сама людина не може досягти цієї норми. Для відповіді використовуйте поняття професії психолога-консультанта.

1. Треба розібратися вам з ним - хто за що відповідає, та гаразд, повернемося до цього пізніше?

2. Невже вам хочеться про це говорити стільки разів!

3. Ви ж знаєте, що перед вами дитина, чому ви її навантажуєте дорослими проблемами?

4. Ваші побоювання мені зрозумілі, але що ви робили, щоб їх не було? Робили щось?

5. Ви кажете, що всі її не люблять. Думаю, що це перебільшення.

6. Намагайтеся пригадати все, до дрібниць, я допоможу вам у цьому, ось моє завдання...?

7. Як людина я вас розумію, але ви самі сказали, що не почуваетесь людиною, давайте змінимо тему.

8. Було б непогано дізнатися про думку та іншої сторони. Ви можете проаналізувати його думки, а не...

9. Ви кажете, що ви не психолог, але ж на рівні простого здорового глузду зрозуміло, що якщо дитині важко, то їй треба допомагати, а не лаяти її, їй треба шкодувати, а не карати.

10. Про це важко говорити, спробуйте дізнатися себе у цих завданнях.

11. Ви не можете говорити? Давайте помовчимо, а потім зробимо нову спробу.

12. Чи не могли б ви краще зосередитися на моїх питаннях?

13. Добре, більше нічого не кажіть, я сама вас про все питатиму.

14. Хто вам сказав, що дитина має бути такою, якою її хтось хоче бачити? Нехай це навіть і близькі люди.

15. Ви вже встигли сказати їй, що її не любите?

16. Це була бажана для Вас дитина?

17. Вона вам ніколи не казала, що боїться втратити Ваше кохання?

18. Вам треба точно відповідати на мої запитання, я ще раз Вам

це повторюю.

19. Ви сказали, що лікарі називають її "примхливою", вони добре знайомі з вашою дівчинкою?

20. Ви краще настройтесь на себе, тоді нам буде легше говорити.

21. Мені було б зрозуміліше, якби Ви говорили послідовно.

22. Вам обов'язково треба дізнатися про це думку вчительки та зіставити свої вимоги до неї.

23. Що Ви їй сказали, коли почули від неї, що вона не хоче йти до школи?

Завдання 4.

Проаналізуйте, яке із висловлювань на першому етапі інтерв'ю належить психологу, а яке – некваліфікованому фахівцю. Для відповіді використовуйте поняття професії психолога-консультанта.

Висловлювання психологів:

1. У мене дар, талант розуміти людей, це ніхто не заперечує.
2. Я обов'язково допоможу Вам змінити себе.
3. Ми разом з Вами намагатимемося побачити Ваші проблеми іншими очима.
4. Хто б міг подумати, що така молода і вродлива жінка думатиме про смерть.
5. Ви серйозно ставитеся до всього, що відбувається з Вами.
6. Ви можете розраховувати на мої професійні знання та досвід.
7. Важко розпочинати роботу за такого опору з Вашого боку.
8. Ви б пошкодували б, чим швидше говорите правду, тим легше знайдемо рішення.

9. Думаю, що з цим завданням найефективніше впорається моя колега.

10. Ви вже розчаровані! Чим?

Завдання 5.

Виділіть у висловлюваннях людей, які звернулися за психологічною допомогою варіанти передачі відповідальності за вирішення нею ситуації на психолога:

— Мені так багато хорошого про Вас кажуть, що всім допомагаєте...

— Я платитиму стільки, скільки Ви скажете, тільки допоможіть...

— Це наша остання надія.

— Ми вже були у психологів, але щось нічим не допомогли.

— Ви, напевно, тут постійно працюєте, в штаті цієї фірми й посади психолога немає...

— З нею ніхто не може впоратися, ніхто, розумієте.

— Я не психолог, але розумію, що з нею щось відбувається...

— Нас ніхто не вчив психології, ніхто, розумієте, і ніколи.

Зверніть увагу, що передача відповідальності на психолога з точки зору іншої людини є нібито необхідною умовою його професійної діяльності.

4. МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДО ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ СЛУХАЧАМ ДЕННОЇ ТА ЗАОЧНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ

4.1. Загальні методичні рекомендації

Виконання контрольних робіт є складовою частиною навчального процесу, засобом перевірки навичок самостійної роботи та освоєння теоретичних питань дисципліни.

Контрольна робота може бути подана у рукописному або друкованому вигляді. В останньому випадку, контрольна робота виконується на аркушах паперу формату А-4, вона має бути надрукована 14 розміром шрифту Times New Roman, інтервал між рядками 1,5, вирівнювання тексту – по ширині. Обсяг контрольної роботи – 15-20 сторінок.

Титульний лист має містити такі обов'язкові реквізити: назва навчального закладу; назва кафедри, назва дисципліни; варіант завдання; форма навчання; курс, номер групи; повне прізвище, ім'я, по батькові студента; місце та рік здачі контрольної роботи та прізвище, ім'я, по батькові викладача, що буде перевіряти роботу.

Із запропонованого списку завдань студентзаочної форми навчання вибирає свою тему контрольної роботи, орієнтуючись на останню цифру власної залікової книжки.

Структура контрольної роботи включає:

- титульний аркуш;
- зміст;
- основна частина;
- список літератури.

4.2. Методичні вказівки до виконання контрольних робіт слухачами денної та заочної форми навчання

ТЕОРЕТИЧНА ЧАСТИНА

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

Мета тестового контролю – перевірка знань студентів з теоретичних питань, а також вміння застосовувати набуті знання, вміння і навички на практиці.

ІНСТРУКЦІЯ: уважно прочитайте запитання і виберіть з запропонованих варіантів вірну відповідь:

1. Базовими положеннями психоаналітичної теорії не є:
 - А. Психічна енергія;
 - Б. Несвідоме і свідоме;
 - В. Релігійне підсвідоме;
 - Г. Принцип задоволення.

2. До основних постулатів гуманістичного напрямку не відноситься:
 - А. Вплив на поведінку клієнта та підвищення почуття власної гідності;
 - Б. Моделювання через участь;
 - В. Значення атмосфери консультування;
 - Г. Важливість Я-концепції.

3. Раціонально-емотивне консультування не передбачає:
 - А. Схильність людей як до актуалізації самих себе;
 - Б. Свобода від болю;
 - В. Змінити поведінку, управляючи обставинами підкріплення клієнта;
 - Г. Прагнення до свободи вибору.

4. Методами і процедурами поведінкового консультування не є:
 - А. Систематична десенсибілізація;
 - Б. Тренінг асертивності;
 - В. Поведінковий контракт;
 - Г. Парадоксальна інтенція.

5. Основними положеннями біхевіористичної теорії не є:
 - А. Пам'ять як збереження вербальних звичок;
 - Б. Детермінізм і формування навичок;
 - В. Научіння через спостереження;
 - Г. Обумовлення емоцій.

6. До основних положень когнітивного консультування не відноситься:
 - А. Автоматичні думки;
 - Б. Моделювання через участь;
 - В. Емоційні схеми (генерування почуттів);
 - Г. Особистісні конструкти.

7. В транзактному аналізі використовуються підходи та методи, за винятком:

А. Аналіз сценарію як допомога у відмові від раніше прийнятих рішень;

Б. Використання методу драми;

В. Аналіз ігор;

Г. Структурний аналіз.

8. Нововведенням раціонально-емотивного консультування не є:

А. Систематична десенсибілізація;

Б. Соціальне наuczіння і вибір;

В. Акцент на "жахливому" минулому;

Г. Підкріплюючі наслідки

9. На стадії планування:

А. Консультант прагне точно охарактеризувати проблеми клієнта, встановлюючи як емоційні, так і когнітивні їхні аспекти;

Б. З'ясовуються й відкрито обговорюються можливі альтернативи рішення проблем;

В. Відбувається послідовна реалізація плану рішення проблем;

Г. Здійснюється критична оцінка обраних альтернатив рішення.

10. До найважливіших рольових функцій консультанта не відноситься:

А. Побудова відносин із клієнтом на взаємній довірі;

Б. Моделювання через участь;

В. Виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів;

Г. Безпосереднє "входження" у життєві обставини клієнтів і їхні відносини зі значимими для них людьми.

11. До ознак аутентичної особистості не відноситься:

А. Повне усвідомлення справжнього моменту;

Б. Свобода від болю;

В. Вибір способу життя в цей момент;

Г. Прийняття відповідальності за свій вибір.

12. Основне завдання консультанта полягає в тому, щоб:

А. Допомогти клієнтові у вирішенні особистих проблем;

Б. Клієнтові зрозуміти, ким він хоче стати;

В. Допомогти клієнтові у виявленні своїх внутрішніх резервів і в усуненні факторів, що заважають їхньому використанню;

Г. Допомогти клієнтові у оптимізації міжособистісних стосунків.

13. На стадії діяльності:

А. Клієнт разом з консультантом оцінює рівень досягнення мети (ступінь вирішення проблеми) і узагальнює досягнуті результати;

Б. Відбувається послідовна реалізація плану рішення проблем;

В. З'ясовуються й відкрито обговорюються можливі альтернативи рішення проблем;

Г. Консультант встановлює контакт (rapport) із клієнтом і досягає обопільної довіри.

14. До найважливіших рольових функцій консультаната не відноситься:

А. Генерування позитивних автоматичних думок клієнтів;

Б. Постійне вдосконалювання процесу консультування;

В. Створення навколо клієнтів здорового психологічного клімату;

Г. Виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів.

15. Еклектична загальна модель консультативного процесу складається з:

А. Шести стадій;

Б. Чотирьох стадій;

В. Восьми стадій;

Г. П'яти стадій.

16. До основних параметрів консультативного контакту не відноситься:

А. Емоційність;

Б. Ефективність;

В. Інтенсивність;

Г. Сумлінність.

17. До обов'язкових умов, що сприяють позитивним змінам особистості не відноситься:

А. Консультант відчуває безумовну повагу до клієнта;

Б. Консультант переживає емпатію, прийнявши точку зору клієнта, і дає це йому зрозуміти;

В. Виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів;

Г. Емпатійне розуміння й безумовна повага консультанта передаються клієнтові навіть при мінімальній виразності.

18. Унікальність природи консультативного контакту залежить від:

А. Повного усвідомлення справжнього моменту;

Б. Свободи від болю;

В. Здатності консультанта розрізняти інтимно-особистісні й інтимно-консультативні відносини;

Г. Прийняття відповідальності за свій вибір.

19. До фізичних компонентів терапевтичного клімату не відносяться:

А. Обстановка консультування;

Б. Щирість консультативного контакту

В. Структурування консультативного простору;

Г. Структурування часу консультування.

20. До основних параметрів консультативного контакту не відноситься:

А. Інтенсивність;

Б. Реалістичність;

В. Надання підтримки;

Г. Конфіденційність.

21. До обов'язкових умов, що сприяють позитивним змінам особистості не відноситься:

А. Виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів.

Б. «Клієнт», перебуває в стані психічного розладу, ранимих і тривожний;

В. «Консультант», бере активну участь у спілкуванні;

Г. Дві особи перебувають у психологічному контакті;

22. Консультативний контакт є асиметричним, тому що:

А. Тільки консультант повністю усвідомлює справжній момент;

Б. Тільки клієнт обирає спосіб життя в цей момент;

В. Тільки клієнт приймає відповідальності за свій вибір

Г. Тільки клієнт розкриває інтимні подробиці свого життя.

23. До емоційних компонентів терапевтичного клімату не відносяться:

- А. Конгруентність;
- Б. Безумовна повага клієнта;
- В. Структурування зустрічей;
- Г. Емпатія.

24. Скарга - це:

А. Власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки;

Б. Адресоване та висловлене консультанту невдоволення людини з приводу певних психологічних труднощів, з якими вона самотійно не може впоратися;

В. Сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як

дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація;

Г. Певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги.

25. Матеріал, отриманий психологом в процесі роботи з клієнтом, не підлягає свідомому чи випадковому розголошенню і повинен бути представленим так, щоб він не міг скомпрометувати ні психолога, ні замовника. Це є:

- А. Принцип компетентності.
- Б. Принцип безсторонності психолога.
- В. Принцип толерантності.
- Г. Принцип конфіденційності.

26. Яке з висловлювань психолога (на першому етапі інтерв'ю) є некваліфікованим:

А. Ми разом з Вами спробуємо побачити цю ситуацію «іншими очима».

Б. Думаю, що з цією задачею ефективно справиться мій колега.

В. Я допоможу Вам вирішити Вашу проблему.

Г. Я Вас слухаю.

27. Психолого-педагогічне консультування батьків дітей молодшого шкільного віку не передбачає:

- А. Врахування нормативних психічних новоутворень;

- Б. Аналіз специфіки взаємин з однокласниками;
- В. Аналіз включення дитини у процес учіння;
- Г. Діагностування розумових здібностей школярів.

28. Причинами шкільної неуспішності і дезадаптації не є :

- А. Тип нервової системи дитини;
- Б. Недоліки у підготовці дитини до школи;
- В. Відставання в інтелектуальному розвитку;
- Г. Соматична ослабленість дитини.

29. Виділіть варіант, в якому клієнт не перекладає відповідальності за вирішення своєї ситуації на психолога.

- А. «Ви (психолог) - остання наша надія»
- Б. «Мені так багато гарного про Вас (психолога) розповідають, кажуть Ви всім можете допомогти»
- В. «Я буду платити скільки скажете – лише допоможіть!»
- Г. « Ми прийшли до Вас на консультацію з таких питань...»

30. Різниця між скаргою та психологічним запитом не визначається:

- А. Рівнем усвідомлення існуючих проблем;
- Б. Щирістю консультативного контакту;
- В. Здатністю об'ємно бачити загальну картину ситуації;
- Г. Мірою проникнення консультанта в психологію переживань клієнта.

31. Запит - це:

А. Власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки;

Б. Адресоване та висловлене консультанту невдоволення людини з приводу певних психологічних труднощів, з якими вона самотійно не може справитися;

В. Скупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як

дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація;

Г. Певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги.

32. Психолог каже клієнту: «Замініть «хотілося б» на « я хочу», а «неможна» на«бажано» Це є вид директиви:

- А. Фіксація.
- Б. Переоцінка.
- В. Вільні асоціації.
- Г. Немає вірних варіантів.

33. Проблема - це:

А. Власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки;

Б. Адресоване та висловлене консультанту невдоволення людини з приводу певних психологічних труднощів, з якими вона самотійно не може впоратися;

В. Сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як

дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація;

Г. Певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги.

34. Зміст психологічної допомоги полягає:

А. У забезпеченні емоційної, смислової та екзистенційної підтримки людини або суспільства в ситуаціях ускладнення, які виникають у ході їх особистісного та соціального буття.

Б. Детального розмежування сфер діяльності психолога і психотерапевта.

В. У забезпеченні глибокого вивчення основних проблем дезадаптації і стигмації людини в суспільстві.

Г. Детального теоретичного та практичного аналізу та пропрацювання психологічних проблем особистості.

35. Визначте, у якому випадку варто сприймати серйозно загрозу здійснення самогубства:

А. Коли про це говорить людина похилого віку;

Б. Коли людині від 15 до 24 років;

В. Коли існує конкретний план самогубства;

Г. Завжди.

36. Визначте яка фаза не відповідає «горюванню» людини:

А. «Шоку і заціпеніння».

Б. «Страждання та дезорганізації (фаза депресії)»

В. «Пошуку смисла»

Г. «Фаза завершення»

37. Надання психологічних послуг є комплексною угодою між психологом та клієнтом, яка засвідчує професійність взаємодії та дозволяє відрегулювати процес психологічної допомоги вже на її початку, це:

- А. Психологічна домовленість;
- Б. Психологічна угода
- В. Етичний договір;
- Г. Психологічний контракт.

38. Напрямок практичного застосування наукових знань та можливостей психології, орієнтоване на сприяння людини, що відчуває психологічні труднощі, це:

- А. Психопрофілактика;
- Б. Психогімнастика;
- В. Психологічна допомога;
- Г. Нейролінгвістичне програмування.

39. Психологічний контракт виконує певні загальні функції, виберіть одну із представлено переліку:

- А. Лікувальна;
- Б. Етично-правова;
- В. Допоміжна;
- Г. Узагальнююча.

40. Напишіть моделі сімейного консультування які Ви знаєте:

41. Узгоджений образ сім'ї, що поділяється всіма її членами: уявлення про цінності сім'ї, її статус, спосіб життя, ролі, верховенство, норми і правила взаємодії це:

- А. Семейна самосвідомість;
- Б. Семейна легенда;
- В. Семейний міф;
- Г. Семейная доля.

4.3 Питання до екзамену з курсу «Основи психологічного консультування»

1. Зв'язок наукової та практичної психології. Поняття про психологічне консультування та допомогу.

2. Універсальні цілі психологічного консультування та їх тлумачення різними психологічними школами.

3. Цілі та завдання, підходи до психологічного консультування у вітчизняній психології.

4. П'ять позицій психолога-консультанта в консультативному діалозі відповідно до різних типів клієнтів.

5. Типи клієнтів та особливості взаємовідносин психолог – клієнт: за характером запиту на психологічну допомогу й з особливостями сприйняття психічних явищ.

6. Типи клієнтів та особливості взаємовідносин психолог – клієнт: за способом роботи з проблемами клієнта та особливості роботи залежно від статі клієнта.

7. Комунікативні техніки у консультативній бесіді.

8. Метод Сократівського діалогу. В яких випадках консультант може використовувати цей метод?

9. Питання, що характеризують професійну етику поведінки психолога-консультанта і загальну атмосферу ситуації.

10. Опис ускладнюючих сеанс дій клієнта та рекомендації щодо роботи з ними.

11. Дистантне консультування.

12. Правила конфіденційності у роботі з клієнтами. Етичні аспекти психологічного консультування.

13. Типові помилки психолога-консультанта.

14. «Контракт» між консультантом та клієнтом.

15. Психологічне консультування як форма практичної діяльності психолога.

16. Поняття і види психологічного консультування.

17. Психологічне консультування і психотерапія.

18. Цілі і завдання психологічного консультування.

19. Професійна підготовка, рольові функції і особистість ефективного консультанта.

20. Етичні принципи психологічного консультування.

21. Структура процесу консультування.

22. Загальні правила і установки консультанта, які структурують процес консультування.

23. Запроси, мотиви і завдання взаємодії консультанта і клієнта

24. Типи взаємодії консультанта і клієнта.

25. Предмет роботи консультанта в процесі консультування.

26. Труднощі в процесі консультування.

27. Консультативна бесіда: знайомство і початок бесіди.

28. Консультативна бесіда: розпитування клієнта.

29. Консультативна бесіда: формулювання і перевірка консультативних гіпотез.
30. Консультативна бесіди: коректувальна дія.
31. Консультативна бесіда: завершення бесіди.
32. Процедури і техніка консультування: базові принципи організації діалогу з клієнтом.
33. Процедури і техніка консультування: закриті і відкриті питання.
34. Процедури і техніка консультування: короткі питання.
35. Процедури і техніка консультування: техніка віддзеркалення змісту.
36. Процедури і техніка консультування: техніка віддзеркалення відчуттів.
37. Процедури і техніка консультування: інтерпретація.
38. Процедури і техніка консультування: конфронтація.
39. Процедури і техніка консультування: саморозкриття консультанта (можливості і обмеження), використання пауз.
40. Консультування тривожних клієнтів
41. Консультування клієнтів із страхами і фобіями.
42. Консультування депресивних клієнтів.
43. Консультування клієнтів з суїцидальними намірами.
44. Консультування клієнтів в ситуації важкої втрати.
45. Консультування істероїдних клієнтів.
46. Консультування клієнтів з відчуттям провини.
47. Консультування залежних клієнтів.
48. Консультування клієнтів з труднощами у спілкуванні
49. Консультування клієнтів в стані горя.
50. Консультування клієнтів, що пережили насильство.
51. Консультування родин, що мають дітей підлітків.
52. Особливості сімейного та подружнього консультування.
53. Консультування сім'ї в стані кризи.
54. Особливості консультування молоді сім'ї.
55. Особливості консультування конфліктних клієнтів.
Конструктивні та деструктивні функції конфлікту.
56. Загальна характеристика когнітивного напрямку в консультативній психології.
57. Загальна характеристика гуманістичної парадигми в консультативній психології.
58. Загальна характеристика класичного психоаналізу в консультативній психології.

59. Особливості психодінамічного напрямку в консультативній психології.

60. Особливості біхевіористичного напрямку в консультативній психології.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Основна

1. Алдер Г. НЛП – современные психотехнологии [Текст] / Г.Алдер. – СПб. : Питер, 2001. – 160 с. – (рос. мовою).
2. Афанасьєва Н.Є. Психологічне консультування представників екстремальних професій: теорія, методологія, практика: монографія / Н.Є. Афанасьєва. – Х.: НУЦЗУ, 2017. – 315 с.
3. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А.Ф.Бондаренко, изд. 4-е, испр. и доп.– К.: Освіта України, 2007. – 332 с.
4. Бондаренко А.Ф. Социальная психотерапия личности (психосемантический подход) / А.Ф.Бондаренко– К., КГПИИЯ, 1991. – 189с.
5. Бондаренко А.Ф. Беседы с психологом / А.Ф.Бондаренко, Т.А.Петкова. – К.: «Свет», 2005. – 208 с.
6. Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидерс А.Г. Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 136с. – (рос. мовою).
7. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування. Навчальний посібник./ С.В.Васьківська// – К.: Четверта хвиля, 2004. – 256 с.
8. Глэддинг С. Психологическое консультирование. 4-е изд. – СПб.: Питер, 2002. – 736с. (рос. мовою).
9. Горностай П.П., Васьковская С.В. Теория и практика психологического консультирования. Проблемный подход / П.П. Горностай, С.В.Васьковская // – Киев: Наукова думка, 1995. – 128с.
10. Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога: Сб. науч. трудов / Отв. ред. И.В.Дубровина. – М., 1987.
11. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. М.: Академический Проект: ОППЛ, 2002. – 464 с.

12. Методичні вказівки та контрольні завдання з курсу «Психологія сім'ї» для студентів денної та заочної форм навчання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» зі спеціальності 053 «Психологія» / Укладачі: Попова Г.В., Шаполова В.В., Мовчан Я.О. – Харків: НТУ «ХП», 2018. – 33с.

13. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М., «Класс», 1994. – 133 с. (рос. мовою)

14. Хомич Г.О. Ткач Р.М. Основы психологического консультирования: Навч. посіб. / Г.О.Хомич, Р.М. Ткач // – К.: МАУП, 2004. – 152 с.

15. Цимбалюк І. М. Психологічне консультивання та корекція: навч. посібн., модульно-рейтинговий курс / Цимбалюк І. М.// – [2-е вид., випр. і доп.]. – К.: Професіонал, 2007. – 544 с.

16. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г.Эйдемиллер, В.В.Юстицкий// – 2-е изд., расшир. и доп. – СПб.: Питер, 2000. – 656 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).

Додаткова:

1. Бэндлер Р., Гриндер Дж., Сатир В. Семейная терапия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 1999. – 160 с. – (рос. мовою).

2. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). - М.: Изд-во МГУ, 1984. – 200 с.

3. Друзь В.А., Юрьева В.В., Криводегев В.В., Г.В. Попова Психологія сім'ї. Навчальний посібник/ В.А. Друзь, В.В. Юрьева, В.В.Криводегев, Г.В. Попова// Харків – НТУ «ХП», 2007.- 100с.

4. Ковальова І. Б. Декомпозиція когнітивного образу регуляції емоційно-вольових проявів суб'єкта діяльності в особливих умовах / І. Б.Ковальова // Вісник Національного університету оборони України. – К. : НУОУ, 2011. – Вип. 2 (21). – С. 130–134.

5. Ковальова І. Б. Значення когнітивної свідомої саморегуляції поведінки і діяльності фахівців рятувальних підрозділів МНС в особливих умовах праці / І. Б. Ковальова // Вісник Харків. нац. пед. універ. Психологія. – 2009. – Вип. 29. – С. 69–80.

6. Ковальова І. Б. Тренінгова програма «Рятівник» в системі психологічної підготовки фахівців МНС (методичні засади) /

І. Б.Ковальова // Вісник Національної академії оборони України. – К. : НУОУ, 2010. – Вип. 5 (18). – С. 151–156.

7. Ковальова І.Б., Мозговий В.І. Досвід психокорекційної та реабілітаційної роботи з учасниками АТО на базі Менського санаторію «Остреч» / І. Б. Ковальова, В.І. Мозговий// Вісник Харків. нац. пед. універ. ім. Г.С. Сковороди. Психологія. – 2016. – Вип. 54. – С. 89–96.

8. Льюис К. Просто християнство. – Чикаго: SYR, 1990. – 220с.//<https://psylib.org.ua/books/lewis02/index.htm>

9. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. – 2-е изд., стер. – М.: Смысл, 2005. – 182 с.

10. Помиткіна Л.В., Злагодух В.В., Хімченко Н.С., Погорільська Н.І. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів /Л.В.Помиткіна, В.В. Злагодух, Н.С. Хімченко, Н.І.Погорільська// – К.: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. – 270 с.

11. Попова Г.В., Ковальова І.Б. Проблемні питання психосоціальної реабілітації учасників бойових дій та їхніх родин//Г.В. Попова, І.Б.Ковальова//ТИПУС //Щоквартальний науково-практичний журнал. – Харків: НТУ «ХПШ», 2019. – №2. С.16– 22.

12. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной — СПб.: Питер, 2004. – 592 с.

13. Психологические основы профилактики наркомании в семье Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого – <http://books4study.org.ua/kniga6064.html>

14. Пезешкиан Н. Психотерапия повседневной жизни: тренинг разрешения конфликтов. – СПб.: Речь, 2001. -288с. (рос.мовою)

15. Франкл Виктор - Сказать жизни – «Да». Упрямство Духа - <http://arhivknig.com/psikhologija-samorazvitie/69503-viktor-frankl-skazat-zhiznida.-uprjamstvo-dukha.html>

ГЛОСАРІЙ

АМБІВАЛЕНТНІСТЬ – суперечливе ставлення суб'єкта до об'єкта, одночасна спрямованість протилежних почуттів (любові та ненависті) на той самий об'єкт. Одна з відмінних рис невротиків.

АНІМА – у концепції К. Юнга – термін, зміст якого означає жіночий початок у психіці. Один із архетипів колективного несвідомого.

АНІМУС – термін К. Юнга, що фіксує чоловічий початок психіки. Один із архетипів колективного несвідомого.

АНТИКАТЕКСИС – процес переміщення лібідо від об'єкта до суб'єкта.

АСЕРТИВНІСТЬ – (англ. *assertiveness*) – здатність людини відстоювати власну точку зору, не порушуючи моральних прав іншої людини. Це здатність оптимально реагувати на критику та вміння рішуче говорити собі та іншим «ні», якщо цього вимагають обставини. Асертивність дозволяє зробити свою поведінку гнучкою та дивергентною. Також існує ще таке визначення для терміна *асертивність* – це поведінка, що поєднує внутрішню силу та ввічливість у стосунках з оточуючими. Це здатність у ситуації зовнішнього тиску коректно відстоювати власні інтереси та свою лінію поведінки, спокійно казати «ні» тому, що вас не влаштовує та продовжувати в соціально прийнятній формі ефективно наполягати на власних правах.

АТТИТЮДИ – система основних настановних відносин особистості.

АФІЛІЯ – прихильність.

БАЛЛІНТІВСЬКІ групи – названі на ім'я їх ініціатора, угорського психіатра К. Баллінта, є зборами фахівців психотерапевтів чи психологів. Призначені для відрефлексування чи відреагування особистісно значимих переживань, викликаних психотерапевтичною практикою.

БПМ – "базові перинатальні матриці" – в концепції С. Грофа - чотири основні шари несвідомого, пов'язані з пам'яттю про внутрішньоутробне існування і процес народження.

ВІДЕОТРЕНІНГ – психологічний тренінг із використанням відеозапису процесу, його перегляду та обговорення учасниками тренінгу.

ГЕШТАЛЬТ – цілісний образ, форма (нім.) – Термін і поняття, що відображають специфіку сприйняття. На цьому побудовано гештальт-терапію. Засновник гештальт-терапії Фредерік Перлз розширив ідеї

гештальтпсихології і ввел термін у терапевтичний

ГІПЕРВЕНТИЛЯЦІЯ – фізіологічні ефекти, що виникають при глибокому і частому диханні.

ГНУЧКІСТЬ СІМЕЙНОЇ СИСТЕМИ– здатність сімейної системи адаптуватися до змін зовнішньої та внутрішньосімейної ситуації. Для ефективного функціонування сім'ї потребують оптимального поєднання внутрішньосімейних змін із здатністю зберігати свої характеристики стабільними. Не збалансовані за параметром гнучкості сімейні системи характеризуються ригідністю чи хаотичністю.

ГРУПОВЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ ПОДРУЖНІХ ПАР–вид роботи передбачає об'єднання в групу кількох подружніх пар з метою отримання підтримки та опрацювання подружніх проблем.

ГРУПОВЕ СІМЕЙНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ – вид психологічної допомоги передбачає організацію роботи двох типів груп: гомогенних (батьківських, дитячих, груп для матерів та ін) та гетерогенних, що використовуються на певних етапах роботи з сім'єю та найчастіше приймають форму спільних занять батьківських та дитячих груп.

Д. Олсон виділяє чотири рівні згуртованості і, відповідно, чотири типи сімей (Черніков А. В., 2001):

ДІСФУНКЦІОНАЛЬНА СІМЕЙНА СИСТЕМА – порушення структури сім'ї, що перешкоджає виконанню сім'єю своїх функцій, тобто порушення структури взаємостосунків є перепорою для задоволення ряду потреб одного з її членів сім'ї.

ЕКЗИСТЕНЦІЯ – існування, поняття екзистенційної філософії та психотерапії.

ЕКСТРАВЕРСІЯ – зверненість назовні, до зовнішнього світу, на відміну від інтроверсії.

ЕМПАТІЯ – співпереживання. Термін введений у психотерапію К. Роджерсом, який наголошував на психотерапевтичному переживанні момент несליанности, розділеності “Я” психотерапевта і «Я» клієнта.

ЖИТТЄВИЙ ЦИКЛ СІМ'Ї – послідовність етапів, які у своєму розвитку проходить будь-яка середньостатистична сім'я. Уявлення про життєвий цикл сім'ї має велике значення щодо стратегії роботи з сім'єю. Кожна сім'я має більші або менші ресурси для трансформації сімейними стабілізаторами - сімейні норми та правила, сімейні цінності, традиції та ритуали сім'ї (Холмогорова А. Б., Е. Г. Ейдемільер).

Збалансованими і такими, що забезпечують найбільш оптимальне сімейне функціонування, є розділений і пов'язаний рівні згуртованості.

ЗМІНИ ПЕРШОГО І ДРУГОГО ПОРЯДКУ У СІМЕЙНІЙ СИСТЕМІ – Зміни першого порядку це структурні зміни (один з членів сім'ї переїхав, помер тощо). Зміни другого порядку відбуваються у

взаємостосунках членів сім'ї у зв'язку зі змінами першого порядку. Наприклад, після розлучення батьків змінюється склад родини, у зв'язку зі зміною місця проживання батька, видозмінюються і сімейні стосунки як між партнерами в минулому, так і між батьком й дітьми.

ІЄРАРХІЯ СІМЕЙНОЇ СИСТЕМИ – характеризує відносини домінування-підпорядкування у ній, включає характеристики різних аспектів сімейних відносин: авторитетність, домінування, ступінь впливу одного члена сім'ї на інших, влада приймати рішення. Поняття «ієрархія» використовується також у вивченні змін у структурі ролей та правил усередині сім'ї (Черніков А. В., 2001).

ІМІДЖ – образ (англ.). Публічно зафіксований чи підтримуваний образ, спосіб громадського особи, лику професії, роду діяльності, способу життя.

ІНДИВІДУАЛЬНЕ ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ – процес, орієнтований на навчання та особистісне зростання клієнта, під час якого останній дізнається більше про себе. вчиться пов'язувати ці знання зі своїми цілями так, щоб досягти більш повного та гармонійного буття-у-світі. Даний вид психологічної допомоги передбачає роботу з одним із членів сім'ї та базується на ідеї М. Боуена про те, що зміни навіть одного члена сім'ї призводять до змін усієї системи внутрішньосімейних відносин.

ІНДИВІДУАЦІЯ – термін К. Юнга, що означає як прагнення «Его» до злиття з «Самістю», так і сам цей процес.

ІНІЦІАЦІЯ – букв. "посвята". Ритуальний обряд, що супроводжує соціально санкціоноване дійство, що має на меті загально визнану зміну статусу індивіда у групі.

ІНКОРПОРУВАННЯ – "включення до складу", приєднання, що відбувається в процесі накопичення та інтеграції інформації, що знаходиться в пам'яті, і тієї, що надходить ззовні.

ІНСАЙТ – раптове осяяння, вирішення тієї чи іншої проблеми.

ІНСТИТУЦІОНАЛІЗАЦІЯ – втілення у форму тих чи інших організацій будь-якої концепції. Наприклад, Інститут Карла Юнга у Швейцарії – інституціоналізація ідей Юнга.

ІНТЕНЦІЯ – намір (англ.).

ІНТЕРІОРИЗАЦІЯ – процес формування внутрішніх структур психіки, зумовлений враженнями зовнішньої реальності.

ІНТРОВЕРСІЯ – зверненість до свого внутрішнього світу, на відміну від екстраверсії.

ІНТРОЕКЦІЯ – повне включення індивідом у свій внутрішній світ сприйманих ним образів і поглядів інших людей, коли він уже не поділяє власні та не власні уявлення.

ІНТРОСПЕКЦІЯ – спостереження за своєю власною психічною діяльністю.

ІНФОРМУВАННЯ – психолог може надати сім'ї чи її членам інформацію про особливості функціонування сім'ї на різних етапах розвитку, про завдання, стоять перед сім'єю у кризові періоди, про віково-психологічні особливості розвитку особистості, а також можливість отримання додаткової допомоги в інших фахівців.

ІНЦЕСТ – "кровозмішання", сексуальний зв'язок близьких родичів.

КАРНАВАЛІЗАЦІЯ – термін М. М. Бахтіна, що позначає соціально-психологічні процеси, що виникають в суспільстві в період ломки минулого характеру соціальних відносин. Сутність цих процесів полягає в осміянні минулого. Історичний прототип цих процесів – римські сатурналії.

КАТЕКСИС – згідно з вченням Фрейда, "енергетичний заряд", процес переміщення психосексуальної енергії на якийсь об'єкт.

КОМПЛЕКС – сукупність пригнічених потягів, уявлень, афектів, які впливають на поведінку індивіда, структуруючи його певним чином.

КОНГРУЕНТНІСТЬ – букв. "відповідність". У вченні К. Роджерса – відповідність, адекватність емоційних, експресивних поведінкових та інших засобів діяльності психотерапевта в ситуації надання психологічної допомоги.

КОНСУЛЬТУВАННЯ ПОДРУЖЖЯ (психотерапія) – даний вид психологічної допомоги є робота з подружньою парою і спрямований на оптимізацію взаємодії між шлюбними партнерами.

КОНТРАПЕРЕНОС – неусвідомлене перенесення психотерапевтом ставлення до емоційно значимих йому людей особистість пацієнта.

КОНФІДЕНЦІЙНІСТЬ – довірливість, секретність.

МАНІПУЛЮВАННЯ – (синонім – "маккіавелізм") – термін, що позначає приховане управління діями та поведінкою в цілому інших людей за допомогою експлуатації їх "слабких місць", тобто. невідрефлексованих та непотрібних комплексів.

МЕНТАЛІТЕТ – сукупність стійких ціннісно-сміслових структур суспільної свідомості та поведінки.

МЕТАКОМУНІКАЦІЯ – цей термін описує процеси спільного обговорення та осмислення того, що відбувається між членами сім'ї, тобто є коментар або повідомлення з приводу комунікації. Вона може бути як вербальною, так і невербально, і зазвичай є сигнали, що допомагають правильно зрозуміти контекст повідомлення. Суперечливість повідомлення, або лише на рівні його змістовної чи смислової частини, або що виражається у невідповідності його

вербальних та невербальних компонентів, призводить до феномена парадоксальної комунікації по типу «подвійна пастка» (Черніков А. В. 2001).

НАРЦИСИЗМ – прояв уваги виключно до власної персони, самолюбівання.

НЕВРОТИЗМ – стан, що характеризується емоційною нестійкістю, тривогою, вегетативними розладами.

НЕВРОТИК – людина, яка страждає на невротичні розлади.

ПАТОЛОГІЗУЮЧИ РОЛІ – є показником дисфункціональної сімейної системи служить поява які дозволяють сім'ї як системі зберігати стабільність. проте в силу своєї структури та змісту надають психотравмуючий вплив на її членів (Ейдеміллер Е. Г.. Юстіцкіс В. В. 2000). Одним із прикладів рольової дисфункціональне є делегування ролі дорослого дитині, що дуже типово для сімей із проблемою алкоголізації, де мати рятує батька та страждає, а дитина постає перед необхідністю стати маминою «опорою» — підтримує її, не засмучує, приховуючи свої дитячі проблеми.

ПАТТЕРН – шаблон (англ.). – стійкий шаблон поведінки (поведінковий паттерн), стійка структура в несвідомому (паттерни несвідомого), чи м'язах тіла (“тілесні паттерни” в тесноорієнтованій терапії).

ПАТТЕРНИ ВЗАЄМОДІЇ – це стійкі способи поведінки членів сім'ї і комунікативні стереотипи, що постійно повторюються. включають певні послання (повідомлення) або містять певний зміст для членів сім'ї - наприклад, постійне вираження одне одному невдоволення, сварки, висміювання, образи, приниження, підтримка, захист і т. д. Стереотипна послідовність паттернів взаємодії в ряді випадків може набувати циркулярної форми.

ПЕРИНАТАЛЬНИЙ – що відноситься до періоду до народження. У концепції С. Грофа пам'ять про внутрішньоутробне існування. підхід.

ПЛАЦЕБО (лат. placebo, букв. "сподобаюся") – феномен психіки, що відображає сугестивний вплив на особистість суб'єктивно значущих і бажаних форм медикаментозного або психологічного впливу.

Повідомлення вимог і очікувань у сім'ї може бути вельми руйнівним, якщо вони (особливо висунуті батьки) суперечливі і неузгоджені. Це унеможливує їх інтеграцію, що веде до внутрішніх конфліктів і протиріч у розвитку дитині. Делегування батьками своїх нездійснених планів дітям у вигляді нав'язаних ним життєвих цілей може стати на заваді у виконанні власних бажань та потреб дитини та зрештою призводити до депресивних станів.

ПОДВІЙНА ПАСТКА – «подвійне послання» може бути визначена як ситуація, коли індивід на різних рівнях комунікації отримує два суперечливі повідомлення від однієї й тієї ж особи. З яким він, як правило, перебуває у близьких відносинах. При цьому на жодне з отриманих повідомлень у нього немає можливості адекватно відреагувати. У той самий час він може перервати взаємодію з значимості відносин. Все це робить ситуацію безвихідною оскільки реакція адекватна одній частині вступатиме у конфлікт із його іншою частиною. Крім «подвійного зв'язку», ознаками дисфункціональної сімейної метакомунікації є її фрагментарність чи повна прихованість (наявність «сімейних секретів»).

Порушення ієрархії в сиблінговій підсистемі може бути її надмірна ієрархізованість чи, навпаки, відсутність у ній ієрархічної структури.

ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД (ПТСР) – (посттравматичний синдром, «комбатантський синдром», «в'єтнамський синдром», «афганський синдром», «східний синдром» тощо) – психічний розлад, різновид неврозу, що виникає внаслідок переживання однієї чи кількох подій, що травмують психіку, таких як, наприклад, військові дії, теракти, аварії чи стихійні лиха, катастрофи, важкі фізичні травми, побутові або статеві насильства, загроза смерті або ставанням свідком або заподіювачем чужої смерті. ПТСР проявляється як довготермінова реакція на стрес – на думку лікарів його дія спостерігається щонайменше через чотири тижні після травматичної події.

ПСИХОАНАЛІТИК – психотерапевт, що працює в руслі психоаналітичної парадигми.

ПСИХОДІАГНОСТИКА – постановка діагнозу за допомогою тих чи інших психодіагностичних методів, наприклад тестування.

ПСИХОТЕРАПЕВНИЧНА ФУНКЦІЯ СІМ'Ї АБО ЕМОЦІЙНА ПІДТРИМКА – психологічний захист кожного члену сім'ї, його емоційна стабілізація, в сучасних умовах набуває особливої актуальності з поширенням партнерської сім'ї та зростаючою кількістю стресогенних факторів у світі;

ПСИХОТИК – страждає на психоз.

ПУБЕРТАТ – період досягнення статевої зрілості.

СІМЕЙНИЙ СЦЕНАРІЙ– обумовлені сімейною історією, що повторюються з покоління до покоління патерни взаємодії. Поняття «сімейний сценарій» походить від ідей теорії М. Боуена про трансмісію.

СІМЕЙНІ НОРМИ ТА ПРАВИЛА– сукупність підстав та вимог, на яких будується життя сім'ї. Вони можуть стосуватися як режиму дня, і можливості відкритого вираження почуттів. Відсутність правил і норм

призводить до хаосу в сімейній системі, а також є серйозною небезпекою для психічного здоров'я членів сім'ї. Багато дітей та підлітків з делінквентною поведінкою вирости в сім'ях, що характеризуються хаотичністю. Нечіткість правил і норм, їх непромовленість сприяють зростанню тривоги у членів сім'ї та можуть призводити до стресів, а також гальмувати розвиток як усєї сімейної системи, так і окремих її членів.

СІМЕЙНІ РОЛІ– стійкі функції сімейної системи, які закріплені за кожним із її членів. Рольова структура сім'ї наказує її членам що, як, коли і в якій послідовності вони мають робити. взаємодіючи один з одним (Мінухін С. Фішман Ч.. 1998). Окрім актуальної поведінки, до поняття «роль» включаються бажання, цілі, переконання, почуття, соціальні настанови, цінності та дії, які очікуються чи приписуються тому чи іншому члену сім'ї.

СІМЕЙНІ ЦІННОСТІ — ідеали, уявлення про сім'ю, її особливості, які схвалюються та культивуються в колі сім'ї, а також є важливим фактором регуляції взаємин між її членами. У сім'ї можуть знаходити відображення загальнодержавних цінностей. Саме сім'я може стати джерелом формування цінностей, сприяють адаптації та соціалізації молоді.

СОЦІОПСИХОТЕРАПІЯ – поняття, обсяг і зміст якого включає широкий комплекс послуг допомоги, спрямованих на особистісну адаптацію індивіда в соціумі.

СУГГЕСТІЯ – навіювання.

СУПЕРВІЗОРСТВО – спостереження, керівництво. Термін, поширений в англійських країнах щодо дій зовнішнього контролю, наставництва, що супроводжує підвищення кваліфікації чи дотримання нормативів професійної діяльності психологів та психотерапевтів.

ТРАНСФЕР – термін З. Фрейда, що означає перенесення пацієнтом на фігуру психоаналітика власних неотрегованих комплексів, що сягають корінням в раннє дитинство.

ТРИАНГУЛЯЦІЯ– нерідко дитина використовується («триангулюється») матір'ю на вирішення подружніх конфліктів: висувається як щит під час п'яних скандалів, бере участь у переговорах з батьком наступного ранку, наприклад, намагаючись «розуміти» його і т.д.

ФРУСТРАЦІЯ – психологічна реакція, пов'язана з розчаруванням, невдачею у досягненні будь-якої мети, аварії надій тощо.

ФУНКЦІЇ СІМ'Ї – це життєдіяльність сім'ї, пов'язана із задоволенням визначених потреб її членів. Виконання функцій сім'ї має значення не тільки для її членів та родичів але й для суспільства в

цілому [(Ейдемілер та ін., 2003)]. До функцій сім'ї відносять: репродуктивну, виховну, господарсько-побутову, функцію соціального контролю, функцію статевого регулювання.

Навчальне видання

Основи психологічного консультування

Методичні вказівки
для студентів із спеціальності психологія

Відповідальний за випуск *І.Б. Ковальова*
Роботу до друку рекомендував *Ю.І. ПАНФІЛОВ*

План 2023 р., п. 280

Формат 60x84 1/16. Папір офсет. Друк цифровий
Ум. друк. арк. 7,0. Тираж 50 прим. Зам 13-06.

Видавництво та друк
ФОП Іванченко І.С.