

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»**

**ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, СОЦІОЛОГІЇ ТА ПОЛІТОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

Цільмак О. М.

**ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ»**

Практикум

Одеса–2021

УДК 159.99

**Рекомендовано навчально-методичною радою
Національного університету «Одеська юридична академія»
протокол № 2 від 04 грудня 2020 року**

Автор:

О. М. Цільмак – доктор юридичних наук, професор
(Національний університет «Одеська юридична академія»)

Рецензенти:

О. І. Кудерміна – доктор психологічних наук, професор
(Національна академія внутрішніх справ, м. Київ)

Мілорадова Н. Е. – доктор психологічних наук, доцент
(Харківський національний університет внутрішніх справ)

Цільмак О.М. Плани практичних занять з навчальної
дисципліни «Психологічне консультування»: *практикум*. Одеса:
Фенікс, 2021. 102 с.

У практикумі подається інноваційна методика проведення інтерактивних практичних занять з навчальної дисципліни «Психологічне консультування», яка включає у себе тематичні питання для бліцопитування, теми рефератів, психодіагностичні методики, психотренінгові вправи, ділові та сюжетно-рольові ігри, ситуативні задачі, практичні завдання. Інноваційний підхід до проведення практичних занять посприятиме формуванню у здобувачів вищої освіти професійно-психологічної компетентності.

УДК 159.99

© Цільмак О. М., 2021

ЗМІСТ

ВСТУП	5
Тема 1. Загальні аспекти психологічного консультування	8
Тема 2. Особистість консультанта в процесі професійної діяльності	12
<i>Практичне заняття № 1</i>	12
Тема: Модель ефективного консультанта	
<i>Практичне заняття № 2</i>	16
Тема: Особливості професійної діяльності консультанта	
Тема 3. Специфіка консультативної діяльності психолога	20
Тема 4. Методи психологічного консультування	24
Тема 5. Процес психологічного консультування	27
<i>Практичне заняття № 1</i>	27
Тема: Підготовчий та початковий етапи консультативної взаємодії	
<i>Практичне заняття № 2</i>	33
Тема: Збір інформації про клієнта. Основні техніки слухання	
<i>Практичне заняття № 3</i>	36
Тема: Стратегічний та завершальний етапи консультативної взаємодії	
Тема 6. Консультування в контексті різних наукових підходів	40
<i>Практичне заняття № 1</i>	40
Тема: Технологія психологічного консультування у контексті психоаналітичної теорії та практики	
<i>Практичне заняття № 2</i>	43
Тема: Технологія психологічного консультування у контексті екзистенціальної теорії та практики	
<i>Практичне заняття № 3</i>	45
Тема: Технологія психологічного консультування у контексті гештальт-психології	
<i>Практичне заняття № 4</i>	49
Тема: Технологія психологічного консультування у контексті когнітивно-біхевіорального підходу	

<i>Практичне заняття № 5</i>	
Тема: Технологія психологічного консультування у контексті особистісно орієнтованого підходу	49
<i>Практичне заняття № 6</i>	
Тема: Консультативна діяльність практичного психолога на основі духовно-особистісного підходу	54
Тема 7. Віково-психологічне консультування	57
Тема 8. Консультування у різних сферах професійної діяльності	62
Тема 9. Зміст та організація консультування з приводу подружніх проблем	68
<i>Практичне заняття № 1</i>	68
Тема: Проблемні питання консультування подружжя	
<i>Практичне заняття № 2</i>	71
Тема: Технологія психологічного консультування при розлученні	
Тема 10. Особливості психологічного консультування клієнтів у кризових станах	73
Тема 11. Психологічне консультування клієнтів різних типів особистості	77
Питання та практичні завдання до заліку	80
Рекомендована література	83
Додатки	88

ВСТУП

Навчальна дисципліна «Психологічне консультування» передбачає теоретичне і практичне визначення концептуальних засад і методологічних принципів психологічного консультування; ознайомлення з сучасними підходами до практики психологічного консультування; вироблення практичних умінь і навичок; формування морально-етичних норм і відповідальності; усвідомлення професійної ідентичності та становлення професійної компетентності.

Метою є озброєння здобувачів вищої освіти з основними технологіями психологічного консультування через розкриття специфіки роботи з різними категоріями клієнтів та їх запитам.

Завданнями курсу є:

- 1) сформувати у здобувачів вищої освіти знання про методологічні основи та відмітні особливості стратегій психологічного консультування;
- 2) озброїти здобувачів вищої освіти практичними прийомами консультативної роботи, систематизованими за критеріями сфери людської життєдіяльності та консультативної школи (напрямку);
- 3) сформувати у здобувачів вищої освіти здатність обирати стратегію, адекватну ситуаційному та особистісному контексту;
- 4) сприяти самоорганізації здобувачів вищої освіти та зростанню їхнього особистісного потенціалу;
- 5) сформувати у здобувачів здатність проводити психологічне консультування.

У результаті вивчення дисципліни здобувач вищої освіти повинен бути здатним:

- виділяти та адекватно аналізувати особливості поведінкових та емоційних порушень;
- робити аналіз психологічних ситуацій, які виникають у різних людей, в різних обставинах;
- проводити діагностику проблемного поля будь-якого клієнта;
- використовувати новітні методи та технології у практиці психологічного консультування;
- проводити психологічне консультування осіб, які звернулися за допомогою.

2. Структура навчальної дисципліни	
Види навантаження	год.
Кількість кредитів/год	5/150
Усього годин аудиторної роботи, у т.ч.:	66/16
• лекційні заняття, год.	26/12
• практичні заняття, год.	40/4
• семінарські заняття, год.	-
• лабораторні заняття, год.	-
Усього годин самостійної роботи, у т.ч.:	84/134
• контрольні роботи, к-сть/год.	-
• індивідуальне науково-дослідне завдання, год.	44/110
• підготовка до аудиторних занять та контрольних заходів, год.	40/24
Екзамен	—
Залік	+

Зміст навчання		
Тема	Назва теми	Л/ПЗ/СРЗ, год. (денна ф/н/ заочна ф/н)
Тема 1.	Загальні аспекти психологічного консультування	2/2/2 –денна ф/н 2/0/10–заочна ф/н
Тема 2.	Особистість консультанта в процесі професійної діяльності	2/2/4 –денна ф/н 0/0/10 –заочна ф/н
Тема 3.	Специфіка консультативної діяльності психолога	2/2/4 –денна ф/н 0/0/10 –заочна ф/н
Тема 4.	Методи психологічного консультування	2/2/4 –денна ф/н 0/0/10 –заочна ф/н
Тема 5.	Процес психологічного консультування	4/6/10 –денна ф/н 2/0/16–заочна ф/н
Тема 6.	Консультування в контексті різних наукових підходів	4/12/10 –денна ф/н 2/2/14–заочна ф/н
Тема 7.	Віково-психологічне консультування	2/2/10 –денна ф/н 0/0/14–заочна ф/н
Тема 8.	Консультування у різних сферах професійної діяльності	2/2/10 –денна ф/н 0/0/16 –заочна ф/н
Тема 9.	Зміст та організація консультування з приводу подружніх проблем	2/4/10 –денна ф/н 2/2/10–заочна ф/н
Тема 10.	Особливості психологічного консультування клієнтів у кризових станах	2/4/10 –денна ф/н 2/0/10–заочна ф/н
Тема 11.	Психологічне консультування клієнтів різних типів особистості.	2/2/10–денна ф/н 2/0/14–заочна ф/н

ВИМОГИ ДО ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО ОЦІНЮВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ:

Оцінювання відбувається за двома критеріями:

1. Рівень знань – усна складова:

- а) відповіді за темою;
- б) доповіді;
- в) презентація підготовленого реферату;
- г) пояснення тематичної структурно-логічної схеми;
- д) доповнення відповідей інших студентів та ін.).

Увага! Усього за період вивчення навчальної дисципліни студенти повинні набрати **сім оцінок за критерієм - усна складова.**

2. Рівень умінь – практична складова:

- а) проведення гельштальт-психотехнології;
- б) проведення психотехнології з позитивної психотерапії;
- в) проведення екзистенціальної психотехнології;
- г) продемонструвати когнітивно-біхевіоральні психотехніки;
- д) проведення психологічного консультування особи з провідним типом акцентуації характеру та темпераменту (шизоїдного, нестійкого, епілептоїдного, демонстративного, емотивного, ригідного, педантичного, конформного, дістимного).

Увага! Усього за період вивчення навчальної дисципліни студенти повинні отримати **п'ять оцінок за критерієм – практична складова.**

Усього за період вивчення дисципліни студент повинен набрати 12 оцінок за двома критеріями.

Здобувач вищої освіти, який не виконав (або частково виконав) практичну складову, – до заліку не допускається!



ТЕМА 1.

ЗАГАЛЬНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

(загальна кількість аудиторних годин – 2)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на теоретичних основах психологічного консультування.

Хід практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 1 хвилина.

2. Вправа «Мої очікування та сподівання стосовно вивчення навчальної дисципліни «Психологічне консультування».

Тривалість – 5 хвилин.

Викладач пропонує здобувачам вищої освіти у власних робочих зошитах записати свої очікування та сподівання стосовно вивчення навчальної дисципліни «Психологічне консультування». Потім кожний здобувач презентує свої очікування та сподівання від вивчення дисципліни.

3. Тема для обговорення: «Психологічне консультування: поняття, ознаки, специфіка».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Яка головна ідея лежить в основі психологічного консультування?

Назвіть основні ознаки процесу психологічного консультування.

Назвіть критерії ефективності консультативної допомоги.

Назвіть основні специфічні параметри психологічного консультування.

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Тема для обговорення: «Основні відмінності психологічного консультування від психокорекції і психотерапії».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Назвіть основні відмінності психологічного консультування від психотерапії.

Назвіть основні відмінності психологічного консультування від психокорекції.

Підведення підсумків з навчального питання.

5. Тема для обговорення: «Види психологічного консультування».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Назвіть основні різновиди психологічного консультування.

Залежно від типу проблем, з якими звертаються клієнти за психологічною допомогою консультації бувають...

За тривалістю співпраці психолога і клієнта розрізняють такі різновиди психологічної консультації...

За ступенем безпосередності або опосередкованості контакту між психологом-консультантом і клієнтом консультації бувають...

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Тема для обговорення: «Цілі та завдання психологічного консультування».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 15 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Основна мета психологічного консультування – це...

Консультування як основний вид психологічної практики переслідує такі цілі (за Немовим Р.С., 2015)...

Психологічне консультування вирішує такі основні завдання...

Назвіть цілі психологічного консультування за основними напрямками психологічної допомоги.

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Тема для обговорення: «Принципи психологічного консультування».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Принцип поваги до прав та особистої автономії клієнта визначає...

Принцип доброзичливого і безоцінного ставлення до клієнта визначає...

Принцип активізації клієнта до прийняття відповідальності за те, що відбувається з ним визначає...

Принцип забезпечення конфіденційності визначає...

Принцип дотримання професійної дистанції визначає...

Принцип «Не нашкодь!» визначає...

Підведення підсумків з навчального питання.

8. Заслуховування рефератів (доповідей) та їх обговорення.

Тривалість – 10 хвилин.

Теми:

Порівняльна характеристика функцій психотерапевта та консультанта.

Історія розвитку та становлення теорії та практики психологічного консультування.

9. Презентація здобувачами виконаних наочно-схематичних завдань з тем:

Мета та завдання надання психологічної допомоги психотерапевтом та

консультантом біхевіоріального напрямку.

Мета та завдання надання психологічної допомоги психотерапевтом та консультантом екзистенціального напрямку.

Тривалість – 5 хвилин.

10. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд, зачитує запитання, – інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

11. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

12.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Особистість консультанта та професійні вимоги до неї.

Вплив професійної діяльності на особистість консультанта.

Модель ефективного консультанта.

12.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Особливості невербальної поведінки консультанта.

Основні правила поведінки консультанта.

12.3. Підготувати (за бажанням) наочно-схематичні презентації з тем:

Модель ефективного консультанта.

Різновиди компетентності консультанта.

12.4. Підготувати (за бажанням) тематичний кросворд за темою: «Особистість консультанта в процесі професійної діяльності».

12.5. Творче завдання – написати есе на тему «Я – психолог».

13. Список рекомендованої літератури:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование. Теория и опыт: учеб. пос. для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Изд. центр «Академия», 2001. URL:

http://www.koob.ru/books/practic_psychology/psyholoigcheskoe_konsultirovanie.zip

2. Абрамова, Г. С. Практикум по психологическому консультированию М.: Изд. центр «Академия», 1995. 128 с.

3. Абрамова, Г. С. Практическая психология. Екатеринбург: Деловая книга, 1998. 367 с., URL: http://www.koob.ru/books/prakticheskaya_psihologiya.rar

4. Васківська, С. В. Технологія консультування (Організація консультативної взаємодії). К.: Главник, 2005. 96 с.

5. Елизаров, А. Н. Введение в психологическое консультирование. URL: <http://biblioteka.teatr-obraz.ru/node/7761>

6. Джордж Р., Кристиани Т. Консультирование: теория и практика. М: Эксмо, 2002., 448с.
7. Основи психолого-управлінського консультування: навч.посіб./ Л.М.Карамушка, Н.Л.Коломінський, М.В.Войтович та ін., К.: МАУП, 2002., С.14 – 23.
8. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования: пер. с лит. М. : Академический проект, 1999. 240 с.
9. Кулаков С.А. Практикум по супервизии в консультировании и психотерапии. СПб.: Речь, 2010., 230 с.
10. Лютова-Робертс Е.К. Техники психологического консультирования в повседневной жизни. СПб.: Речь, 2010.,176 с.
11. Лысенко Е.М., Молодиченко Т.А. Групповое психологическое консультирование: крат. курс лекций. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006.159 с.
12. Лысен Е.М., Молодиченко Т.А. Индивидуальное психологическое консультирование: крат. курс лекций. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006.,159 с.
13. Мастерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. СПб. : Речь, 2006., С.66-72, 178-184.
14. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования. М.: Независимая фирма «Класс», 1994.,144 с. URL: http://www.koob.ru/books/psychotherapy/may_iskusstvo_psihologicheskogo_konsultirovania.rar
15. Немов, Р. С. Основы психологического консультирования. М.: ВЛАДОС, 1999., 526 с.
16. Хоміч, Г. О. Основи психологічного консультування. К.: МАУП, 2004., 152 с.
17. Психологическое консультирование. Л. Б. Шнейдер, Г. В. Вольнова, М. Н. Зыкова., М.: Ижица, 2002. 224 с. URL: <http://biblioteka.teatrobraz.ru/node/7879>



ТЕМА 2. ОСОБИСТІСТЬ КОНСУЛЬТАНТА В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

(загальна кількість аудиторних годин – 4)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на основних вимогах до психолога-консультанта.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 1 ТЕМА: МОДЕЛЬ ЕФЕКТИВНОГО КОНСУЛЬТАНТА (кількість аудиторних годин – 2)

Необхідні матеріали: 30 аркушів А4.

Хід практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Вправа «Я – консультант очима однокурсників».

Тривалість – 15 хвилин.

Необхідні матеріали: 30 аркушів А4.

Хід вправи:

Викладач пропонує здобувачам підписати свої аркуші А 4 та поділити їх на 2 стовпчики – «Крапка», «Ресурс». Потім пропонує об'єднатися у коло та за командою викладача – передати свій аркуш праворуч від себе. Отримавши чужий аркуш, інший учасник повинен написати у стовпчику «Крапка» – ті особистісні характеристики, що заважають бути психологом-консультантом володареві аркуша. У стовпчику «Ресурс» – написати ті характеристик, що навпаки, – допоможуть бути психологом-консультантом хазяїнові аркуша.

Вправа продовжується до тих пір доки аркуш не повернеться володареві.

Викладач дає 3 хвилини на ознайомлення з записами. Потім пропонує обговорити результати цієї вправи.

3. Тема для обговорення: «Особистість консультанта та професійні вимоги до неї».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Психолог-консультант – це....
- ✓ Консультант має володіти рядом таких спеціальних характеристик...
- ✓ Для успішного професійного функціонування консультанту, окрім якостей, необхідно...

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Обговорення есе на тему «Я – психолог».

Тривалість – 15 хвилин.

5. Тема для обговорення: «Вплив професійної діяльності на особистість консультанта».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Виділяють такі важливі негативні аспекти, які мають місце у професійній діяльності психолога-консультанта...
- ✓ Психологічне консультування й психотерапія віднесені до професій, що вимагають великих...
- ✓ «Синдром вигорання» – це...
- ✓ До найбільш частих причин виникнення «синдрому вигорання» належать...
- ✓ Одним з істотних факторів, що пом'якшує «синдром вигорання», є...
- ✓ Конкретними способами запобігання виникненню синдрому вигорання є...

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Тема для обговорення: «Модель ефективного консультанта».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Комітет з нагляду і підготовки консультантів США виокремив такі шість якостей особистості консультанта...
- ✓ Л. Уолберг виокремив такі якості особистості консультанта...
- ✓ К. Шнайдер презентував такі три важливі постулати кваліфікованого консультанта та психотерапевта...
- ✓ Р. Кочюнас запропонував таку модель ефективного консультанта...
- ✓ А. Журавель запропонувала таку чотирьохмодусну модель компетенцій психолога-консультанта системи освіти...
- ✓ На думку І.М. Цимбалюка, ефективний консультант – це...
- ✓ Етичні вимоги до особистості консультанта такі...

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Заслуховування рефератів (доповідей) та їх обговорення.

Тривалість – 10 хвилин.

Теми:

Особливості невербальної поведінки консультанта.

Основні правила поведінки консультанта.

8. Презентація здобувачами виконаних наочно-схематичних завдань з тем:

Модель ефективного консультанта.

Різновиди компетентності консультанта.

Тривалість – 5 хвилин.

8. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

9. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

10. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

11.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Помилки психолога в процесі консультативної взаємодії.

Особливості професійної діяльності консультанта- початківця.

Професійний етикет.

Перенесення і контрперенесення в консультуванні й психотерапії.

11.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Психологічні детермінанти переносу та контрпереносу у процесі психологічного консультування.

Основні правила поведінки психолога-консультанта під час проведення консультації.

12. Список рекомендованої літератури:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование. Теория и опыт: учеб. пос. для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Изд. центр «Академия», 2001. URL:

http://www.koob.ru/books/practic_psychology/psyhologicheskoe_konsultirovanie.zip

2. Абрамова, Г. С. Практикум по психологическому консультированию М.: Изд. центр «Академия», 1995. 128 с.

3. Абрамова, Г. С. Практическая психология. Екатеринбург: Деловая книга, 1998. 367 с., URL: http://www.koob.ru/books/prakticheskaya_psihologiya.rar

4. Васківська, С. В. Технологія консультування (Організація консультативної взаємодії). К.: Главник, 2005. 96 с.

5. Елизаров, А. Н. Введение в психологическое консультирование. URL: <http://biblioteka.teatr-obraz.ru/node/7761>

6. Джордж Р., Кристиани Т. Консультирование: теория и практика. М: Эксмо, 2002., 448с.

7. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования: пер. с лит. М. : Академический проект, 1999. 240 с.

8. Кулаков С.А. Практикум по супервизии в консультировании и психотерапии. СПб.: Речь, 2010., 230 с.

9. Лютова-Робертс Е.К. Техники психологического консультирования в повседневной жизни. СПб.: Речь, 2010.,176 с.
10. Мастерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. СПб. : Речь, 2006., С.66-72, 178-184.
11. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования. М.: Независимая фирма «Класс», 1994.,144 с. URL: http://www.koob.ru/books/psychotherapy/may_iskusstvo_psihologicheskogo_konsultirovaniya.rar
12. Немов, Р. С. Основы психологического консультирования. М.: ВЛАДОС, 1999., 526 с.
13. Хоміч, Г. О. Основи психологічного консультування. К.: МАУП, 2004., 152 с.
14. Психологическое консультирование. Л. Б. Шнейдер, Г. В. Вольнова, М. Н. Зыкова., М.: Ижица, 2002. 224 с. URL: <http://biblioteka.teatrobraz.ru/node/7879>



ТЕМА 2. ОСОБИСТІСТЬ КОНСУЛЬТАНТА В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

(загальна кількість аудиторних годин – 4)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 2 ТЕМА: ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КОНСУЛЬТАНТА

(кількість аудиторних годин – 2)

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Помилки психолога в процесі консультативної взаємодії».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Констатуються такі шаблони непрофесійності психолога у консультативній роботі...

✓ До найбільш поширених практичних помилок психологів, які здійснюють консультування, доречно віднести такі...

✓ Консультація типу наставництва з дорослими людьми є....

Підведення підсумків з навчального питання.

2. Тема для обговорення: «Особливості професійної діяльності консультанта-початківця».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Консультанту-початківцю слід звертати увагу на такі поради стосовно консультативного процесу...

✓ До основних труднощів, з якими зіштовхуються консультанти-початківці, О.А. Бадхен відносить наступні...

✓ Метою психологічного консультування не повинно ставати...

✓ До типових помилок консультанта-початківця відносять...

✓ Безпосередньо під час ведення консультативної бесіди, на думку А.А. Деркача, у консультанта-початківця можуть виникати помилки наступного характеру...

✓ О.Р. Бондаренко визначила такі помилки психологів-початківців...

✓ Н.В. Самоукіна психологу-початківцю рекомендує...

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Професійний етикет».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Чому відповідь на питання про роль консультанта криється в розумінні сутності процесу консультування?

✓ Які правила лежать в основі професійної етики психоконсультанта?

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Експрес-опитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Які з наведених нижче висловлювань належать кваліфікованому, а які – некваліфікованому консультантові. Обґрунтуйте.

Перелік висловлювань:

1) «Якщо ви не будете прислухатися до моїх порад, то наші зустрічі слід припинити».

2) «Зараз має значення лише те, що ви відчуваєте».

3) «Вам не слід хвилюватися через такі дрібниці».

4) «У вас вистачить власних сил, щоб вийти з цієї ситуації».

5) «Гадаю, той досвід, який ви отримали під час консультування, знадобиться в майбутньому».

6) «Спробуйте зробити свій вибір».

7) «Ви звернулися за адресою. Я чудовий спеціаліст у цих питаннях!».

Підведення підсумків.

5. Тема для обговорення: «Перенесення і контрперенесення в консультуванні й психотерапії».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Розкрийте значення понять «перенесення» й «контрперенесення».

Які причини контрперенесення?

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Заслуховування рефератів (доповідей) та їх обговорення.

Тривалість – 10 хвилин.

Теми:

Психологічні детермінанти переносу та контрпереносу у процесі психологічного консультування.

Основні правила поведінки психолога-консультанта під час проведення консультації.

7. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для

перевірки.

8. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

9. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

9.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Консультування як стратегія психологічної допомоги людям.

Структура консультативного процесу.

Типи консультування.

Види консультування.

Форми консультативної роботи психолога.

Причини відмови психолога від консультування.

9.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Типи психологічного консультування з точки зору психоаналізу.

Різновиди психологічного консультування.

9.3. Підготувати (за бажанням) наочно-схематичні презентації з тем:

Типи консультування.

Види консультування.

Форми консультативної роботи психолога.

9.4. Підготувати (за бажанням) тематичний кросворд за темою: «Специфіка консультативної діяльності психолога».

10. Список рекомендованої літератури:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование. Теория и опыт: учеб. пос. для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Изд. центр «Академия», 2001. URL:

http://www.koob.ru/books/practic_psychology/psychologicheskoe_konsultirovanie.zip

2. Елизаров, А. Н. Введение в психологическое консультирование. URL: <http://biblioteka.teatr-obraz.ru/node/7761>

3. Джордж Р., Кристиани Т. Консультирование: теория и практика. М: Эксмо, 2002., 448с.

4. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования: пер. с лит. М. : Академический проект, 1999. 240 с.

5. Кулаков С.А. Практикум по супервизии в консультировании и психотерапии. СПб.: Речь, 2010., 230 с.

6. Мастерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. СПб. : Речь, 2006., С.66-72, 178-184.

7. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования. М.: Независимая фирма «Класс», 1994., 144 с. URL: http://www.koob.ru/books/psychotherapy/may_iskusstvo_psihologicheskogo_konsultirovania.rar

8. Немов, Р. С. Основы психологического консультирования. М.: ВЛАДОС, 1999., 526 с.
9. Хоміч, Г. О. Основи психологічного консультування. К.: МАУП, 2004., 152 с.
10. Психологическое консультирование. Л. Б. Шнейдер, Г. В. Вольнова, М. Н. Зыкова., М.: Ижица, 2002. 224 с. URL: <http://biblioteka.teatrobrz.ru/node/7879>



ТЕМА 3.

СПЕЦИФІКА КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА

(загальна кількість аудиторних годин – 2)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів на специфіці консультативної діяльності психолога.

Хід практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Консультування як стратегія психологічної допомоги людям».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Консультування можна розглядати у вигляді таких стратегій...
- ✓ Консультування як стратегія допомоги людям – це...
- ✓ Загальні цілі консультування як стратегії допомоги людям – це...
- ✓ Назвіть основні риси консультування як стратегії допомоги людям
- ✓ Психофізіологічний підхід – це...
- ✓ Соціально-психологічний підхід – це...
- ✓ Основними терапевтичними чинниками психологічної допомоги людям у цьому разі виступають...

- ✓ Особистісно-орієнтований підхід – це...

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Тема для обговорення: «Структура консультативного процесу».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Структура консультативного процесу за Б. Е. Джиландом.
- ✓ Модель консультативного процесу включає наступні структурні компоненти...

- ✓ Мета консультативного процесу має...

- ✓ Завданнями консультативного процесу є...

Підведення підсумків з навчального питання.

5. Тема для обговорення: «Типи консультування».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ За термінами проведення розрізняють консультування...

- ✓ За ступенем релігійності розрізняють консультування...
- ✓ За ступенем науковості виділяють консультування...
- ✓ Різновидом психологічного консультування вважається...

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Тема для обговорення: «Види консультування».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Змістові особливості інтимно-особистісного консультування.
- ✓ Специфікою інтимно-особистісного консультування є...
- ✓ Специфічною рисою інтимно-особистісного виду консультацій є ...
- ✓ Основні вимоги до проведення інтимно-особистісних консультацій

такі...

- ✓ Сімейне консультування – це...
- ✓ Змістові особливості сімейного консультування.
- ✓ Своєрідністю сімейного консультування можна вважати те, що воно...
- ✓ До проведення сімейного консультування висувається ряд таких

вимог...

- ✓ Змістові особливості психолого-педагогічного консультування.
- ✓ Своєрідністю зазначеного виду консультування є те, що воно...
- ✓ Основні вимоги до проведення психолого-педагогічного

консультування.

- ✓ Ділове консультування – це...
- ✓ Змістові особливості ділового консультування.
- ✓ Специфікою ділового консультування є...

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Тема для обговорення: «Форми консультативної роботи психолога».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Індивідуальне консультування – це...
- ✓ Групове консультування – це...
- ✓ Найбільш поширеними ризиками групового консультування є...
- ✓ Групове консультування рекомендоване у процесі роботи з...
- ✓ Очне (безпосереднє) консультування відбувається у...
- ✓ Заочне (опосередковане) консультування відбувається за допомогою...
- ✓ Телефонне консультування – це...
- ✓ Проведення телефонної консультації має....
- ✓ Інтернет-консультування – це...

Підведення підсумків з навчального питання.

8. Тема для обговорення: «Причини відмови психолога від консультування».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Для успішного початку і подальшого проведення психологічного консультування В.В. Столін пропонував консультанту звертати увагу на три види орієнтацій клієнтів, зокрема...

✓ Ділова орієнтація клієнта може призвести до...

✓ За свідченням Р. Кочюнаса, найбільш частими причинами, за яких психолог-консультант може відмовитись від надання клієнтові консультативних послуг, є наступні...

Підведення підсумків з навчального питання.

9. Заслуховування рефератів (доповідей) здобувачів та їх обговорення.

Тривалість – 10 хвилин.

Теми:

Типи психологічного консультування з точки зору психоаналізу.

Різновиди психологічного консультування.

10. Презентація здобувачами виконаних наочно-схематичних завдань з тем:

Типи консультування.

Види консультування.

Форми консультативної роботи психолога.

11. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

12. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

13. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

13.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Психоконсультативна бесіда.

Організація психоконсультативної бесіди.

Контакт із клієнтом під час бесіди.

Інтерв'ю як метод психологічного консультування.

13.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Психологічні особливості проведення інтерв'ю під час психологічного консультування.

Психологічні труднощі встановлення контакту з клієнтом.

13.3. Підготувати (за бажанням) кросворд за темою лекції «Методи психологічного консультування».

13.4. Підготуватися до проведення інтерв'ю відповідно до п'ятиступеневої моделі.

14. Список рекомендованої літератури:

1. Бондаренко Н. Г. Психологічна допомога особистості. К.: Фенікс, 2000.
2. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. М., 1990.
3. Семья в психологической консультации. Опыт и проблемы психологического консультирования / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. — М., 1989.
4. Урсано Р., Зонненберг С., Лазарь С. Психодинамическая психотерапия. Краткое руководство. М., 1992.
5. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. Рівне: ЦНТЕІ, 1999

ТЕМА 3.
МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ
(загальна кількість аудиторних годин – 2)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на основних методах психологічного консультування.

Хід
практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Психоконсультативна бесіда».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Визначте типові помилки консультативної бесіди.

✓ Поясніть, чому час і простір є дуже важливими характеристиками консультативної бесіди.

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Організація психоконсультативної бесіди».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Досить умовно бесіду консультанта з клієнтом можна поділити на чотири етапи...

✓ У чому полягають основні правила проведення бесіди в психологічному консультуванні?

✓ Що таке опір консультуванню?

✓ Які вимоги до проведення психоконсультативної бесіди?

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Дискусія.

Тривалість – 15 хвилин.

Текстовий матеріал до дискусії¹.

Фрагменти психоконсультативної бесіди:

1. «На жаль, на сьогодні наш час вичерпано. Наша наступна зустріч, як ми і домовлялися, може відбутися у вівторок о 14 годині. Якщо Ви приймете остаточне рішення про нашу спільну роботу в тому обсязі, який ми визначили, будь ласка, зателефонуйте мені напередодні».

2. «Отже, сьогодні нам вдалося, якщо не повністю, то в усякому разі

¹ Цимбалюк І. М. . Психологічне консультування та корекція. Рівне: ЦНТЕІ, 1999

частково з'ясувати, що з Вами відбувається. Сподіваюся, наша подальша робота дозволить поглибити процес. То ж до вівторка?»

3. «Сьогодні ми стільки обговорили... і знаєте, мені здається, наче ще більше залишилося не висловленим. Якщо Ви справді вирішили розібратися в собі, я чекатиму на Ваш дзвінок до кінця тижня, щоб визначити точніше розклад нашої роботи».

Запитання до дискусії:

1. До якого етапу психоконсультування належать ці репліки?
2. Що Ви вважаєте неправильним у таких висловлюваннях?
3. Як можна було б інакше завершити психоконсультативну бесіду?

Підведення підсумків.

5. Диспут на тему: «Консультативна бесіда: консультант більше говорить чи слухає?»²

Тривалість – 15 хвилин.

Текстовий матеріал до диспуту

Фрагменти бесід:

Фрагмент бесіди № 1.

Консультант: «Розкажіть про своє життя».

Клієнт: (мовчить).

Консультант: «Якщо Ви не хочете розповідати, то чого ж Ви прийшли на консультацію?».

Клієнт починає довго розповідати про своє життя, але його розповідь не стосується основної проблеми, з якою він прийшов на консультацію.

Фрагмент бесіди № 2.

Консультант довго розповідає про останні політичні новини й висловлює власне бачення різних проблем соціально-політичного життя.

Клієнт: «Скажіть, то які ж мені заходи застосувати, щоб мій син краще встигав у школі?»

Консультант розповідає про випадок з іншим клієнтом, що був учора, як приклад вирішення проблеми цього клієнта.

Запитання до диспуту:

1. Чи правильною була поведінка консультанта в першому фрагменті?
2. Чи правильною була поведінка консультанта у другому фрагменті?
3. Якою б була Ваша поведінка в наведених фрагментах? Обґрунтуйте свої дії, спираючись на матеріали, викладені в цьому модулі.

6. Тема для обговорення: «Контакт із клієнтом під час бесіди».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Як має поводитися консультант із клієнтом на початковому етапі бесіди?

^{2 2} Цимбалюк І. М. . Психологічне консультування та корекція. Рівне: ЦНТЕІ, 1999

✓ Що повинен знати консультант для правильної просторової організації психоконсультативної бесіди?

✓ Обґрунтуйте визначення поняття «консультативний контакт».

✓ Як за допомогою консультативного контакту можна вирішити психологічні проблеми клієнтів?

✓ Від чого залежить характер психоконсультативного контакту?

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Тема для обговорення: «Інтерв'ю як метод психологічного консультування».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Охарактеризуйте п'ятиступеневу модель інтерв'ю.

✓ У яких випадках використовується індивідуальна та групова форми психологічної допомоги?

✓ Чим відрізняється інтерв'ю від інших методів роботи психолога?

✓ Які чинники є суттєво важливими для проведення інтерв'ю?

✓ Яку роль відіграють запитання під час проведення інтерв'ю?

✓ Яка роль домашнього завдання в успішному завершенні інтерв'ю?

✓ Що може бути критерієм ефективності інтерв'ю?

Підведення підсумків з навчального питання.

8. Проведення інтерв'ю відповідно до п'ятиступеневої моделі.

Тривалість – 15 хвилин.

Хід:

Викладач пропонує двом бажаючим об'єднатися у пару для проведення інтерв'ю. Здобувачі визначаються з ролями хто з них буде консультантом, а хто – клієнтом.

Завдання – провести інтерв'ю відповідно до п'ятиступеневої моделі.

Обговорення результатів.

З якими труднощами ви зіткнулися під час проведення інтерв'ю?

Які помилки ви вважаєте були допущені у процесі проведення інтерв'ю?

Які позитивні моменти були у процесі проведення інтерв'ю?

Підведення підсумків

9. Заслуховування рефератів (доповідей) та їх обговорення.

Тривалість – 5 хвилин.

Теми:

Психологічні особливості проведення інтерв'ю під час психологічного консультування.

Психологічні труднощі встановлення контакту з клієнтом.

10. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші

здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

11. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

12. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

12.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Етапи психологічного консультування

Підготовчий етап консультативної взаємодії.

Початковий етап консультативної взаємодії.

9.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Бар'єри спілкування.

Облаштування кімнати для проведення психологічного консультування.

9.3. Підготувати (за бажанням) кросворд за темою лекції «Процес психологічного консультування».

10. Список рекомендованої літератури:

1. Афанасьєва Н. Є. Психологічне консультування фахівців екстремального профілю : теорія, методологія, практика : [монографія] / Афанасьєва Н. Є. Харків : НУЦЗУ, 2017. 315 с.

2. Консультативна психологія : [підручник] / Булах І. С., Кузьменко В. У., Помиткін Е. О. Вінниця : Нілан, 2014. 484 с.

3. Осадько О.Ю. Технології психологічного консультування. К.: Ред. загальнопеда. газ., 2005. 128 с.

4. Хомич Г.О., Ткач Р.М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. К.: МАУП, 2004. 152 с.

5. Цимбалюк М. Психологічне консультування та корекція. К., 2005.



ТЕМА 5.
ПРОЦЕС ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ
(загальна кількість аудиторних годин – 6)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на процедурі та технології етапів психологічного консультування.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 1
ТЕМА: ПІДГОТОВЧИЙ ТА ПОЧАТКОВИЙ ЕТАПИ
КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ
(кількість аудиторних годин – 2)

Необхідні матеріали: клубок міцних ниток, аркуші та коробки з різнокольоровими олівцями

Хід
практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Етапи психологічного консультування». Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Етапи психологічного консультування за Г. Хемблі.
- ✓ Етапи психологічного консультування за Ю.Е. Альошиною, Р. Мей
- ✓ Етапи психологічного консультування за А. Айві, Р. Кочюнас, Г.С. Абрамовою, В.Ю. Меновщikovим, С.В. Васьківською.
- ✓ Етапи психологічного консультування за Ф. Бурнардом.
- ✓ Етапи психологічного консультування за З. Шостромом, Л. Браммером.
- ✓ Етапи психологічного консультування за Г.І. Колесниковою.

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Підготовчий етап консультативної взаємодії».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Назвіть етапи підготовчого етапу до психологічного консультування.
- ✓ Навіщо здійснювати розробку плану проведення консультування?
- ✓ Для чого необхідно здійснювати підбір психодіагностичних засобів?

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Робота у підгрупах «Підготовка до психологічного консультування.

Тривалість – 22 хвилини.

Хід:

4.1. Викладач об'єднує здобувачів у чотири підгрупи та надає їм такі завдання:

Завдання для першої підгрупи – здійснювати розробку плану проведення психологічного консультування дитини чотирьох рочків, яка всього боїться.

Завдання для другої підгрупи – здійснювати розробку плану проведення психологічного консультування підлітка з приводу взаємин з однолітками.

Завдання для третьої підгрупи – здійснювати розробку плану проведення психологічного консультування подружжя, з приводу намірів розлучитися.

Завдання для четвертої підгрупи – здійснювати розробку плану проведення психологічного консультування особи з суїцидальними намірами.

4.2. Учасники працюють у підгрупах (10 хвилин).

4.3. Презентація учасниками планів роботи (10 хвилин).

4.4. Підведення підсумків роботи у підгрупах.

5. Тема для обговорення: «Початковий етап консультативної взаємодії».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Першою процедурою початкового етапу є...
- ✓ Техніка привітання здійснюється за допомогою таких стандартних фраз..
- ✓ Техніка «проведення клієнта на місце» – це...
- ✓ Дистанція між консультантом і клієнтом відображає...
- ✓ Належне структурування часу – це...
- ✓ Зазвичай консультативна бесіда з дорослою людиною триває...
- ✓ Тривалість бесіди консультант визначає на...
- ✓ Практично усі визначення вітчизняних і зарубіжних науковців вказують на кілька унікальних рис консультативного контакту, а саме....
- ✓ У процесі психоконсультативного контакту психолог вирішує такі завдання...
- ✓ Egan (1986) позначив акронімом SOLER п'ять справжніх умов фізичного перебування разом, а саме ...
- ✓ Друга процедура першого етапу – це...
- ✓ У консультативній психології виділяють два найбільш важливі мікронавички – це...

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Вправа «Павутинка»

Тривалість – 10 хвилин.

Мета для здобувачів: розвиток умінь привітання та формування спостережливості.

Матеріали: клубок міцних ниток.

Хід:

Здобувачі стають у коло. Викладач бере кінець нитки, кидає клубок будь-якому здобувачу зі словами: «Мене звуть [Ім'я Прізвище], я дуже радий (а) Вас бачити!». Потім цей учасник кидає клубок іншому учаснику з тими ж словами. І так до тих пір, поки всі учасники не назвуть себе. Далі клубок повертається в зворотному порядку, повторюючи імена і прізвища один одного.

Підведення підсумків.

7. Вправа «Неіснуюча тварина».

Тривалість – 10 хвилин.

Мета: визначення рис характеру та зовнішніх ознак, що сприяють довірі.

Матеріали: аркуші та коробки з різнокольоровими.

Інструкція: Запропонувати здобувачам, протягом п'яти хвилин, намалювати неіснуюче створіння, яке максимально здатне викликати довіру. Потім за командою викладача обмінятися малюнками з сусідом. На аркуші з малюнком написати основні риси неіснуючої істоти та зовнішні характеристики, що сприяють довірі. Потім кожен здобувач презентує власну інтерпретацію малюнків.

Обговорення:

Які найважливіші особистісні властивості зумовлюють довіру?

Які риси характеру спонукають довіру?

Як зовнішній вигляд впливає на ступень довіри?

Чи треба вміти оперувати повноваженням викликати довіру в людей при встановленні контакту?

Які фактори, що сприяють людській довірі?

Підведення підсумків.

Викладач узагальнює та систематизує усі відповіді. Та визначає, що **виділяють «свідому довіру»** (наскільки добре ви людину знаєте) та **«підсвідому довіру»** (наскільки людина «СВОЯ»). **«Підсвідома довіра»** не пов'язана з тим, як давно ви знаєте людину. Вона пов'язана з тим, наскільки вона схожа на вас, наскільки її внутрішній світ збігається з вашим. І в спілкуванні це головне. Американські психологи підрахували, що вербальна інформація в спілкуванні становить 1/6, а невербальна (мова поз, інтонацій, подиху й ритму) - 5/6. Слід пам'ятати, що якщо свідомість говорить одне, а підсвідомість зовсім інше, звичай перемагає підсвідомість.

8. Вправа «Фото».

Тривалість – 10 хвилин.

Мета для здобувачів: вивчення особливостей сприйняття.

Мета для викладача: активна демонстрація перцептивної сторони спілкування.

Дана вправа може проходити в декількох варіантах.

1. Викладач показує протягом 5 -7 секунд слухачам портрет людини і просить описати його зовнішність, дати психологічний портрет, вгадати професію – це завдання дозволяє перевірити спостережливість.

2. Викладач показує портрет певної людини, однак представляє її інакше, називаючи іншу професію. Передбачається описати риси обличчя і дати психологічний портрет. У відповідях частини здобувачів явно буде виявлено вплив установок на сприйняття.

9. Заслуховування рефератів (доповідей) та їх обговорення.

Тривалість – 5 хвилин.

Теми:

Бар'єри спілкування.

Облаштування кімнати для проведення психологічного консультування.

10. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

11. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

12. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

12.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Збір інформації (третій етап консультативної взаємодії).

12.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Діагностика особистості клієнта.

Техніка «слухання».

12.3. Провести психодіагностику за методикою «Психологічний час»³.

Методика «Психологічний час» призначена для структурованої самооцінки життєвого шляху клієнта та його планів на майбутнє. Вона передбачає виконання клієнтом всіх або деяких з нижчеперелічених завдань. У процесі їх виконання клієнт дає необхідні з його точки зору коментарі.

Вказівки для проведення:

1. Записати найважливіші для клієнта події минулого і майбутнього життя і проставити дату кожної події. Підкреслюється, що в список включаються суб'єктивно значимі події, важливі саме для випробуваного.

2. Запропонувати клієнтові проставити суб'єктивну оцінку подій, оцінивши їх від +5 до -5, в залежності від того, чи були вони для клієнта позитивно чи негативно значущими.

3. Запропонувати клієнтові дати оцінку взаємозв'язку подій. Клієнтові

³ Психодіагностика в психологічному консультуванні – URL: https://my-psy.ucoz.ua/publ/psikhodiagnostika_v_psikhologichnomu_konsultuvanni/1-1-0-322

пропонується взяти останню за часом подію минулого і вказати декілька подій зі списку, які послужили його причиною. Враховується не тільки формальний, але і суб'єктивний причинний зв'язок подій. Потім така ж робота робиться для всіх подій минулого від передостаннього до другого, а потім для подій майбутнього. Зв'язки відзначаються стрілками на списку подій або в таблиці.

4. Виділення події, пов'язаних з різними сферами (наприклад, «сім'я», «робота», «навчання», «кар'єра», «внутрішні зміни», «матеріально-побутові зміни» та ін.).

5. Здійснити аналіз результатів виконання методики. При цьому має сенс звертати на наступні особливості.

1. Виражені відхилення від типових особливостей виконання методики. Ці особливості такі:

а) Кількість подій минулого більше, ніж майбутнього, середня «віддаленість у минуле» більше, ніж «віддаленість у майбутнє».

(Протилежне може свідчити про незрілість випробуваного, нереалізованості його життєвих планів і цілей).

б) Кількість подій, оцінених як позитивні, перевищує кількість негативно оцінених подій, це найбільш характерно для подій майбутнього.

(Протилежне може свідчити про невдоволення собою і своїм життям, можливо, про депресію).

в) Кількість зазначених подій на одиницю часу (наприклад, за рік) як у минулому, так і в майбутньому зростає при наближенні до справжнього моменту.

(Порушення цієї закономірності для якогось відрізка часу свідчить про значущість подій, що відбувалися в цей період, можливо, про наявність життєвої кризи).

2. Належність подій до різних сфер і їх зміна протягом життя випробуваного.

3. Найбільш значущі події (враховується оцінка, кількість зв'язків), кризові періоди (велика кількість подій протягом відносно невеликого проміжку часу, оцінка цих подій, зміна сфер подій до і після передбачуваної кризи).

4. Явні пропуски в ланцюзі подій (наприклад, позначено закінчення школи і початок роботи, але пропущено навчання в інституті, або позначений шлюб і народження однієї дитини, але пропущено народження другої).

(У подібних випадках можна припустити дію витіснення і негативну емоційну насиченість пропущених подій).

5. Ясність і реалістичність планів на майбутнє.

13. Список рекомендованої літератури:

1. Консультативна психологія : [підручник] / Булах І. С., Кузьменко В. У., Помиткін Е. О. Вінниця : Нілан, 2014. 484 с.

2. Осадько О.Ю. Технології психологічного консультування. К.: Ред. загальнопеда. газ., 2005. 128 с.

3. Хомич Г.О., Ткач Р.М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. К.: МАУП, 2004. 152 с.

4. Цимбалюк М. Психологічне консультування та корекція. К., 2005.



ТЕМА 5.
ПРОЦЕС ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ
(загальна кількість аудиторних годин – 6)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №2
ТЕМА: ЗБІР ІНФОРМАЦІЇ ПРО КЛІЄНТА. ОСНОВНІ ТЕХНІКИ
СЛУХАННЯ

(кількість аудиторних годин – 2)

Необхідні матеріали: картки із завданнями

Хід
практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

час».

2. Обговорення результатів виконання методики «Психологічний час.

Тривалість – 10 хвилин.

Питання:

✓ 3 якими труднощами ви зустрілися під час виконання методики «Психологічний час»?

✓ Які труднощі ви випробували при аналізі результатів методики?

✓ Що цінного надає ця методика?

3. Тема для обговорення: «Збір інформації (третій етап консультативної взаємодії)».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 15 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Принципи перефразування – це...

✓ Прояснення – це..

✓ Цілі відображення почуттів – це...

✓ Принципи відображення почуттів:

✓ Техніка «психологічна підтримка клієнта» застосовується на...

✓ Hill (1986) виділяє п'ять типів інтерпретації...

✓ Конфронтація, як техніка консультативної взаємодії, може використовуватися...

✓ Конфронтацію не можна використовувати як...

✓ Конфронтацію не можна використовувати для...

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Притча «Три типа человека»⁴.

⁴ Русских Е.В. Искусство слышать и быть услышанным. URL: <http://svt-alexander-tula.prihod.ru/socialservice/view/id/22469>

Тривалість – 3 хвилини.

«...Однажды Акбару, царю Индии, были присланы в подарок три совершенно одинаковые золотые фигурки. К ним прилагалось письмо, в котором говорилось, что каждая из фигурок имеет свое значение и ценность.

Акбар позвал своих советников и приказал определить различия. Долго ученые мужи взвешивали их, замеряли длину, проверяли пробу золота, но так и не смогли обнаружить ни внешних, ни внутренних различий. Они только разводили руками, признавая свою беспомощность.

Лишь мудрец Бирбал все не сдавался. Он нашел маленькие отверстия в ушах фигурок и просунул в них тоненькую золотую проволочку. У первой фигурки конец проволочки вышел из второго уха, у второй – изо рта, а у третьей – через пупок. Подумав немного, он сказал:

- Решение загадки найдено.

Первая фигурка символизирует человека, у которого в одно ухо влетает, а из другого вылетает.

Вторая напоминает человека, который, едва дослушав сказанное, сразу же спешит рассказать это другим, не утруждая себя подумать над этим.

Третья же фигурка схожа с тем, кто запоминает услышанное и старается пропустить это через собственное сердце. Эта фигурка наиболее ценная из трех...»⁵.

5. Вправа «Апробація технік слухання».

Тривалість – 20 хвилин.

Мета: розвинути уміння слухати, чути та почути клієнта.

Хід:

5.1.Викладач пропонує об'єднатися у пари (психолог - клієнт) та по черзі апробувати різноманітні техніки слухання.

5.2.Обговорення результатів з вислуховуванням двох сторін.

- Чи складно було використовувати техніки слухання?
- З якими труднощами ви зустрілися під час апробації технік слухання?
- Чому навчилися під час апробації технік слухання?
- Що ви відчували коли вас слухали?
- Що би ви хотіли щоб психолог зробив під час вашої розповіді, як клієнта.

6. Вправа «Зустрічають по одержинці».

Тривалість – 15 хвилин.

Мета: розвинути активне групове спілкування, вчитися внутрішньо аналізувати свою соціальну «маску», розвиток здібностей до непрямих запитань.

Інструкція: здобувачі сідають у коло. Кожний отримує картку з написом, наприклад: «Я погано чую», «Я багатий», «Похвалите мене», «Вирішую всі проблеми», «Люблю побитися», «Дам грошей», «Я все вмію», «Пожалійте мене», «Я вас обманюю» і т.п.

5 Русских Е.В. Искусство слышать и быть услышанным. URL: <http://svt-alexander-tula.prihod.ru/socialservice/view/id/22469>

Картки тримають так, щоб її власник не бачив напис, у той час коли всім іншим її видно.

Завдання здобувачам: активно спілкуватися один з одним відповідно до того, що написано на картці. Спілкування із власником картки будується у формі питань, прохань або тверджень, завуальовано, побічно, натяками, а не «в чоло».

Завдання для власника картки: догадатися, що саме (бажано дослівно) написано на його картці. На запитання, прохання, твердження він не відповідає й ніяких навідних запитань нікому не задає.

Обговорення проводиться методом пошуку відповідей на запитання:

Що допомогло здогадатися про зміст картки?

Що заважало зрозуміти зміст картки?

Які самі тонкі й дотепні висловлення або питання звучали на адресу власників карток?

7. Заслуховування рефератів (доповідей) та їх обговорення.

Тривалість – 5 хвилин.

Теми:

Діагностика особистості клієнта.

Техніка «слухання».

8. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Кожному здобувачеві надається можливість висловити свої почуття, які він зазнав під час заняття, побажання ведучому, а також отримати відповіді на виниклі питання. Здобувачі утворюють коло та по черзі продовжують запропоновані фрази: «Я зрозумів ...», «Мене здивувало ...», «Я відчув ...», «Думаю ...», «Мені сподобалося ...» і т.д.

9. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

9.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Стратегічний етап консультативної взаємодії.

Завершальний консультативної взаємодії.

Реалізація плану клієнтом (шостий етап консультативної взаємодії).

10. Список рекомендованої літератури:

1. Консультативна психологія : [підручник] / Булах І. С., Кузьменко В. У., Помиткін Е. О. Вінниця : Нілан, 2014. 484 с.
2. Осадько О.Ю. Технології психологічного консультування. К.: Ред. загальнопеда. газ., 2005. 128 с.
3. Хомич Г.О., Ткач Р.М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. К.: МАУП, 2004. 152 с.
4. Цимбалюк М. Психологічне консультування та корекція. К., 2005.



ТЕМА 5.
ПРОЦЕС ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ
(загальна кількість аудиторних годин – 6)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 3
ТЕМА: СТРАТЕГІЧНИЙ ТА ЗАВЕРШАЛЬНИЙ ЕТАПИ
КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ
(кількість аудиторних годин – 2)

Хід
практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Стратегічний етап консультативної взаємодії».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилини.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Сутність техніки – «інформування клієнта».
- ✓ Сутність техніки – порада непрямої форми.
- ✓ Сутність техніки – переконання.
- ✓ Сутність техніки – роз'яснення.
- ✓ Сутність техніки – «конкретизація очікуваного результату».

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Завершальний консультативної взаємодії».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилини.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Контроль може здійснюватися такими способами...
- ✓ Сутність техніки – «закріплення впевненості клієнта».
- ✓ Сутність техніки – «формування готовності до досягнення».

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Тема для обговорення: «Реалізація плану клієнтом (шостий етап консультативної взаємодії)».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилини.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ На основі реалізації попередніх чотирьох етапів, клієнт має оволодіти методологією...
- ✓ Стратегії вирішення проблеми за Ж.Крумбольцом.

✓ Методологія вирішення проблем за Г.Еганом.

Підведення підсумків з навчального питання.

5. Тренування технології поетапного проведення психологічного консультування.

Тривалість – 60 хвилин.

5.1. Що ви як практикуючий психолог-консультант будете робити на кожному з п'яти етапів психологічного консультування?

5.2. Припустимо, що ви як психолог-консультант зустрічаєте в приміщенні психологічної консультації клієнта. Проведіть процедуру зустрічі клієнта з ким-небудь, згадавши і використавши все, що в цьому випадку повинен робити добре підготовлений психолог-консультант⁶.

(Викладач викликає усіх бажаних випробувати себе. Потім пропонує об'єднатися у пари та провести процедуру зустрічі клієнта).

5.3. Припустимо, що ви вже зустріли клієнта в психологічній консультації та проводили його на своє місце. Виконайте далі всі ті практичні дії, які слід вжити психолога-консультанта до початку сповіді клієнта, включивши зокрема в ці дії процедуру зняття психологічних бар'єрів у клієнта, процедуру його загального емоційного настрою на психологічну консультацію⁷.

(Викладач викликає усіх бажаних випробувати себе. Потім пропонує об'єднатися у пари та провести процедуру зняття психологічних бар'єрів у клієнта та процедуру його загального емоційного настрою на психологічну консультацію).

5.4. Припустимо, що сповідь вашого клієнта вже почалася. Продемонструйте на практиці процедуру емпатійного слухання клієнта. Покажіть, як працює процедура активізації пам'яті і мислення клієнта, процедура підкріплення (підтримки) клієнта, процедура прояснення думки клієнта⁸.

(Викладач викликає усіх бажаних випробувати себе. Потім пропонує об'єднатися у пари та відпрацювати на практиці процедуру емпатійного слухання клієнта).

5.5. Припустимо, що клієнт завершив свою сповідь і вам як психологу-консультанту належить визначити суть його проблеми, а також знайти разом з клієнтом її оптимальне рішення. Покажіть на практиці, як працює процедура переконання клієнта, як виконується процедура роз'яснення думки психолога-консультанта клієнту. Продемонструйте в діалозі з клієнтом процедури пошуку взаємоприйнятної рішення і процедуру уточнення деталей прийнятого рішення⁹.

⁶ URL: https://studopedia.ru/15_20455_glava-V-pIdgotovka-ta-provedennya-psihologIchnogo-konsultuvannya-yogo-etapi-I-protseduri.html

⁷ URL: https://studopedia.ru/15_20455_glava-V-pIdgotovka-ta-provedennya-psihologIchnogo-konsultuvannya-yogo-etapi-I-protseduri.html

⁸ URL: https://studopedia.ru/15_20455_glava-V-pIdgotovka-ta-provedennya-psihologIchnogo-konsultuvannya-yogo-etapi-I-protseduri.html

⁹ URL: https://studopedia.ru/15_20455_glava-V-pIdgotovka-ta-provedennya-psihologIchnogo-konsultuvannya-yogo-etapi-I-protseduri.html

(Викладач викликає усіх бажаючих випробувати себе. Потім пропонує об'єднатися у пари та відпрацювати на практиці як працює процедура переконання клієнта, як виконується процедура роз'яснення думки психолога-консультанта клієнту).

5.6. Припустимо, що проведена вами психологічна консультація вже наближається до кінця і вирішення проблеми, яка хвилює клієнта, вже знайдено. Покажіть практично, як працює заключна процедура психологічного консультування - вселення в клієнта впевненості в тому, що його проблема обов'язково буде успішно вирішена¹⁰.

(Викладач викликає усіх бажаючих випробувати себе. Потім пропонує об'єднатися у пари та відпрацювати на практиці процедуру психологічного консультування - вселення в клієнта впевненості в тому, що його проблема обов'язково буде успішно вирішена).

6. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

7. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 3 хвилини.

7.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Консультування в парадигмі психоаналітичного підходу.

7.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Основні концепції психоаналітиків щодо консультативної діяльності.

7.3. Підготувати (за бажанням) наочно-схематичні презентації з тем:

Технологія психологічного консультування у контексті психоаналітичної теорії та практики

7.4. Підготуватися до проведення психоаналітичного консультування, використовуючи такі методи:

Метод вільних асоціацій.

Метод тлумачення сновидінь.

Метод інтерпретації.

Юнгіанський метод словесних асоціацій.

Метод аналізу ранніх спогадів.

Метод адлеріанського аналізу.

Для цього необхідно:

1) об'єднатися у пари та визначитися з методом, який найбільш хотілося би апробувати;

2) самостійно вивчити технологію використання методу;

3) вивчити основні правила поведінки психоаналітика з клієнтом.

8. Список рекомендованої літератури:

Класичний психоаналіз З. Фрейда

1. Психотерапевтичний практикум. Випуск 1. Класичний психоаналіз / Редакторупорядник З.С.Карпенко. Івано-Франківськ: Гостинець, 2004.

¹⁰ URL: https://studopedia.ru/15_20455_glava-V-pIdgotovka-ta-provedennya-psihologIchnogo-konsultuvannya-yogo-etapi-I-protseduri.html

2. Улыбина Е. Страх и смерть желания / Елена Улыбина. М. : Модерн А ; СПб. : Академия исследования Культуры, 2003. 320 с.

3. Фрейд З. Вступ до психоаналізу / Зігмунд Фрейд ; [пер. з нім. П. Тарашук]. К. : Основи, 1998. 709 с.

4. Фрейд З. Введение в психоанализ : Лекции / З. Фрейд ; авторы очерка о Фрейде Ф.В. Бассин и М.Г. Ярошевский. М. : Наука, 1989. 456 с. (Серия «Классика науки»).

5. Фрейд З. Толкование сновидений / З. Фрейд ; [пер. с нем.]. М. : Эксмо; СПб. : Мидгард, 2005. 1088 с.

6. Фрейд З. О клиническом психоанализе. Избранные сочинения / З. Фрейд. М. : Медицина, 1991. 288 с.

7. Фрейд З. Влечения и их судьба / З. Фрейд. М. : ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. 432 с. (Серия «Антология мудрости»).

8. Фрейд З. Тотем и табу : сб. / З. Фрейд. М. : Олимп; ООО «Издательство АСТ-ЛТД»; 1998. 448 с. Аналітична психологія К.Г. Юнга 16. Биркхойзер-Оэри Сиббил. Мать : Архетипический образ в волшебных сказках / Сибилл Биркхойзер-Оэри ; [пер. с англ.]. М. : Когито-Центр, 2006. 255 с. (Юнгианская психология).

9. Джин Шинода Болен. Богини в каждой женщине. Новая психология. Архетипы богинь / Джин Шинода Болен ; [пер. с англ. И. Старых]. М. : ОООИздательский дом «София», 2006. 272 с.

10. Джин Шинода Болен. Богини в каждом мужчине. Архетипы, управляющие жизнью мужчин / Джин Шинода Болен ; [пер. с англ. Е. Мирошниченко]. М. : ОООИздательский дом «София», 2006. 304 с.

11. Нолл Р.Х.А. Тайная жизнь Карла Юнга : [текст] / Ричард Нолл ; [пер. с англ. В.И. Менжулин]. М. : Рефл-Бук ; К. : Ваклер, 1998. 432 с. (Серия «Актуальная психология»).

12. Шнейдер Л.Б. Пособие по психологическому консультированию: Учеб. пособ. М.: Ось-89, 2003.

Індивідуальна психологія А.Адлера

13. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии / А.Адлер. М : Когнито-Центр, 2002. 220 с.

14. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / А.Адлер. М. : Мысль, 1993.

15. Адлер А. Лекции по аналитической психологии. М.: Рефлбук, К.: Ваклер, 1996.

16. Адлер А. Индивидуальная психология. История зарубежной психологии. 30-60-е годы XX в.) / под ред.П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1986. С.130-140.

17. Дрейкус-Фергюссон Е. Введение в теорию Альфреда Адлера / Е. Дрейкус-Фергюссон. – Минск, 1995.

26. Сидоренко Е.В. Терапия и тернинг по Альфреду Адлеру.СПб. : Питер Пресс, 2000.



ТЕМА 6.

КОНСУЛЬТУВАННЯ В КОНТЕКСТІ РІЗНИХ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ

(загальна кількість аудиторних годин – 12)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на основних напрямках консультативної допомоги.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №1.

ТЕМА: ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ У КОНТЕКСТІ ПСИХОАНАЛІТИЧНОЇ ТЕОРІЇ ТА ПРАКТИКИ.

(кількість аудиторних годин – 2)

Хід

практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Консультування в парадигмі психоаналітичного підходу».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ До найбільш яскравих представників психоаналітичного напрямку в консультуванні та психотерапії належать...

✓ Класичний психоаналіз З. Фрейда полягає...

✓ Фрейд сформулював таку змістову сутність захисних механізмів особистості...

✓ Процес психоаналітичного консультування полягає...

✓ Основними компонентами психоаналітичного процесу є...

✓ Метод вільних асоціацій – це...

✓ Метод тлумачення сновидінь – це...

✓ Метод інтерпретації – це...

✓ Схематично процедура інтерпретування може виглядати...

✓ Юнгіанський підхід – це...

✓ Адлеріанський аналіз – це...

✓ Консультування за А. Адлером передбачає...

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Апробація психотехнології, що була запропонована Л. Хайєром і колегами при обстеженні ветеранів війни у В'єтнамі.

Тривалість – 15 хвилин.

Сутність процедури:

Вона полягає у тому, що досліджуваного просять розповісти два ранніх

спогади про якісь одиничні випадки, які сталися у віці до 8 років і «засіли» в голові так, що їх можна добре уявити. Спогади спочатку фіксують на диктофон, а пізніше розшифровують. Після запису кожного спогаду клієнта просять зробити наступні кроки:

- 1) дати йому назву;
- 2) виявити свої почуття з приводу цієї події;
- 3) внести будь-які зміни у подію, що запам'яталася.

Хід проведення:

1. Викладач пропонує 2 бажаним здобувачам апробувати психотехнологію (1 студент грає роль психолога, 2 – клієнта).

2. Апробація методу.

3. Обговорення результатів та підведення підсумків.

4. Апробація методу візуалізації ранніх спогадів (М. Лінг і Т. Коттман).

Тривалість – 15 хвилин.

Сутність процедури:

Спочатку клієнта просять дисоціювати ранній спогад, наприклад сприймати як сцену із фільму. Далі він повинен описати те, що спостерігає, і передати свої відчуття. Наступний крок – клієнт повинен уявити себе дорослим, який стає учасником цієї сцени: його доросле «Я» контактує з дитячим «Я» (втішає, заспокоює, надає ресурси, яких клієнтові не вистачало в дитинстві). Таким чином візуалізований дорослий допомагає відпрацювати помилкові уявлення дитини.

4. Проведення психоаналітичного консультування відповідно до обраної психотехнології.

Тривалість – 20 хвилин.

Хід проведення:

1. Викладач пропонує здобувачам продемонструвати опановані ними психоаналітичні методи. Для цього об'єднана пара виходить на центр аудиторії, розташовується зручно та демонструє опанований метод.

2. Потім надається можливість здобувачам обговорити технологію застосування методу, вказуючи на позитивні та негативні моменти.

3. Після кожної презентації підводиться підсумок.

5. Заслуховування рефератів (доповідей) та їх обговорення.

Тривалість – 5 хвилин.

Основні концепції психоаналітиків щодо консультативної діяльності.

6. Демонстрація наочно-схематичної презентації з теми:

Тривалість – 5 хвилин.

Технологія психоаналітичного консультування.

7. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

8. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

8.1. Підготуватися до опитування з наступного навчального питання:

Технологія психологічного консультування у контексті екзистенціальної теорії та практики.

8.2. Підготуватися до проведення екзистенціального консультування, використовуючи:

Психотехніку «Саморозкриття»;

Психотехніку «Ідентифікація механізмів психологічного захисту»;

Психотехніку «Нагадування про недовговічність (тлінність) існування»;

Вправу «Відрізок мого життя»;

Вправу «Виклик»;

Вправу «Життєві цикли»;

Психотехніку «Ідентифікація психологічних захистів і способів ухиляння від відповідальності»;

Вправу «Я беру відповідальність»;

Психотехніку «Зіткнення з реалістичними обмеженнями»;

Психотехніку «Ідентифікація ухиляння від відповідальності «тут і зараз»;

Вправу «Класифікація подій»;

Психотехніку «Протистояння екзистенціальній провині»;

Психотехніку «Звільнення здатності хотіти»;

Психотехніку «Ідентифікація психологічних захистів та міжособистісної патології»;

Психотехніку «Ідентифікація психологічних захистів»;

Психотехніку «Перевизначення проблеми» та ін.

Для цього необхідно:

1) об'єднатися у пари та визначитися з психотехнікою або вправою, які найбільш хотілося би апробувати;

2) самостійно вивчити технологію їх використання;

3) вивчити основні правила поведінки консультанта з клієнтом.

9. Список рекомендованої літератури:

1. Тихонравов Ю.В. Экзистенциальная психология: Учебное-справочное пособие. ЗАО «Бизнес-школа», Интел-Синтез, 1998. 238 с.

2. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. 256 с.

3. Франкл В. Психотерапия на практике/ В.Франкл. СПб.: Ювента, 1999.

4. Франкл В.Э. Основы логотерапии. Психотерапия и религия. СПб.: Речь, 2000.

5. Экзистенциальная психология / Под ред. Р.Мей // Экзистенция / Под ред. Р.Мей, Э.Энджела, Г.Элленбергера. М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001.

6 Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии. СПб.: Питер, 2000. 640 с.

7. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: Независимая фирма «Класс», 1999.450 с.



ТЕМА 6.
КОНСУЛЬТУВАННЯ В КОНТЕКСТІ РІЗНИХ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ
(загальна кількість аудиторних годин – 12)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 2.
ТЕМА: ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ
У КОНТЕКСТІ ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНОЇ ТЕОРІЇ ТА ПРАКТИКИ.

(кількість аудиторних годин – 2)

Хід

практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Консультативна діяльність в екзистенціальній психології».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Вчені виокремлюють такі чотири екзистенціальні конфлікти...

Слово «екзистенція» («існування») походить від...

Саморозкриття консультанта може здійснюватися у таких формах...

Екзистенціальна психотехніка «Ідентифікація психологічних захистів і способів ухилення від відповідальності» у контексті означеного питання включає...

Сутність вправи «Я беру відповідальність».

Сутність техніки «Ідентифікація ухилення від відповідальності «тут і зараз».

Сутність вправи «Класифікація подій».

Екзистенціальна психотехніка «Звільнення здатності хотіти».

В. Франкл розрізняв такі дві стадії синдрому безглуздості...

Сутність техніки «Перевизначення проблеми».

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Проведення здобувачами консультування, використовуючи екзистенціальні психотехніки та вправи (зміст та технологія вправ наведена у додатку Б).

Тривалість – 60 хвилин.

Хід проведення:

1. Викладач пропонує здобувачам продемонструвати екзистенціальні психотехніки та вправи, що були ними опановані. Для цього умовна пара виходить на центр аудиторії, розташовується зручно та демонструє опановану

психотехніку або вправу.

2. Потім надається можливість здобувачам обговорити технологію їх застосування, вказуючи на позитивні та негативні моменти.

3. Після кожної презентації підводиться підсумок.

4. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

5. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

5.1. Підготуватися до опитування з наступного навчального питання:

Технологія психологічного консультування у контексті гештальт-психології

5.2. Підготуватися до проведення гештальт-консультування, використовуючи:

Психотехніку «Порожнього стільця»;

Психотехніку «Проходження по колу»;

Психотехніку «Ретрофлексія»;

Психотехніку діалогу та ін.

Для цього необхідно:

1) об'єднатися у пари та визначитися з психотехнікою або вправою, які найбільш хотілося би апробувати;

2) самостійно вивчити технологію їх використання;

3) вивчити основні правила поведінки консультанта з клієнтом.

5.3. Вправа для самоаналізу:

1. Пригадайте життєві ситуації, коли вам доводилося керуватись розумом, незважаючи на почуття.

2. Спробуйте оцінити, як ваше ставлення до навколишнього середовища пов'язане з кожним із перелічених нижче механізмів порушення границь контакту:

1) з інтроекцією;

2) з проекцією;

3) з конфлуенцією (злиттям);

4) з ретрофлексією;

5) з дефлексією.

Запишіть результати.

Використовуючи гештальт-підхід підготуватися до психологічного консультування за результатами виконаного завдання.

6. Список рекомендованої літератури:

1. Булюбаш І.Д. Руководство по гештальт-терапии. М. : Изд-во Института психотерапии, 2004. 768 с. (Сер. : Золотой фонд психотерапии).

2. Невис Э. Организационное консультирование. Гештальт-метод / Э.Невис.- СПб. : Издательство Пирожкова, 2001.

3. Практикум по гештальттерапии / Ф.Перлз, П. Гудмен, Р.Хефферлин. М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2001.
4. Перлз Ф. Практика гештальт-терапии. М.: Ин-т общегуманит. Исследований, 2001.
5. Перлз Ф. Гештальт-семинары. – М. : Пресс, 1998.
6. Польстер И. Польстер М.Интегрированная гештальт-терапия: Контуры теории и практики. М.: Класс, 2001.
7. Шоттенлоэр Г. Рисунок и образ в гештальттерапии. СПб.: Питер Пресс, 2001.



ТЕМА 6.
КОНСУЛЬТУВАННЯ В КОНТЕКСТІ РІЗНИХ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ
(загальна кількість аудиторних годин – 12)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №3.
ТЕМА: ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ
У КОНТЕКСТІ ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГІЇ

(кількість аудиторних годин – 2)

Хід
практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Консультування в межах гештальтпсихології».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилини.

Перелік запитань для бліцопитування:

Гештальтпсихологія отримала свою назву від...

Поняття інсайту.

Ідеї гештальтпсихології.

Принципи, які повинні знати й дотримуватися гештальт-консультанти.

Гештальттерапевти фокусують увагу на...

Завдання консультанта та його позиція в межах гештальт-терапії наступні...

В гештальт-терапії виділяють наступні невротичні механізми...

Техніка «порожнього стільця».

Техніка проходження по колу.

Ретрофлексія – це...

Дефлексія – це...

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Обговорення результатів самоаналізу щодо механізмів порушення границь.

Тривалість – 20 хвилини.

Апробування психотехнік гештальт-терапії.

4. Техніка «Гарячий стілець»

Тривалість – 15 хвилини.

Учасники: студент (у ролі клієнта) та студент (у ролі психолога)

Хід:

Посередині аудиторії студент, який має намір розповісти про свою проблему, сідає на стілець. Він розпочинає розказувати студентові (у ролі

психолога) про свою проблему. При цьому обов'язково акцентує увагу не тільки на тому, що він відчував у минулому, але й на тому що від відчуває «Тут та Зараз».

Усі інші студенти стають безмовними слухачами і глядачами і включаються у взаємодію тільки на прохання психолога.

Після закінчення сесії студенти повідомляють про свої почуття, причому необхідно, щоб студенти говорили саме про *почуття, а не давали поради і не оцінювали особу, що сидить на «гарячому стільці»*.

4. Проведення здобувачами консультування, використовуючи психотехніки та вправи гештальт-терапії.

Тривалість – 30 хвилин.

Хід проведення:

1. Викладач пропонує здобувачам продемонструвати психотехніки та вправи гештальт-терапії, що були ними опановані. Для цього умовна пара виходить на центр аудиторії, розташовується зручно та демонструє опановану психотехніку або вправу.

2. Потім надається можливість здобувачам обговорити технологію їх застосування, вказуючи на позитивні та негативні моменти.

3. Після кожної презентації підводиться підсумок.

4. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

5. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

5.1. Підготуватися до опитування з наступного навчального питання:

Технологія психологічного консультування у контексті когнітивно-біхевіорального підходу

5.2. Підготуватися до проведення когнітивно-біхевіорального консультування, використовуючи:

Психотехніку падаючої стріли;

Психотехніку виявлення пояснювального стилю клієнта;

Психотехніку виявлення глибинних переконань;

Психотехніку визначення життєвих орієнтирів;

Психотехніку визначення переконань Я-концепції;

Метод трьохступінчатої моделі зміни паттернів мислення;

Психотехніку використання активної уяви та ін.

Для цього необхідно:

1) об'єднатися у пари та визначитися з психотехнікою або вправою, які найбільш хотілося би апробувати;

2) самостійно вивчити технологію їх використання;

3) вивчити основні правила поведінки консультанта з клієнтом.

5.3. Індивідуальні завдання.

5.3.1. Підберіть вправи на релаксацію та апробуйте їх проведення.

Напрями релаксаційних вправ:

- а) прогресуюча м'язова;
- б) коротка м'язова релаксація;
- в) ментальна релаксація;
- г) вербальна релаксація;
- д) диференційована релаксація.

5.3.2. Визначте, яку поведінку ви хотіли би змінити.

Протягом тижня ведіть записи в щоденнику спостережень („Щоденник поведінкового моніторингу»), оформлюючи матеріал за схемою СРН-аналізу (Стимул Реакція Наслідки).

Приклад фрагменту запису в щоденнику поведінкового моніторингу:

Страх публічно виступати Стимул Реакція Наслідки

12.35. Перед студентською групою потрібно було у стислій формі викласти зміст реферату. Студенти сиділи за партами, я стояв за кафедрою. Почувався тривожно. Говорив у швидкому темпі, втратив контакт з аудиторією. Зумів викласти основний зміст реферату. На запитання відповідав з труднощами (часто зупинявся, важко було підібрати потрібні слова, мова тиха і нечітка). Студентська група видавалася не дуже зацікавленою. Студенти задавали мало запитань. Викладач оцінила мою підготовку нижче, ніж я очікував. Я відчуваю образу, невдоволеність своїм виступом. Гадаю, що мені заважає невпевненість, яку я хочу подолати.

5.3.3. Використовуючи когнітивно-біхевіоральний підхід підготуватися до психологічного консультування за результатами виконаного здобувачами домашнього завдання.

6. Список рекомендованої літератури:

1. Гулдинг М. Психотерапія нового рішення. Теорія і практика / М. Гулдинг, Р. Гулдинг. - М.: Клас, 1997. — 288 с.
2. Лазарус А. Мысленным взором: Образы как средство психотерапии. М.: Независимая фирма «Класс», 2000. 144 с.
3. Смит М. Дж. Тренинг уверенности в себе. СПб. : Коспект, 1997.



ТЕМА 6.
КОНСУЛЬТУВАННЯ В КОНТЕКСТІ РІЗНИХ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ
(загальна кількість аудиторних годин – 12)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 4.
ТЕМА: ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ
У КОНТЕКСТІ КОГНІТИВНО-БІХЕВІОРАЛЬНОГО ПІДХОДУ
(кількість аудиторних годин – 2)

Хід
практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Когнітивно-біхевіоральний підхід у консультуванні».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Схему АВС в аббревіатурі слів української мови можна подати таким чином...

✓ Основними поняттями у теорії Еліса є...

✓ Холодні когніції – це...

✓ Теплі когніції – це...

✓ Гарячі когніції – це...

✓ Основні положення концепції А. Бека.

✓ Концепція А. Бека підпорядковується таким основним положенням...

✓ До основних елементів когнітивної діяльності особистості належать...

✓ Глибинні переконання людини – це...

✓ Проміжні переконання людини – це...

✓ Приховані (проміжні і глибинні) переконання людини – це...

✓ Когнітивні помилки людини – це...

✓ Загальні принципи і основні положення когнітивно-біхевіорального підходу.

✓ Особливості реалізації основних положень когнітивно-біхевіорального консультування.

✓ Діагностика та технологія роботи з проміжними і глибинними переконаннями клієнта.

✓ Сутність техніки падаючої стріли.

✓ Сутність техніки виявлення пояснювального стилю клієнта

✓ Сутність техніки виявлення глибинних переконань.

✓ Сутність техніки визначення життєвих орієнтирів

- ✓ Сутність техніки визначення переконань Я-концепції
- ✓ Сутність методу трьохступінчатої моделі зміни паттернів мислення.

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Демонстрування здобувачами підібраних ними вправ на релаксацію.

Тривалість – 10 хвилин.

Обговорення результатів.

4. Презентація та обговорення результатів спостережень у «Щоденнику поведінкового моніторингу».

Тривалість – 10 хвилин.

Хід проведення:

1. Викладач пропонує бажуючому студентові апробувати себе у ролі консультанта.
2. Викладач пропонує іншому бажуючому здобувачеві зачитати записи з Щоденика.
3. Завдання для консультанта – провести когнітивно-біхевіоральне психологічне консультування.

Обговорення результатів та підведення підсумків.

5. Проведення консультування, використовуючи когнітивно-біхевіоральні психотехніки та вправи.

Тривалість – 60 хвилин.

Хід проведення:

1. Викладач пропонує здобувачам продемонструвати когнітивно-біхевіоральні психотехніки та вправи, що були ними опановані. Для цього умовна пара виходить в центр аудиторії, розташовується зручно та демонструє опановану психотехніку або вправу.

2. Потім надається можливість здобувачам обговорити технологію їх застосування, вказуючи на позитивні та негативні моменти.

3. Після кожної презентації підводиться підсумок.

6. Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

7. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

7.1. Підготуватися до опитування з наступного навчального питання:

Технологія психологічного консультування у контексті особистісно орієнтованого підходу.

7.2. Підготуватися до проведення психологічного консультування, використовуючи:

Психотехніку «Вибору».

Психотехніку «Терапевтичний діалог».

Психотехніку «Вербалізація».

Психотехніку «Відображення емоцій».

Психотехніку «Емпатійна відповідь».

Психотехніку «Повторів».

Психотехніку «Метафор».

Для цього необхідно:

- 1) об'єднатися у пари та визначитися з психотехнікою або вправою, які найбільш хотілося би апробувати;
- 2) самостійно вивчити технологію їх використання;
- 3) вивчити основні правила поведінки консультанта з клієнтом.

8. Список рекомендованої літератури:

1. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. М.: Независимая фирма «Класс», 2000. 208 с.
2. Горностай П. П., Васьковская С. В. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. Киев: Наукова думка, 1995. 128 с.
3. Станіславська М. В. Поетапна модель процесу індивідуального психологічного консультування особистості як суб'єкта вибору організаційної культури майбутнього місця роботи. *Актуальні проблеми психології*. 2014. Т. 1. Вип. 41. С. 51–55.



ТЕМА 6.
КОНСУЛЬТУВАННЯ В КОНТЕКСТІ РІЗНИХ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ
(загальна кількість аудиторних годин – 12)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №5.
ТЕМА: ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ
У КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНОГО ПІДХОДУ.

(кількість аудиторних годин – 2)

Хід

практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Консультавання в контексті особистісно орієнтованого підходу».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Метою особистісноорієнтованого консультування є...
- ✓ Принципами психологічного консультування в межах особистісно орієнтованого підходу є...
- ✓ Основу психічного здоров'я особистості складає...
- ✓ Здатність особистості до усвідомлення неперервності процесу особистісного зростання є...
- ✓ Етапи особистісно орієнтованого консультування були сформульовані К. Роджерсом таким чином...
- ✓ Інтегративну модель професійної діяльності психолога-консультанта включає такі структурні компоненти...
- ✓ Ефективність роботи психолога-консультанта та задоволеність клієнта отриманим результатом залежить від...
- ✓ Протилежним до конгруентності є...
- ✓ Рефлексивність полягає в тому, що...
- ✓ Позиції психолога в особистісно орієнтованому консультуванні можуть варіюватися в залежності від...
- ✓ Н.В. Самоукіною було виділено декілька таких позицій, зокрема...
- ✓ Особистісно орієнтоване консультування не спрямоване на...
- ✓ Сутність психотехніки «вибору»...
- ✓ Сутність психотехніки «терапевтичний діалог»...
- ✓ Сутність психотехніки «вербалізація»...
- ✓ Сутність психотехніки «відображення емоцій»...

- ✓ Сутність психотехніки «емпатійна відповідь»...
- ✓ Сутність психотехніки «повторів»...
- ✓ Сутність психотехніки «метафор»...

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Проведення консультування, використовуючи психотехніки та вправи особистісно орієнтованого підходу».

Тривалість – 60 хвилин.

Хід проведення:

4. Викладач пропонує здобувачам продемонструвати психотехніки та вправи особистісно орієнтованого підходу, що були ними опановані. Для цього умовна пара виходить на центр аудиторії, розташовується зручно та демонструє опановану психотехніку або вправу.

5. Потім надається можливість здобувачам обговорити технологію їх застосування, вказуючи на позитивні та негативні моменти.

6. Після кожної презентації підводиться підсумок.

4. Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

5. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

5.1. Підготуватися до опитування з наступного навчального питання:

Консультативна діяльність практичного психолога на основі духовно-особистісного підходу.

5.2. Підготуватися до проведення психологічного консультування, використовуючи основні положення духовно-особистісного підходу (можна використати психотехнології з монографії:

Бех І.Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. / І.Д. Бех. Київ-Чернівці : «Букрек», 2018. 320 с.)

6. Список рекомендованої літератури:

1. Бех І.Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. / І.Д. Бех. Київ-Чернівці : «Букрек», 2018. 320 с.

2. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. К.: Четверта хвиля, 2004. 256 с.

3. Помиткін Е.О. Психологія духовного розвитку особистості: *Монографія*. К.: Наш час. - 2006. - 280 с. 8.

4. Психотерапия и духовные практики: Подход Запада и Востока к лечебному процессу. / Составитель В. Хохлов; пер. с англ. Н. В. фон Бока. – Мн.: «Вида – Н», 1998. – 320 с.



ТЕМА 6.

КОНСУЛЬТУВАННЯ В КОНТЕКСТІ РІЗНИХ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ

(загальна кількість аудиторних годин – 12)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №6.

ТЕМА: КОНСУЛЬТАТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА НА ОСНОВІ ДУХОВНО-ОСОБИСТІСНОГО ПІДХОДУ

(кількість аудиторних годин – 2)

Хід

практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Експрес-тест.

Визначте, у якій парадигмі працює психолог: психоаналіз, клієнтцентована психологія, гештальт-психологія, екзистенціальна психологія, когнітивна психологія, раціонально-емотивна психологія або біхевіоральна психологія.

– Психолог коментує кожний рух Віктора - чи кладе той ногу на ногу, чи складає руки на груди, чи кусає губи або почухує голову.

– Сашко соромиться торгувати. Психолог дає їй завдання додому - вона повинна найнятися на роботу на найближчий ринок і продавати там вироби ручної праці.

– Консультант тлумачить сни Юлії. Вона повинна спробувати розслабитися й згадати якнайбільше.

– Психолог докладно розглядає проблему життєвих цінностей Анатолія. Анатолій намагається зрозуміти справжній зміст свого життя.

– В'ячеслав намагається поступово перебороти страх перед їздою на автомобілі. Минулого тижня консультант взяв його із собою в автомобіль. На наступному тижні В'ячеслав сам поведе машину по тій же дорозі. Після цього, як він сподівається, страх перед польотом зникне в нього назавжди.

– На психологічному сеансі Жанна говорить більше психолога, а він уважно слухає. Здається, що йому дійсно небайдужі її почуття й переживання й що він розуміє її.

– Марко впевнений, його погані оцінки в школі означають, що він ніколи не буде успішним у бізнесі. Консультант говорить на це, що багато досить щасливих бізнесменів, які теж погано вчилися.

Обговорення результатів та підведення підсумків

3. Тема для обговорення: «Консультативна діяльність практичного психолога на основі духовно-особистісного підходу».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

На переконання Р. Асаджіолі поняття «духовне» відображає...

На сьогодні існує два основних підходи до визначення духовності, а саме...

А.І. Зелінченко в цьому контексті виокремив такі духовні кризи...

Характерною особливістю духовно-особистісного підходу в консультативній діяльності є...

Сутність принципу вищої доцільності...

Сутність принципу цілісності...

Сутність принципу свідомої взаємодії...

Сутність принципу розвитку свідомості...

Сутність принципу свободи волевиявлення клієнта...

Сутність принципу детермінованості зовнішнього та внутрішнього...

Психологічна діагностика особливостей духовного розвитку клієнта здійснюється, як правило, за такими напрямками...

Найсуттєвіші проблеми для високодуховної людини – це...

Духовно-особистісний підхід спрямований, передусім, на...

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Проведення консультування, використовуючи психотехніки та вправи особистісно орієнтованого підходу».

Тривалість – 60 хвилин.

Хід проведення:

1. Викладач пропонує здобувачам продемонструвати психотехніки та вправи духовно-особистісного підходу, що були ними опановані. Для цього умовна пара виходить на центр аудиторії, розташовується зручно та демонструє опановану психотехніку або вправу.

2. Потім надається можливість здобувачам обговорити технологію їх застосування, вказуючи на позитивні та негативні моменти.

3. Після кожної презентації підводиться підсумок.

5. Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

6. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

6.1. Підготуватися до опитування з наступного навчального питання:

Психологічне консультування дошкільників та їх батьків.

Психологічне консультування молодших школярів та членів їх родини.

Психологічне консультування особистості підліткового віку.

Психологічне консультування особистості юнацького віку

Консультативна робота з дорослими людьми.

Консультування людей похилого віку.

6.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Проблематика нормального дитинства.

Психологічні труднощі дошкільника.

Психологічні труднощі молодшого школяра.

Психологічні труднощі підлітка.

**6.4. Підготувати (за бажанням) тематичний кросворд за темою:
«Віково-психологічне консультування»**

7. Список рекомендованої літератури:

- Бурменская Г. и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. М., 2002.
- Нельсон Джоунс Р. Теория и практика консультирования. М., 2002.

ТЕМА 7.
ВІКОВО-ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ
(загальна кількість аудиторних годин – 2)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на особливостях психологічного консультування осіб різної вікової групи.

Хід
практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Психологічне консультування дошкільників та їх батьків».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Види психологічного консультування з проблем розвитку дітей дошкільного віку.

✓ Труднощі та пов'язані з ними специфічні особливості психологічного консультування дошкільників.

✓ Однією з ключових проблем індивідуального консультування дошкільників є...

✓ Особливості налагодження комунікації з дитиною в умовах індивідуального консультування полягають у тому, що...

✓ Особливості організації процедури психоконсультування дошкільників.

✓ Основним завданням психоконсультування батьків є...

✓ Цілі психоконсультативної роботи з батьками дошкільників можна розподілити таким чином...

✓ Тривалість психоконсультування та кількість консультативних зустрічей залежить від...

✓ Перша зустріч є...

✓ Бесіда з метою збору анамнезу та уточнення причини звернення може здійснюватися...

✓ Бесіда за результатами обстеження дитини включає...

✓ Психоконсультування працівників дошкільних навчальних закладів...

✓ Основна специфічна особливість психоконсультування працівників дошкільного навчального закладу полягає в тому, що...

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Психологічне консультування молодших школярів та членів їх родини».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Основні соціально-психологічні запити сучасних учнів цього віку такі...
- ✓ Шкільний психолог у практичній діяльності виділяє такі групи дітей молодших класів...
- ✓ Консультативна практика дітей 6-10 років має таку свою специфіку...
- ✓ В традиційній психодіагностиці пропонується диференціювати результати інформації за такими типами даних...
- ✓ Так, при діагностиці молодших школярів основну увагу психолог-консультант приділяє збору....
- ✓ Застосування проєктивних методик ґрунтується на психоаналітичному принципі...
- ✓ Проєктивні методики класифікують за такими напрямками...
- ✓ Ефективною для запровадження у практику психологічної служби загальноосвітньої школи є...
- ✓ При консультуванні дітей потрібно враховувати сучасну тенденцію поведінки школярів...
- ✓ Програма «Розширення кордонів образу світу дитини» ефективна за умов...
- ✓ Психологічне консультування дітей молодшого шкільного віку базується на...
- ✓ Роль шкільного психолога полягає у тому, щоб...
- ✓ Задля запобігання помилок у роботі із молодшими школярами психолог-консультант має дотримуватися таких рекомендацій...
- ✓ Консультування молодших школярів та членів їх родини передбачає застосування...

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Тема для обговорення: «Психологічне консультування особистості підліткового віку».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Інструментальний компонент передбачає...
- ✓ Потребово-мотиваційний компонент визначає...
- ✓ Виділення компонентів психічного здоров'я дозволяє визначити такі завдання психологічного консультування, як...
- ✓ У процесі консультування учнів підліткового віку психолог, як правило, вирішує такі два основних завдання...
- ✓ У період дорослішання відбувається інтенсивний розвиток самосвідомості особистості, у зв'язку з цим важливим виявляється...
- ✓ Виділяють декілька стадій взаємодії щодо створення довірливих взаємин у роботі шкільного психолога з підлітками...

- ✓ В процесі консультування підлітки частіше розраховують на...
- ✓ При проведенні індивідуальної консультації з підлітком практичний психолог використовує...
- ✓ Типовими запитами у консультуванні дітей підліткового віку є...
- ✓ Консультування підлітків з проблем труднощів у навчанні та шкільної дезадаптації полягає у...
- ✓ Консультування з питань кризи підліткового віку полягає у...
- ✓ Консультування підлітків з питань порушення міжособистісних стосунків полягає у...
- ✓ Консультування з проблем дисгармонійності характеру полягає у...
- ✓ Консультування підлітків з питань розвитку самосвідомості полягає у...
- ✓ Алгоритм проведення метода зміни паттернів мислення наступний...
- ✓ Консультуючи підлітків, психолог часто стикається з...
- ✓ Однією з головних причин значної частини труднощів підлітків є...

Підведення підсумків з навчального питання.

5. Тема для обговорення: «Психологічне консультування особистості юнацького віку».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Характерними для юнаків є наступні види емансипації..
- ✓ В період юності провідним завданням є...
- ✓ З огляду на психологічні особливості розвитку особистості юнацького віку метою психологічного консультування юнаків є...
- ✓ Алгоритм консультування особистості юнацького віку включає в себе...
- ✓ Специфіка психологічного консультування юнаків полягає у...
- ✓ З метою допомоги в усвідомленні юнаками цілей власного життя психолог-консультант може скористатися методикою...
- ✓ Орієнтація юнаків у пошуках провідних життєвих цілей також може здійснюватися психологом-консультантом за допомогою методу...
- ✓ Активізація морального світогляду та автономної моралі юнаків здійснюється психологом-консультантом в межах...
- ✓ В процесі консультування юнаків з метою розвитку в них здатності до критичного аналізу власних моральних вчинків, психологу слід...
- ✓ Типовими запитами юнаків у консультативній практиці є...
- ✓ Діяльність психолога-консультанта з питань особистісного розвитку пов'язана з...
- ✓ Консультування з нормалізації емоційних станів юнацтва покликане...
- ✓ Консультування з питань налагодження взаємостосунків юнаків з батьками пов'язане з...
- ✓ Життєві негаразди юнаків також можуть бути пов'язані із...

- ✓ Активізація пошуків сенсу життєіснування юнаків пов'язана з...

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Тема для обговорення: «Консультативна робота з дорослими людьми».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Психологічне консультування дорослих клієнтів, на відміну від психологічної корекції чи психотерапії, має бути зорієнтоване...
- ✓ У роботі з дорослими клієнтами метою професійної консультативної діяльності психолога є...
- ✓ Серед основних об'єктивних причин зазначених труднощів виділимо такі...
- ✓ Консультативна допомога завершується для психолога з'ясуванням такого єдиного питання..

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Тема для обговорення: «Консультування людей похилого віку».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Період старості часто називають...
- ✓ Міжнародна класифікація виокремлює такі періоди геронтогенезу...
- ✓ Геронтологія – це наука про...
- ✓ Біологічне старіння – це...
- ✓ Соціальне старіння проявляється у...
- ✓ Психологічне старіння – це...
- ✓ Люди похилого віку є...
- ✓ Можна виділити такі вікові зміни у психічних процесах...
- ✓ Криза «зустріч зі старістю» є...
- ✓ Мету консультативної роботи з людьми похилого віку конкретизують наступні завдання...
- ✓ Консультування людей похилого віку базується в основному на...
- ✓ Цілі психологічного консультування в процесі роботи з людьми похилого віку полягають у...
- ✓ До змісту корекційної роботи з людьми похилого віку відносять...
- ✓ Методами психологічного консультування людей похилого віку можуть бути такі...
- ✓ Методика «Автопортрет» (П. Ржичан) спрямована на...
- ✓ Для здійснення ефективного та успішного процесу психологічного консультування клієнтам похилого віку необхідно дотримуватися таких вимог...

Підведення підсумків з навчального питання.

8. Заслуховування рефератів (доповідей) здобувачів та їх обговорення.

Тривалість – 10 хвилин.

Теми:

Проблематика нормального дитинства.

Психологічні труднощі дошкільника.

Психологічні труднощі молодшого школяра.

Психологічні труднощі підлітка.

9. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

10. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

11. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

11.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Психоконсультування в соціальній сфері.

Психологічне консультування в управлінні та менеджменті.

Психологічне консультування в політичній сфері.

Консультативна діяльність в юридичній сфері.

Консультативна діяльність в бізнесі та підприємництві.

Психологічне консультування у сфері реклами.

Консультативна робота психолога у закладах вищої освіти.

11.2. Підготувати (за бажанням) реферати або доповіді виступу з наступних тем:

Технологія консультування по телефону.

Особливості професійного спілкування консультанта з групою.

Вимоги до консультування через друковані видання.

11.3. Підготувати (за бажанням) тематичний кросворд за темою: «Консультування у різних сферах професійної діяльності».

6. Список рекомендованої літератури:

1. Елизаров А. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования. М., 2003.

2. Консультативна психологія: підручник / І.С. Булах, В.У. Кузьменко, Е.О. Помиткін [та ін.]: Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 482 с.

3. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. М., 1999.

4. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М., 2001.

5. Нельсон Джоунс Р. Теория и практика консультирования. М., 2002.

6. Психологическая практика: проблемы и перспективы. Мн., 2002.

7. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. М., 2000.



ТЕМА 8. КОНСУЛЬТУВАННЯ У РІЗНИХ СФЕРАХ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

(загальна кількість аудиторних годин – 2)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на особливостях психологічного консультування у різних сферах діяльності.

Хід практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Психоконсультування в соціальній сфері».
Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Соціальна робота містить у собі такі аспекти...
- ✓ Психологічне консультування населення – це...
- ✓ Одним із основних принципів діяльності психологів у соціальній сфері є...
- ✓ Загальними завданнями консультування цього типу є...
- ✓ Сьогодні найбільш актуальними проблемами, з якими стикаються психологи-консультанти в соціальній сфері, є...
- ✓ М. Річмонд запропонував метод індивідуальної роботи в соціальній сфері (кейсворк). Основними елементами методу є...
- ✓ Виділяють такі «стадії інтерв'ю» психологічного консультування в соціальній сфері...
- ✓ У процесі консультування має відбутися перехід від...
- ✓ Результати психологічної допомоги в соціальній сфері...
- ✓ Психологічне консультування безробітних громадян полягає у ...
- ✓ Організація психологічної допомоги ВІЛ-інфікованим, обтяженим наркоманією полягає у ...
- ✓ Типові психологічні переживання, які спостерігаються у ВІЛ-інфікованих полягає у ...
- ✓ Завданнями психологічної підтримки ВІЛ- інфікованих є полягає у ...

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Психологічне консультування в управлінні та менеджменті».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Психологами-консультантами з питань управління діяльністю можуть бути...
- ✓ Тімбілдінг-тренінги спрямовані на...
- ✓ Одним із видів консультування є управлінський консалтинг – це...
- ✓ . На думку Л.Е. Орбан-Лембрик, управлінське консультування – це...
- ✓ Управлінське консультування як метод вдосконалення управлінської практики використовують керівники організацій у сферах...
- ✓ Головними завданнями психологів-консультантів є...
- ✓ У роботі психолога з персоналом розрізняють такі напрямки...
- ✓ Реалізація завдань соціально-психологічного консультування персоналу досягається завдяки...
- ✓ Персональне консультування спрямоване на...
- ✓ У ході персонального консультування особлива увага приділяється....
- ✓ У процесі розвитку персонального консультування виокремлюють такі різновиди персональних консультацій...
- ✓ Групове консультування спрямоване на...
- ✓ Персональне та групове консультування може здійснювати як...
- ✓ Особливостями психолого-акмеологічного консультування є...
- ✓ Процес психолого-акмеологічного консультування розгортається за такими напрямками...
- ✓ Психологічне консультування керівників та персоналу має сприяти...

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Тема для обговорення: «Психологічне консультування в політичній сфері».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Антиреклама або зниження іміджу – це ...
- ✓ Імідж політика можна вивчати за допомогою...
- ✓ Політична культура – це...
- ✓ Основні риси демократичної політичної культури такі....
- ✓ Авторитарний тип політичної культури має такі два різновиди...
- ✓ Для успішного надання консультативних послуг перед психологом постає необхідність побудови ...
- ✓ Методики по вивченню психологічних портретів політичних лідерів держав спрямовані на...
- ✓ Прийняття політичних рішень базується на певних принципах, зокрема, цей процес повинен бути...
- ✓ . Консервативна стратегія передбачає використання...
- ✓ Радикальна політика використовує...
- ✓ Популізм – це...
- ✓ Умовами ефективного прийняття політичних рішень можуть бути...
- ✓ Задачі психолога, який надає консультацію політику по прийняттю

рішень, наступні...

- ✓ Допомога лідеру у роботі з командою полягає у....
- ✓ Групи можуть поділятися за....
- ✓ Іншим критерієм класифікації груп є поділ за...
- ✓ За ефективністю групової діяльності розрізняють групи, зорієнтовані

на...

✓ Психолог-консультант має знати, що в політиці групи у своєму формуванні проходять ряд етапів...

✓ Важливою складовою менталітету є...

✓ Співучасть у проведенні виборчих кампаній полягає у ...

✓ У виробленні стратегії необхідно враховувати такі ресурси, важливі для проведення виборчої кампанії....

✓ Тактика кампанії обумовлюється, визначається за наступними характеристиками...

✓ Тактика виборної кампанії включає в себе...

Підведення підсумків з навчального питання.

5. Тема для обговорення: «Консультативна діяльність в юридичній сфері».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Юридична діяльність є...

✓ Умовою здійснення юристами своїх професійних обов'язків є...

у...
✓ Індивідуальне психологічне консультування юристів здійснюється

на...
✓ Зміст психологічної допомоги в юриспруденції має ґрунтуватися

✓ Типові запити фахівців юридичної галузі здебільшого пов'язані зі...

✓ Найбільш важливим у роботі психолога є...

✓ Психолог може порекомендувати юристам скористатися наступними прийомами...

✓ Серед комунікативних проблем провідне місце належить...

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Тема для обговорення: «Консультативна діяльність в бізнесі та підприємстві».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Психологічне консультування бізнесу та підприємництва – це...

на...
✓ Консультативна діяльність у бізнесі та підприємстві спрямована

✓ Існує такі три форми організації психологічної допомоги бізнесу та підприємству...

- ✓ Співпраця – це...
- ✓ Консультативна діяльність (експертна оцінка, навчання) незалежних психологів зі співробітниками організації (фірми, підприємства) може бути...
- ✓ Ефективна психологічна допомога бізнесу спрямована на...
- ✓ В.Ю. Меновщиков завданнями психологічного консультування в бізнесі та підприємництві вважає...
- ✓ На думку Г.С. Никифорова, завданнями психолога консультанта є...
- ✓ Л. Тобіас виділив такі основні принципи та механізми взаємодії консультанта і бізнес клієнта (підприємця)...
- ✓ Помилка багатьох психологів-консультантів полягає в тому, що вони автоматично вважають керівника організації (президента компанії, генерального директора або директора) своїм...
- ✓ Процес консультування є...
- ✓ Робота консультанта полягає в тому, щоб...
- ✓ Результатом діагностики може бути...
- ✓ Робота психолога-консультанта з цією групою банківських службовців була спрямована на...
- ✓ Діяльність психолога-консультанта з такою групою банківських службовців може бути спрямована на вирішення наступного...

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Тема для обговорення: «Психологічне консультування у сфері реклами».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Психологічне консультування в рекламі спрямоване на реалізацію багатьох завдань, серед яких можуть бути...
- ✓ Рекламу можна розподілити за такими категоріями...
- ✓ Як і будь яка інша діяльність, рекламна має свої цілі, серед яких можна виділити наступні...
- ✓ Кінцевою метою будь-якої реклами є...
- ✓ Спеціаліст з консультування у рекламі повинен бути...
- ✓ Психолог-консультант може залучатися до...
- ✓ Психолог-консультант повинен знати, що...
- ✓ Роль психолога-консультанта необхідна у роботі...
- ✓ Консультант повинен враховувати економічні, соціальні та комунікативні ефекти від впровадження реклами...
- ✓ Дослідники називають імідж в рекламі засобом...
- ✓ Спосіб маніпулювання свідомістю реалізується такими різними методами...
- ✓ Метод стимулювання страху – це...
- ✓ На думку російських дослідників А.Н. Лебедева та А.К. Боковинова рекламу потрібно розглядати як...

Підведення підсумків з навчального питання.

8. Тема для обговорення: «Консультативна робота психолога у закладах вищої освіти».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Основні функції психологічної служби ЗВО такі...
- ✓ Найбільш поширені психологічні запити (звернення) до консультантів служби з боку студентів...
- ✓ Психологічні запити викладачів та працівників ЗВО здебільшого стосуються....
- ✓ Консультативна діяльність психолога ЗВО спрямована на...
- ✓ Труднощі в роботі психологів-консультантів ЗВО передусім стосуються...
- ✓ Ефективний психолог-професіонал ЗВО впевнений у тому, що клієнт – це...
- ✓ Всі учасники навчально-виховного процесу ЗВО мають право на...
- ✓ Професійний обов'язок консультанта – надати...
- ✓ До базових умінь консультанта ЗВО належать...
- ✓ Технології консультацій вибираються відповідно до...

Підведення підсумків з навчального питання.

9. Заслуховування рефератів (доповідей) здобувачів та їх обговорення.

Тривалість – 10 хвилин.

Теми:

Технологія консультування по телефону

Особливості професійного спілкування консультанта з групою

Вимоги до консультування через друковані видання.

10. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

10. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

11. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

11.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Актуальні проблеми консультування подружніх пар.

Особливості консультування при роботі з подружньою парою.

Консультування подружжя з приводу сексуальних проблем.

Індивідуальне психоконсультування подружжя.

Переживання розлучення з партнером.

Труднощі взаєморозуміння.

Консультування при розлученні.

11.2. Підготувати (за бажанням) тематичний кросворд за темою:

«Зміст та організація консультування з приводу подружніх проблем»

12. Список рекомендованої літератури:

1. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. К.: Четверта хвиля, 2004. 256 с.

2. Консультативна психологія: підручник / І.С. Булах, В.У. Кузьменко, Е.О. Помиткін [та ін.]: Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 482 с.

3. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. К.: МАУП, 2004. 152 с.: іл. Бібліогр. в кінці розд.



ТЕМА 9.

ЗМІСТ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ КОНСУЛЬТУВАННЯ З ПРИВОДУ ПОДРУЖНІХ ПРОБЛЕМ

(загальна кількість аудиторних годин – 4)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на психологічних технологіях сімейного консультування.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ № 1

ТЕМА: ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ КОНСУЛЬТУВАННЯ ПОДРУЖЖЯ

(кількість аудиторних годин – 2)

Хід

практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Актуальні проблеми консультування подружніх пар».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Які актуальні проблеми консультування подружніх пар?

Наведіть приклади форм і методів психоконсультативної роботи з подружніми парами.

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Особливості консультування при роботі з подружньою парою».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Організація роботи з подружньою парою.

✓ Які труднощі пов'язані із зверненням подружжя в консультацію?

✓ Які особливості консультування при роботі з подружньою парою?

✓ Які особливості організації психоконсультативної роботи з подружньою парою?

✓ Причини звернення чоловіка й дружини в консультацію.

✓ Тривалість роботи з подружньою парою.

✓ Консультування подружньої пари.

✓ Використання домашніх завдань при роботі з подружжям.

✓ У чому суть проблеми рівності в розподілі сімейних обов'язків?

✓ Які особливості роботи з відмінностями в поглядах і настановах

подружжя?

- ✓ У чому полягає техніка конструктивних переговорів?
- ✓ Як здійснюється корекція ригідних уявлень і принципів?

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Тема для обговорення: «Консультування подружжя з приводу сексуальних проблем».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Охарактеризуйте особливості роботи над створенням позитивного тла в спілкуванні подружжя.

✓ Як здійснюється аналіз почуттів і переживань у процесі подружнього спілкування?

Підведення підсумків з навчального питання.

5. Тема для обговорення: «Індивідуальне психоконсультування подружжя».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Які особливості індивідуального психоконсультування подружжя?

✓ Наведіть приклади труднощів у стосунках із партнером.

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Тема для обговорення: «Переживання розлучення з партнером»

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Які особливості психоконсультування у випадках переживання розлучення з партнером?

✓ Як здійснюється з'ясування причин зради або охолодження подружніх стосунків?

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Тема для обговорення: «Труднощі взаєморозуміння».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Які проблеми в консультуванні «винуватця розриву «?

✓ Що означає реорганізація стосунків із партнером?

Підведення підсумків з навчального питання.

8. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

9. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

10. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

10.1. Підготуватися до опитування з питання:

Консультування при розлученні.

10.2. Підготуватися до проведення психологічного консультування подружжя з приводу бажання розлучитися.

10.3. Підготувати (за бажанням) доповідь або реферат з таких тем:

1. Міфи про сім'ю та сімейні ролі.
2. Психологічний аналіз проблемних ситуацій, які передують розлученню подружжя.
3. Розлучення як соціально-психологічний феномен.
4. Особливості протікання розлучення в різних соціальних групах.
5. Психологічна допомога подружжю під час розлучення.
6. Психологічна підтримка дитини в ситуації розлучення батьків.

11. Список рекомендованої літератури:

1. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. К.: Четверта хвиля, 2004. 256 с.
2. Консультативна психологія: підручник / І.С. Булах, В.У. Кузьменко, Е.О. Помиткін [та ін.]: Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 482 с.



ТЕМА 9.

ЗМІСТ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ КОНСУЛЬТУВАННЯ З ПРИВОДУ ПОДРУЖНІХ ПРОБЛЕМ

(загальна кількість аудиторних годин – 4)

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №2

ТЕМА: ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ПРИ РОЗЛУЧЕННІ

(кількість аудиторних годин – 2)

Хід

практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Консультації при розлученні».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

✓ Які проблеми постоють перед тими, хто розлучається?

✓ Аргументуйте своє ставлення до твердження, що в нашому суспільстві розлучення — це жіноча проблема.

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Робота у підгрупах «Стійкість шлюбу».

Тривалість – 20 хвилин.

Хід:

1. Викладач об'єднує студентів в чотири підгрупи:

перша з яких представляє молодий шлюб,

друга - шлюб середнього віку,

третя - шлюб зрілого віку,

четверта - шлюб літнього віку.

2. Викладач надає підгрупам такі завдання – встановити:

а) особливості функціонування сім'ї у певний період;

б) розкрити можливі проблеми, з якими стикається подружжя;

в) об'єктивні та суб'єктивні фактори, що сприяють розлученню;

г) надати характеристику рис особистості, які впливають на стійкість шлюбу у певному періоді.

3. Робота у підгрупах (5-7 хвилин).

4. Після дискусії кожна підгрупа проводить презентацію результатів їх роботи.

5. Підведення підсумків роботи у підгрупах.

4. Практичне завдання: «Здійснити психологічне консультування

подружжя з приводу бажання розлучитися».

Тривалість – 35 хвилин.

Обговорення та підведення підсумків.

5. Заслуховування рефератів або тез доповіді.

Тривалість – 5 хвилин.

Теми:

1. Міфи про сім'ю та сімейні ролі.

2. Психологічний аналіз проблемних ситуацій, які передують розлученню подружжя.

3. Розлучення як соціально-психологічний феномен.

4. Особливості протікання розлучення в різних соціальних групах.

5. Психологічна допомога подружжю під час розлучення.

6. Психологічна підтримка дитини в ситуації розлучення батьків.

6. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

7. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

7.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Консультування клієнтів із психосоматичними розладами.

Особливості консультування клієнтів, які плачуть.

Консультування несамотійних і маломотивованих клієнтів.

Консультування клієнтів із депресією.

Консультування клієнтів із суїцидальними намірами.

Консультування клієнтів, котрі переживають втрату.

Консультування залежних особистостей.

Особливі рекомендації для консультантів, котрі працюють з кризовими клієнтами.

7.2. Підготувати (за бажанням) тематичний кросворд за темою:

«Особливості психоконсультування клієнтів у кризових станах»

8. Список рекомендованої літератури:

1. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. К.: Четверта хвиля, 2004. 256 с.

2. Консультативна психологія: підручник / І.С. Булах, В.У. Кузьменко, Е.О. Помиткін [та ін.]: Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 482 с.

3. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. К.: МАУП, 2004. 152 с.: іл. Бібліогр. в кінці розд.



ТЕМА 10. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОКОНСУЛЬТУВАННЯ КЛІЄНТІВ У КРИЗОВИХ СТАНАХ

(загальна кількість аудиторних годин – 2)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на психологічних особливостях консультування осіб у кризових станах.

Хід практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Консультування при переживанні провини».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Невротична провинка виникає в результаті усвідомлення...
- ✓ Справжня виникає в результаті усвідомлення...
- ✓ При невробах почуття провини ніби допомагає індивіду...
- ✓ Однією з найважливіших причин виникнення невротичної провини є...

✓ Почуття провини є не лише наслідком демаскування, а й способом...

✓ Р. Мау (1983) виокремив такі три джерела екзистенційної провини...

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Особливості консультування клієнтів, які плачуть».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Клієнти плачуть через..
- ✓ Інколи консультант відчуває себе винуватим через...
- ✓ Дозволити плакати значно...

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Тема для обговорення: «Консультування несамотійних і маломотивованих клієнтів».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Ознаки несамотійних, «невмотивованих» клієнтів...
- ✓ Перша зустріч з «невмотивованими» клієнтами проходить, як

правило, у...

- ✓ Психологи-консультанти, котрі працюють з невмотивованими клієнтами, часто допускають помилки...

- ✓ Мета консультативного процесу – сприяти...

- ✓ Працюючи з такими клієнтами, консультанту варто основні зусилля спрямувати на...

- ✓ У цілому консультативний процес за своєю структурою вибудовується залежно від...

- ✓ Серед ефективних технік, які може обирати консультант слід виділити...

Підведення підсумків з навчального питання.

5. Тема для обговорення: «Консультування клієнтів із психосоматичними розладами».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

Психосоматичним клієнтам не властиві

Найважливіше завдання консультанта в бесіді із психосоматичним клієнтом — допомогти йому...

Питання повинні спрямуватися на...

Консультант повинен не лише допомогти клієнту усвідомити свою озлобленість, а й довести, що...

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Тема для обговорення: «Консультування клієнтів із депресією».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Насамперед депресія проявляється у...

- ✓ Найяскравіша риса депресивної особистості — це...

- ✓ Людина в стані депресії зайнята лише...

- ✓ У результаті депресії почуття пригніченості...

- ✓ Коли депресивний клієнт звертається за допомогою, уся його поведінка...

- ✓ Призначення ліків і дозування — це...

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Тема для обговорення: «Консультування клієнтів із суїцидальними намірами».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ До «суїцидальних» клієнтів належать ті, хто...

- ✓ Серед потенційних самовбивць називають..

- ✓ До основних причин, що сприяють здійсненню суїцидального наміру,

належать...

- ✓ Консультанту під час зустрічі з «кризовим» клієнтом з суїцидальним и намірами рекомендовано...

- ✓ Ефективним є поетапне розпитування...

- ✓ Результатом успішної діагностичної роботи стане виокремлення основних суїцидальних факторів, що...

- ✓ Консультант має враховувати не лише мотиви та ситуацію клієнта, але й особливу увагу звертати на ...

- ✓ Успішним результатом корекційної роботи є виділення та констатація ...

Підведення підсумків з навчального питання.

8. Тема для обговорення: «Консультування клієнтів, котрі переживають втрату».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 5 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Характерні такі симптоми переживання страти....

- ✓ Кризові реакції мають вікові та статеві такі відмінності....

- ✓ Характерно, що жінки гостро переживають втрату...

- ✓ Як чоловіки, так і жінки у кризовій ситуації «включаються» у власні сценарії...

- ✓ Люди по-різному переживають горе...

- ✓ У спеціальній літературі описано п'ять стадій переживання горя (Кюмблер-Росс)...

- ✓ Консультацію з такими клієнтами варто починати з...

- ✓ Мета консультативної зустрічі....

- ✓ Методи та технології консультування...

Підведення підсумків з навчального питання.

9. Тема для обговорення: «Консультування залежних особистостей».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Причини алкоголізму та нарко-ігроманії різноманітні...

- ✓ Проблема попередження та лікування наркозалежності...

- ✓ Найважливіше завдання психолога...

- ✓ Структура процесу консультування....

- ✓ Еклектична модель консультування – це...

- ✓ Основним показником проблеми залежного клієнта є загострення внутрішніх суперечностей...

- ✓ Актуалізований внутрішній конфлікт можна спостерігати у таких випадках...

- ✓ Бесіда з залежним клієнтом спершу переслідує мету...

- ✓ Актуальними сьогодні є техніки просторового спілкування з

залежними, а саме...

Підведення підсумків з навчального питання.

10. Мозковий штурм: «Особливі рекомендації для консультантів, котрі працюють з кризовими клієнтами».

Тривалість – 5 хвилин.

11. Презентація здобувачами виконаних тематичних кросвордів.

Тривалість – 5 хвилин.

Хід проведення:

Здобувач вищої освіти, який підготував кросворд зачитує запитання, інші здобувачі намагаються вгадати слово.

Бланк, запитання та відповіді кросворда здобувачі здають викладачеві для перевірки.

12. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

13. Викладач оголошує завдання на наступне практичне заняття:

Тривалість – 2 хвилини.

13.1. Підготуватися до опитування з наступних навчальних питань:

Консультування асоціальних особистостей.

Консультування істеричних особистостей.

Консультування obsesivних особистостей.

Консультування при параноїдальних розладах.

Консультування шизоїдних особистостей.

Консультування тривожних клієнтів

13.2. Підготувати (за бажанням) тематичний кросворд за темою:

«Психологічне консультування клієнтів різних типів особистості»

14. Список рекомендованої літератури:

1. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. К.: Четверта хвиля, 2004. 256 с.

2. Консультативна психологія: підручник / І.С. Булах, В.У. Кузьменко, Е.О. Помиткін [та ін.]: Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 482 с.

3. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. К.: МАУП, 2004. 152 с.: іл. Бібліогр. в кінці розд.

4. https://www.studmed.ru/shpargalka-osnovi-psihologchnogo-konsultuvannya-ta-psihokorekcyi_2a6ff3828da.html

ТЕМА 11.
ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ КЛІЄНТІВ РІЗНИХ ТИПІВ
ОСОБИСТОСТІ

(загальна кількість аудиторних годин – 2)

Мета практичного заняття – акцентувати увагу здобувачів вищої освіти на особливостях психологічного консультування клієнтів різних типів характеру.

Хід

практичного заняття

1. Вступне слово викладача – оголошення мети практичного заняття.

Тривалість – 2 хвилини.

2. Тема для обговорення: «Консультування асоціальних особистостей».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Асоціальна поведінка – це поведінка, що передбачає...
- ✓ «Асоціальні» особи часто не здатні на...
- ✓ Мета психологічної допомоги асоціальним клієнтам...
- ✓ Консультування агресивних клієнтів...
- ✓ У практиці консультування часто зустрічаються вороже налаштовані або ж відкрито агресивні клієнти. Причини такої поведінки можуть бути наступні...
- ✓ У ситуації агресивного поведіння клієнтів консультанти також ведуть себе по-різному, а саме...
- ✓ Консультативний процес може виглядати у...
- ✓ Зміст технологічних аспектів залежить від...
- ✓ У ході спілкування консультант поетапно допомагає клієнту...

Підведення підсумків з навчального питання.

3. Тема для обговорення: «Консультування істеричних особистостей».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Істерична особистість справляє враження....
- ✓ Поведінка істеричної особистості може провокувати...
- ✓ Істерики найчастіше звертаються з проблемами, пов'язаними із...
- ✓ Істеричні симптоми задовольняють три його основні потреби...

Підведення підсумків з навчального питання.

4. Тема для обговорення: «Консультування обсесивних особистостей».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Обсесивною особистістю називають людину з...
- ✓ Saalman (1968) виділив такі актри основних прояви обсесивно-компульсивного синдрому...
- ✓ S. Freud, описуючи особистість із схильністю до обсесивних симптомів, вказує на обов'язкову комбінацію таких трьох рис...
- ✓ Обсесивна особистість звертається за допомогою не внаслідок специфічних проблем, а у зв'язку з...
- ✓ Обсесивна особистість відрізняється надмірною схильністю до...
- ✓ Клієнт постійно намагається контролювати консультативну бесіду, щоб уникнути...
- ✓ Працюючи з обсесивними клієнтами, консультант повинен вирішувати таке подвійне завдання...
- ✓ Основні прояви обсесивно-компульсивного синдрому...
- ✓ Обсесивні клієнти звертаються за допомогою з таких причин...
- ✓ Консультативний процес передбачає...

Підведення підсумків з навчального питання.

5. Тема для обговорення: «Консультування при параноїдальних розладах».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Характерна для параноїдальної особистості схильність до...
- ✓ Манія величності виявляється в...
- ✓ Дискусія недоцільна, оскільки для параноїдального клієнта...

Підведення підсумків з навчального питання.

6. Тема для обговорення: «Консультування шизоїдних особистостей».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Шизоїдні клієнти уникають...
- ✓ Шизоїдного клієнта легко налякати безпосереднім проникненням у його...
- ✓ Поспішність в установленні близького контакту з клієнтом може спровокувати його...

Підведення підсумків з навчального питання.

7. Тема для обговорення: «Консультування тривожних клієнтів».

Бліцопитування здобувачів.

Тривалість – 10 хвилин.

Перелік запитань для бліцопитування:

- ✓ Тривожні та депресивні клієнти мають такі характеристики...

- ✓ До особливої категорії тривожних клієнтів можна віднести таких, які...
- ✓ Глибока прихована тривожність може стати основою для...
 - ✓ Схема консультативної зустрічі з тривожним клієнтом така...
 - ✓ Під час надання корекційної допомоги дії консультанта мають бути спрямовані на...

Підведення підсумків з навчального питання.

8. Підведення підсумків практичного заняття.

Тривалість – 6 хвилин.

Викладач разом зі здобувачами підводить підсумки практичного заняття.

ПИТАННЯ ТА ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДО ЗАЛІКУ

Усна складова:

1. Психологічне консультування: поняття, ознаки, специфіка.
2. Основні відмінності психологічного консультування від психокорекції і психотерапії.
3. Види психологічного консультування.
4. Цілі та завдання психологічного консультування.
5. Принципи психологічного консультування.
6. Особистість консультанта та професійні вимоги до неї
7. Вплив професійної діяльності на особистість консультанта
8. Модель ефективного консультанта
9. Помилки психолога в процесі консультативної взаємодії
10. Особливості професійної діяльності консультанта-початківця
11. Професійний етикет консультанта
12. Перенесення і контрперенесення в консультуванні й психотерапії
13. Психоконсультативна бесіда
14. Організація психоконсультативної бесіди
15. Контакт із клієнтом під час бесіди
16. Інтерв'ю як метод психологічного консультування
17. Консультування як стратегія психологічної допомоги людям
18. Структура консультативного процесу
19. Типи консультування
20. Види консультування
21. Форми консультативної роботи психолога
22. Причини відмови психолога від консультування
23. Етапи психологічного консультування
24. Підготовчий етап консультативної взаємодії
25. Початковий етап консультативної взаємодії.
26. Збір інформації (третій етап консультативної взаємодії).
27. Стратегічний етап консультативної взаємодії.
28. Завершальний етап консультативної взаємодії.
29. Реалізація плану клієнтом (шостий етап консультативної взаємодії).
30. 1. Консультування в парадигмі психоаналітичного підходу
31. 2. Консультативна діяльність в екзистенціальній психології
32. 3. Консультування в межах гештальтпсихології
33. 4. Когнітивно-біхевіоральний підхід у консультуванні
34. 5. Консультування в контексті особистісно орієнтованого підходу
35. 6. Консультативна діяльність практичного психолога на основі духовно-особистісного підходу
36. Психологічне консультування дошкільників та їх батьків
37. Психологічне консультування молодших школярів та членів їх родини
38. Психологічне консультування особистості підліткового віку

39. Психологічне консультування особистості юнацького віку
40. Консультативна робота з дорослими людьми
41. Консультування людей похилого віку
42. Психологічне консультування в соціальній сфері
43. Психологічне консультування в управлінні та менеджменті
44. Психологічне консультування в політичній сфері
45. Консультативна діяльність в юридичній сфері
46. Консультативна діяльність в бізнесі та підприємництві
47. Психологічне консультування у сфері реклами
48. Консультативна робота психолога у вищих навчальних закладах
49. Актуальні проблеми консультування подружніх пар
50. Особливості консультування при роботі з подружньою парою
51. Організація роботи з подружньою парою
52. Організація роботи з одним із членів подружжя
53. Причини звернення чоловіка й дружини в консультацію
54. Тривалість роботи з подружньою парою
55. Консультування подружньої пари
56. Використання домашніх завдань при роботі з подружжям
57. Консультування подружжя з приводу сексуальних проблем
58. Індивідуальне психологічне консультування подружжя
59. Переживання розлучення з партнером
60. Труднощі взаєморозуміння
61. Консультування при розлученні
62. Консультування при переживанні провини
63. Особливості консультування клієнтів, які плачуть
64. Консультування несамотійних і маломотивованих клієнтів
65. Консультування клієнтів із психосоматичними розладами
66. Консультування клієнтів із депресією
67. Консультування клієнтів із суїцидальними намірами
68. Консультування клієнтів, котрі переживають втрату
69. Особливі рекомендації для консультантів, котрі працюють з кризовими клієнтами
70. Консультування асоціальних особистостей
71. Консультування залежних
72. Консультування істеричних особистостей
73. Консультування obsесивних особистостей
74. Консультування параноїдальних особистостей
75. Консультування шизоїдних особистостей
76. Консультування тривожних клієнтів

Практична складова

1. Використовуючи певну екзистенціальну психотехніку провести

психологічне консультування

2. Використовуючи певну психотехніку особистісно орієнтованого підходу провести психологічне консультування

3. Використовуючи певну когнітивно-біхевіоральну психотехніку провести психологічне консультування

4. Використовуючи певну гештальт-психотехніку провести психологічне консультування

5. Використовуючи певну психотехніку позитивної психотерапії провести психологічне консультування

6. Провести психологічне консультування при переживанні особою провини

7. Провести психологічне консультування маломотивованого клієнта

8. Провести психологічне консультування клієнта із психосоматичними розладами

9. Провести психологічне консультування клієнта із депресією

10. Провести психологічне консультування із суїцидальними намірами

11. Провести психологічне консультування клієнта, який переживає втрату

12. Провести психологічне консультування асоціальної особистості

13. Провести психологічне консультування залежної особистості

14. Провести психологічне консультування істеричної особистості

15. Провести психологічне консультування obsесивної особистості

16. Провести психологічне консультування параноїдальної особистості

17. Провести психологічне консультування шизоїдної особистості

18. Провести психологічне консультування тривожної особистості

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Афанасьєва Н. Є. Психологічне консультування фахівців екстремального профілю : теорія, методологія, практика : [монографія] / Афанасьєва Н. Є. – Харків : НУЦЗУ, 2017. – 315 с.
2. Булах І. С. Консультативна психологія : [підручник] / Булах І. С., Кузьменко В. У., Помиткін Е. О. – Вінниця : Нілан, 2014. – 484 с.
3. Новейшие психологические технологии: диагностика, консультирование, психокоррекция, немедицинская психотерапия: ученик. / [Цільмак О.М. Глава 12. Психодіагностика та психокорекція міжособистісних та внутрішньо особистісних конфліктів] : підручник / за заг.ред. С.Д. Максименка, В.Є. Луньова.– К.: Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАП України. Monreal: Accent Graphics Communications. – 2015. – С. 205-219 Режим доступу: <https://fdotadotr.files.wordpress.com/2016/09/3-d180d0b0d0b7d0b4d0b5d0bb-d186d196d0bbd18cd0bcd0b0d0ba-d0be-d0bc-d0b4d0bbd18f-wp.pdf>
4. Осадько О.Ю. Технології психологічного консультування. – К.: Ред. загальнопеда. газ., 2005. – 128 с.
5. Хомич Г.О., Ткач Р.М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. К.: МАУП, 2004. 152 с.
6. Цільмак О.М., Конуп О.Ф. Пізнання психології особистості та майстерності професійної взаємодії: тренінговий комплекс.: методичний посібник. / О.М. Цільмак, О.Ф. Конуп // Одеса: РВВ ОДУВС, 2008. 88 с.
7. Цільмак О.М. Алгоритм проведення психодіагностичної методики «Зернятко» / О.М. Цільмак // Наука і освіта. 2012. № 1 (Педагогіка). С. 75–79
8. Цільмак А.Н. Типология жизнедеятельностных установок. / А.Н. Цильмак // Психологическая наука и образование: электронный журнал PSYEDU.ru Портал психологических изданий PsyJournals.ru 2012. № 1 Электрон. дан. (1 файл). URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n1/50199.shtml Название с экран
9. Цільмак О.М. Професійно–важливі якості особистості психолога / О. М. Цільмак // Вісник Одеського юридичного інституту НУВС. Одеса: РВВ ОЮІ НУВС. 2005. №1. С. 159–161.
10. Цимбалюк М. Психологічне консультування та корекція. К., 2005.

Додаткова

1. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 208 с.
2. Горноста́й П. П., Васьковская С. В. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. – Киев: Наукова думка, 1995. – 128 с.

3. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навч. пос. К.: Ельга, НікаЦентр, 2006.

4. Лютова-Робертс Е.К. Тренинг начинающего консультанта: ведение доверительной беседы. СПб.: Речь, 2007. 307 с

5. Карамушка Л.М. Основы психолого-управлінського консультування: навч.посіб./ Л.М.Карамушка, Н.Л.Коломінський, М.В.Войтович та ін. – К.: МАУП, 2002. – С.14 – 23.

6. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэн-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство / А.Е.Айви, М.Б.Айви, Л.Саймэн-Даунинг . – М.:, 1999. – С.9 – 33.

7. Мастерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. – СПб. : Речь, 2006. – С.66-72, 178-184

Класичний психоаналіз З. Фрейда

8. Психотерапевтичний практикум. Випуск 1. Класичний психоаналіз / Редакторупорядник З.С.Карпенко. – Івано-Франківськ: Гостинець, 2004.

9. Улыбина Е. Страх и смерть желания / Елена Улыбина. – М. : Модерн – А ; СПб. : Академия исследования Культуры, 2003. – 320 с.

10. Фрейд З. Вступ до психоаналізу / Зігмунд Фрейд ; [пер. з нім. П. Таращук]. – К. : Основи, 1998. – 709 с.

11. Фрейд З. Введение в психоанализ : Лекции / З. Фрейд ; авторы очерка о Фрейде Ф.В. Бассин и М.Г. Ярошевский. – М. : Наука, 1989. – 456 с. – (Серия «Классика науки»).

12. Фрейд З. Толкование сновидений / З. Фрейд ; [пер. с нем.]. – М. : Эксмо; СПб. : Мидгард, 2005. – 1088 с.

13. Фрейд З. О клиническом психоанализе. Избранные сочинения / З. Фрейд. – М. : Медицина, 1991. – 288 с.

14. Фрейд З. Влечения и их судьба / З. Фрейд. – М. : ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 432 с. (Серия «Антология мудрости»).

15. Фрейд З. Тотем и табу : сб. / З. Фрейд. – М. : Олимп; ООО «Издательство АСТ-ЛТД»; 1998. – 448 с. Аналітична психологія К.Г. Юнга 16. Биркхойзер-Оэри Сиббил. Мать : Архетипический образ в волшебных сказках / Сибилл Биркхойзер-Оэри ; [пер. с англ.]. – М. : Когито-Центр, 2006. – 255 с. (Юнгианская психология).

17. Джин Шинода Болен. Богини в каждой женщине. Новая психология. Архетипы богинь / Джин Шинода Болен ; [пер. с англ. И. Старых]. – М. : ОООИздательский дом «София», 2006. – 272 с.

18. Джин Шинода Болен. Богини в каждом мужчине. Архетипы, управляющие жизнью мужчин / Джин Шинода Болен ; [пер. с англ. Е. Мирошниченко]. – М. : ОООИздательский дом «София», 2006. – 304 с.

19. Нолл Р.Х.А. Тайная жизнь Карла Юнга : [текст] / Ричард Нолл ; [пер. с англ. В.И. Менжулин]. – М. : Рефл-Бук ; К. : Ваклер, 1998. – 432 с. (Серия «Актуальная психология»).

20. Шнейдер Л.Б. Пособие по психологическому консультированию: Учеб. пособ. – М.: Ось-89, 2003.

Індивідуальна психологія А.Адлера

21. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии / А.Адлер. – М : Когнито-Центр, 2002. – 220 с.

22. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / А.Адлер. – М. : Мысль, 1993.

23. Адлер А. Лекции по аналитической психологии. – М.: Рефлбук, К.: Ваклер, 1996.

24. Адлер А. Индивидуальная психология / А.Адлер // История зарубежной психологии. 30-60-е годы XX в.) / под ред.П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1986. – С.130-140.

25. Дрейкус-Фергюссон Е. Введение в теорию Альфреда Адлера / Е. Дрейкус-Фергюссон. – Минск, 1995.

26. Сидоренко Е.В. Терапия и тернинг по Альфреду Адлеру / Е.В. Сидоренко. – СПб. : Питер Пресс, 2000.

Поведінкове консультивання

27. Гулдинг М.Психотерапия нового решения. Теория и практика / М.Гулдинг, Р.Гулдинг. - М.: Класс, 1997. — 288 с.

28. Дилтс Р. Изменение убеждений с помощью НЛП / Р.Дилтс. — М. : Независимая фирма «Класс», 2000. — 192 с.

29. Лазарус А. Мысленным взором: Образы как средство психотерапии / А.Лазарус. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000. — 144 с.

30. Смит М.Дж. Тренинг уверенности в себе / М.Дж.Смит. – СПб. : Косплект, 1997.

Трансактний аналіз Е.Берна

31. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия / Э.Берн. – СПб. : Лениздат, 1994.

32. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы / Э.Берн. – СПб.: Лениздат, 1992. – 400 с.

33. Берн Э. Секс в человеческой любви / Э.Берн. – М. : Прогресс, 1990.

34. Берн Э. Развитие Я-концепции и воспитание / Э.Берн. – М. : Прогресс, 1986.

35. Стюарт Я.Современный трансактный анализ / Я.Стюарт, В.Джонс. – СПб.: Социальнопсихологический центр, 1996.

Гештальт-терапія Ф. Перлза

36. Булюбаш И.Д. Руководство по гештальт-терапии / И.Д. Булюбаш. – М. : Изд-во Института психотерапии, 2004. – 768 с. (Сер. : Золотой фонд психотерапии).

37. Невис Э. Организационное консультирование. Гештальт-метод / Э.Невис.- СПб. : Издательство Пирожкова, 2001.

38. Перлз Ф. Практикум по гештальттерапии / Ф.Перлз, П. Гудмен, Р.Хефферлин. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2001.

39. Перлз Ф. Практика гештальт-терапии / Ф.Перлз. М.: Ин-т общегуманит. Исследований, 2001.

40. Перлз Ф. Гештальт-семинары / Ф.Перлз. – М. : Пресс, 1998.

41. Польстер И.. Интегрированная гештальт-терапия: Контуры теории и практики / И.Польстер, М.Польстер. – М.: Класс, 2001.

42. Шоттенлоэр Г. Рисунок и образ в гештальттерапии / Шоттенлоэр Г. – СПб. : Питер Пресс, 2001.

Екзистенційне консультивання

43. Тихонравов Ю.В. Экзистенциальная психология. Учебное-справочное пособие / Ю.В. Тихонравов. – М. : ЗАО «Бизнес-школа», Интел-Синтез, 1998. – 238 с.

44. Мэй Р. Искусство психологического консультирования: / Р.Мей. – М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. –256 с.

45. Франкл В. Психотерапия на практике/ В.Франкл. –СПб.: Ювента, 1999.

46. Франкл В.Э. Основы логотерапии. Психотерапия и религія/ В.Франкл.. –СПб.: Речь, 2000.

47. Экзистенциальная психология / Под ред. Р.Мея // Экзистенция / Под ред. Р.Мея, Э.Энджела, Г.Элленбергера. –М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001.

48. Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии/ И.Ялом. –СПб.: Питер, 2000. –640 с.

49. Ялом И. Экзистенциальная психотерапія/ И.Ялом. –М.: Независимая фирма «Класс», 1999.–450 с.

Іноземні джерела:

1. De Piano, Frank. Cross-cultural counseling: the Arab-Palestinian case. Routledge, 2020.

2. Citation. Perez, RM, DeBord, KA, & Bieschke, KJ (Eds.). (2000). Handbook of counseling and psychotherapy with lesbian, gay, and bisexual clients. Washington, DC, US: American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/10339-000>.

3. Chapters. Affirmative counseling and psychological practice with transgender and gender nonconforming clients. <http://dx.doi.org/10.1037/14957-000>

4. Richards, P., & Bergin, A. E. (2004). Casebook for a spiritual strategy in counseling and psychotherapy (pp. xv-329). American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/10652-006>;

5. Loya, F., Reddy, R., & Hinshaw, SP (2010). Mental illness stigma as a mediator of differences in Caucasian and South Asian college students' attitudes

toward psychological counseling. Journal of Counseling Psychology, 57(4), 484-490. doi:10.1037/a0021113.

Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. [http : //www.info-library.com.ua/](http://www.info-library.com.ua/) – Електронна бібліотека.
2. Інститут корекційної педагогіки і психології, м. Київ. Режим доступу : www.ikpp.npu.edu.ua/index.php?limitstart
3. Психологічна бібліотека Київського Фонду сприяння розвитку психічної культури. Даний ресурс містить максимально широкий спектр ключових текстів з психології, психогігієни, філософії, релігії, культурології та ін. Режим доступу: [http : //psylib.kiev.ua/](http://psylib.kiev.ua/)
4. Сайт факультету соціології та психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка представляє наукову фахову онлайн бібліотеку.
5. Сайт факультету Московського державного університету ім. М. В. Ломоносова. В розділі «Наукова робота» розміщено монографії, статті співробітників університету. – Режим доступу : <http://www.psy.msu.ru/>
6. Куб — электронная библиотека www.koob.ru b. НМЦ
7. Сайт дистанційного навчання АПН України при ДНУ http://distance.dnu.edu.ua/ukr/index_ukr.html
8. Кашапов М.М. Консультационная работа психолога - https://studme.org/118988/psihologiya/konsultatsionnaya_rabota_psihologa

Додаток А

Спеціальні структуровані вправи для поглиблення усвідомлення смертності.

Перший екзистенціальний конфлікт – це конфлікт між страхом небуття і бажанням жити, точніше усвідомленням неминучості смерті і бажанням продовжувати життя.

Завдання консультанта у розв'язанні першого екзистенціального конфлікту полягає в тому, щоб підвести клієнта до такого поглибленого усвідомлення смерті, яке б призвело його до більш високої оцінки життя, відкрило перспективи для особистісного зростання і надало можливість відчувати сутність (екзистенцію) буття.

Структуровані вправи можна віднести до «екзистенціальної шокової терапії», і тому їх використання передбачає, що сам психолог не боїться теми смерті.

Вправа «Відрізок мого життя»

Клієнту, що страждає на тривогу, втомленість або роздратування пропонується: «На чистому аркуші паперу накресліть відрізок. Один його кінець являє ваше народження, інший – вашу смерть. Поставте хрестик на тому місці, де ви знаходитесь зараз. Поміркуйте над цим приблизно п'ять хвилин».

Вправа «Похорон»

Клієнта просять закрити очі і зануритися у себе. Далі використовується будь-яка релаксаційна техніка, що дозволяє клієнту увійти в стан трансу. Після чого консультант допомагає клієнту пережити власний похорон.

Вправа особливо ефективна у роботі з клієнтами, що пережили смерть близьких. Вона дозволяє клієнту пофантазувати на тему власної смерті і допомагає підійти до поглибленого усвідомлення смерті, яке в свою чергу призводить до більш високої оцінки життя і відкриває можливості для особистісного зростання.

Вправа «Виклик»

Групу розділяють на трійки і дають завдання спілкуватися, Імена учасників групи пишуться на окремих аркушах паперу; аркуші помішують у посудину, потім їх всліпу виймають по одному і викликають тих, чиї імена написані на них. Той, чиє ім'я названо, перериває розмову і повертається спиною до інших.

Більшість учасників повідомляють, що в результаті цієї вправи у них підвищилося усвідомлення випадковості і тендітності існування.

Вправа «Життєві цикли»

Груповий досвід переживання «життєвого циклу» допомагає учасникам сфокусуватися на основних питаннях кожної стадії життя. У відрізок часу, що присвячений старості та смерті, їм пропонується цілі дні жити життям старих: ходити і вдягатися як старі люди, припудрити волосся і намагатися грати конкретних добре знайомих їм старих; відвідати місцевий цвинтар; на самоті гуляти містом/лісом і проживати в уяві ситуації, як вони непритомніють, помирають, як їх знаходять друзі, і як їх ховають.

ДОДАТОК Б

Різноманітні гештальт-ігри та психологічні вправи для спонукання прийняття клієнтом на себе відповідальності за кожне слово, кожен жест, почуття, думку.

Другий екзистенціальний конфлікт – це конфлікт між усвідомленням свободи та необхідністю бути відповідальним за своє життя.

Вправа «Я беру відповідальність»

Клієнту пропонується до кожного ствердження додавати: «...і я беру відповідальність за це». Наприклад: «Я усвідомлюю, що рухаю своєю ногою... і я беру відповідальність за це». «Мій голос дуже тихий... і я беру відповідальність за це». «Тепер я не знаю, що сказати... і я беру відповідальність за незнання».

Вправа «Розмова з внутрішніми симптомами»

Клієнту пропонується бути уважним до внутрішніх відчуттів і брати на себе відповідальність і за себе, і за симптоми тіла.

Таку вправу можна проілюструвати наступним прикладом з практики Ф. Перлза. Перед клієнтом стояла болюча дилема і, обговорюючи її, він відчув клубок у животі. Ф. Перлз запропонував йому поговорити з цим клубком: «Розмісти клубок на іншому стільці, а відразу поговори з ним. Ти будеш виконувати свою роль і роль клубка. Дай йому голос. Що він каже тобі?» Таким чином, клієнту пропонується взяти на себе відповідальність за обидві сторони конфлікту, щоб той усвідомив, що нічого само собою не «трапляється» з нами, що ми – автори усього: всякого жесту, всякого руху, всякої думки.

Крім запропонованих технік і вправ консультант може у міжособистісній взаємодії спиратися ще й на такі:

Техніка «Ідентифікація ухиляння від відповідальності «тут і зараз»».

У залежності від ситуації консультант або викриває спроби клієнта залучити себе у сценарні ігри; або не дозволяє клієнту перенести з себе відповідальність на когось іншого за те, що трапляється під час консультування, або поза ним.

Техніка «Зіткнення з реалістичними обмеженнями».

Консультант допомагає клієнту усвідомити, що не всі події життя підвладні волі та бажанням людини, є обставини, на які клієнт вплинути не може, а може лише змінити до них особисте ставлення. У практиці екзистенціального консультування може бути корисною також вправа «Класифікація подій».

Вправа «Класифікація подій»

Клієнту пропонується на окремих картках написати усі події, які спричинили виникнення його проблеми. Потім консультант просить його розділити ці картки на три групи:

- 1) події, на які я не можу вплинути;
- 2) події, на які я можу вплинути частково;
- 3) події, на які я можу вплинути.

Потім обговорюється кожна група, кожна подія.

Після цього клієнту кажуть, що насправді у житті другої групи не існує, і пропонується розділити картки другої групи між двома іншими. Клієнта просять пояснити його рішення.

Далі консультант допомагає клієнту в наступному:

- змінити ставлення до тих подій, на які вплинути не можна (можна також використати метод АВС – з раціонально-емотивної терапії);
- взяти більшу відповідальність за обставини, на які вплинути можна.

Техніка «Протистояння екзистенціальній провині».

Психологи вважають, що однією з функцій тривоги є заклик до сумління. Така тривога підживлюється, з поміж інших негативних емоцій, і почуттям провини, що зумовлене невдалою реалізацією особистісних потенціалів клієнта. Наприклад, джерелом екзистенціальної провини клієнта, у якого померла близька людина, можуть слугувати реальні помилки (коли він об'єктивно зробив щось «не так» стосовно померлого або, навпаки, не зробив щось важливе для нього). У цьому випадку психологічна допомога у роботі з екзистенціальною провинною полягає в тому, щоб сприяти усвідомленню клієнтом-страждальцем значущості провини, необхідні зміни ставлення до неї та здобуванню завдяки їй позитивного досвіду. З метою закріплення психотерапевтичного результату можна запропонувати клієнту вести «Щоденник провини».

«Щоденник провини».

Клієнт отримує завдання протягом трьох тижнів вести «Щоденник провини», в якому слід детально записувати таке:

- випадки, коли він намагався змусити когось почуватися винуватим;
- випадки, коли хтось намагався змусити його почуватися винуватим;
- випадки, коли він переконував себе, що винуватий.

У щоденнику слід також фіксувати час, який витрачається на гру «хто правий, хто винний», і втрачені у зв'язку з цим можливості. В подальшому клієнту треба навчитися прислухатися до себе і негайно зупинитися, якщо він сам або хтось намагається змусити його почуватися винуватим; або дати зрозуміти цьому комусь, що такий вплив утратив свою актуальність і більш неефективний.

Екзистенціальна психотехніка «Звільнення здатності хотіти».

Така здатність виявляється у клієнта із заблокованими афектами. Перш за все, нагадаємо, що усвідомлення свободи веде до відповідальності за свій вибір, а «бути відповідальним за вибір» передбачає бажання, щось обирати. Парадоксальність ситуації полягає в тому, що найчастіше клієнти, які заявляють, наприклад, «хочу пожити для себе», насправді не знають, чого саме вони хочуть. Такі люди, зазвичай, паразитують на бажаннях інших, експлуатуючи чужі бажання і уяву. І, зрозуміло, через це вони мають соціальні труднощі.

У екзистенціальній психотерапії, втім, як і в багатьох інших напрямках психотерапії (наприклад, гештальттерапії, імплізивній терапії, біоенергетиці, психодрамі), консультанти більше працюють з нездатністю клієнта відчувати, вважаючи її першопричиною його нездатності хотіти. І. Ялом відзначав, що психотерапія клієнтів із заблокованим «відчуванням» повільна та трудомістка, і консультант повинен проявляти наполегливість, постійно перепитуючи клієнта: «Що ви відчуваєте?»; «Чого ви хочете?».

«Фасілітація прийняття рішень».

Якщо клієнт повною мірою відчуває бажання, він мусить прийняти рішення, зробити вибір. Рішення – це місток між бажанням і дією. Разом з тим, екзистенціальні консультанти нерідко стикаються з ситуацією, коли клієнти блокують прийняття рішень, коли застрягають у сумнівах «Що, якщо...». У таких випадках психолог допомагає клієнту досліджувати розгалуження кожного питання «що, якщо...» і аналізувати почуття, які при цьому виникають. При необхідності консультант може посприяти клієнту у знаходженні рішення і в оцінюванні варіантів вибору. Однак важливо, щоб клієнт при цьому відчув власну силу і внутрішні ресурси.

Психотехніки у ситуаціях тривоги, що пов'язана з відчуттям втрати/недостатності сенсу життя, використовує наступні засоби:

Психотехніка «Ідентифікація психологічних захистів».

Консультант допомагає клієнту краще усвідомлювати саме ті види захисту від тривоги безглуздості, які той використовує, а також – наслідки цих захистів.

Психотехніка «Перевизначення проблеми».

Суть такого екзистенціального прийому полягає в тому, щоб допомогти клієнту усвідомити таке:

- а) в житті немає ніякого «готового» сенсу, який можна було б знайти;
- б) люди відповідальні за створення власного сенсу.

ДОДАТОК В

Техніки гештальт-психотерапії

«Ідентифікація з образом сну».

1. Розкажіть сон від першої особи. Виділити найбільш енергетизировать «елементи сну. Послідовно ідентифікуватися з кожним об'єктом «з сну, вимовити монолог. Можлива організація діалогу між елементами сну. Знайти проекцію цих відносин в буденному житті (ця дія називається «човник»).

2. Виберіть фрагмент сну і намалюйте його. У парі виберете 2 персонажа зі сну. Виліпити з партнера, як з глини, одного з персонажів вашого сну. Це може бути скульптура, що рухається. Взаємодійте з цією фігурою, діючи від імені другого персонажа. Помінятися ролями - тепер ви самі зіграєте ту роль, яку грав ваш помічник, він зіграє другого персонажа вашого сну.

3. «Діалог снів». Намалюйте ілюстрацію для сну, який приснився вам колись. Нехай це буде два або три предмети. У парі виберіть з кожного малюнка по одному 'персонажу «. Нехай кожен з вас в ролі свого персонажа проведе діалог з персонажем з сну іншої людини. Проведіть діалог між цими фігурами, усвідомте, як і з ким цей же діалог міг би мати місце в житті.

4. «Антисон». Робота в парах. Розкажіть сон послідовно. Виберіть і запишіть списком все іменники, прикметники та дієслова. Знайдіть антонім (суперечність) для кожного слова. Розкажіть нову історію (сон), який складається з цих нових слів, вашому партнерові.

5. Учасник розповідає групі сон. Кожен із слухачів вибирає одного «персонажа» і робить малюнок. Потім в парах програти ролі цих персонажів, як варіант - зробити діалог між обраними персонажами. Усвідомити, які ваші почуття виявилися відображені в цьому сні.

«Старий покинутий магазин»

Клієнту пропонують закрити очі, розслабитися, а потім уявити, що пізно вночі він проходить по маленькій вулиці, повз старий покинутий магазин. Вікна брудні, але якщо заглянути, можна помітити якийсь предмет.

Клієнту пропонують ретельно його розглянути, потім відійти від покинутого магазину і описати предмети, які він побачив за вікном.

Далі йому пропонується уявити себе цим предметом, і, промовляючи від першої особи, описати свої відчуття, відповідаючи на запитання:

«Чому він залишився в магазині? На що схоже його існування?»

Ідентифікуючи себе із предметами, клієнти проєктують на них свої особистісні аспекти.

Експериментальний (диссоційований) діалог

Це діалог між фрагментами власної особистості. Коли у клієнта спостерігається фрагментація власної особистості. Психолог пропонує експеримент: провести діалог між значущими фрагментами особистості.

Наприклад, між агресивним і пасивним початком, між нападаючим і таким, що захищається. Це може бути діалог і з власним відчуттям (наприклад, з відчуттям страху), а також з окремими частинами тіла або з уявною (значимою для клієнта) людиною. Техніка гри наступна: навпроти стільця, який займає клієнт («гарячий стілець») розташовується порожній стілець, на який «сядають» уявного співбесідника. Клієнт по черзі міняє стільці, програючи діалог, ототожнюючи себе з різними фрагментами своєї особистості і виступаючи то з позиції жертви, то з позиції агресора, і по черзі відтворює репліки то від імені однієї, то від імені іншої психологічної позиції.

«Великий пес» і «Щеня»

«Великий пес» втілює обов'язки, вимоги, оцінки.

«Щеня» втілює пасивно-оборонні установки, шукає прийоми, відмовки, виправдання, за допомогою яких можна обґрунтувати ухилення від обов'язків.

Між цими позиціями відбуваються боротьба за владу і повний контроль над особою. Ця техніка володіє вираженням енергетичним потенціалом, підсилює мотивацію клієнта до більш адекватної поведінки.

«Репетиція»

На думку Ф. Перлза, люди витрачають багато часу, репетируючи на «сцені уяви» різні ролі і стратегії поведінки по відношенню до конкретних ситуацій та осіб. Часто відсутність успіху в діях, в конкретних життєвих ситуаціях визначається тим, як дана особистість в уяві готується до цих ситуацій. Така підготовка в думках і уяві часто проходить відповідно до ригідних і неефективних стереотипів, які є джерелом постійного неспокою, неадекватної поведінки. Репетиція поведінки вголос в групі із залученням інших учасників, дозволяє краще усвідомити власні стереотипи, а також використовувати нові ідеї і рішення в цій області.

Додаток Г

Психотехніки для когнітивно-біхевіорального консультування

Техніка падаючої стріли

Техніка падаючої стріли – прийом, що дозволяє консультанту поступово і цілеспрямовано знімати когнітивні бар'єри клієнта, щоб підійти до його глибинних ідей. Спочатку психолог виявляє його типові автоматичні думки, потім просить клієнта зробити припущення, що вони означають для нього. Це допомагає виявити проміжні переконання. Далі психолог ставить серію запитань, поки не вдається виявити одне або декілька глибинних переконань людини.

«Якщо це правда (те, що клієнт не зміг справитися з важливим завданням або проблемою), то, що це означає (для клієнта)?». Відповіді, які прозвучать, можуть свідчити про глибинне переконання клієнта. Психолог продовжує повторювати запитання в близьких за змістом варіаціях.

«Що поганого в тому (що Вас засмутило більше за все), що (обставини не складаються так, як хотілося б)?» Відповіді на такі запитання можуть дати інформацію про переконання, що стосуються уявлень клієнта про ставлення тих, хто його оточує, або до самого себе.

«Що найгірше може статися, якщо (подія розвиватиметься за гіршим варіантом)? Що це засвідчує про Вас?».

Застосування техніки падаючої стріли потрібно закінчувати тоді, коли виявлене важливе (проміжне або глибинне) переконання. Критеріями виявлення названого переконання можуть бути такі ознаки, як різке погіршення настрою клієнта або відтворення свого переконання майже однаковими фразами, що звучали до цього. Виявляючи глибинні переконання, психолог оцінює, наскільки вони сильні для клієнта, чи піддаються змінам, яким чином впливають на його життя. Переконавшись, що клієнт здатний сприймати потрібну інформацію, консультант у порядку експерименту ознайомлює його з частиною своєї концептуалізації, роз'яснює природу глибинних переконань і той вплив, який чинять вони на клієнта.

Техніка виявлення пояснювального стилю клієнта.

Пояснювальний стиль – індивідуальна система інтерпретацій подій і фактів, якими керується клієнт. Це відносно стійка системно організована когнітивна характеристика особистості, що залежить від співвідношення її раціональних та ірраціональних установок. Для виявлення особливостей пояснювального стилю клієнта можна застосовувати відомий у психоконсультуванні прийом.

По-перше, клієнту пропонують скласти список своїх центральних проблем (це можуть бути проблеми конфліктних взаємин, спілкування, труднощів подолання перешкод, негативного ставлення до себе тощо). По-друге, після цього психолог пропонує клієнту вирішити, скільки з уміщених до списку проблем найближчим часом не зможуть змінитися. По-третє, надалі клієнту необхідно визначити, які проблеми він відносить до базових, а які – до специфічних, менш значущих. По-четверте, нарешті за підтримки консультанта клієнт може визначити, чим викликані відібрані ним складні проблеми: їх створив сам клієнт або вони обумовлені зовнішніми обставинами. По-п'яте, психологу важливо допомогти клієнту знайти альтернативне пояснення. Якщо клієнт оцінює свою проблему як внутрішню і постійну, її слід перетворити на зовнішню і тимчасову. Якщо клієнт розглядає свою проблему як зовнішню і скороминущу, потрібно показати, що внутрішні умови (специфічні його якості погляди і позиції) визначають її стійкість. При використанні цього прийому слід звернути увагу клієнта на зміни у сфері емоцій і почуттів, які виникають під час трансформації його пояснювального стилю.

Техніка виявлення глибинних переконань.

Спочатку клієнта просять глибоко розслабитися і зосередити увагу на своєму внутрішньому світі. Далі психолог пропонує у фокусі уваги уявити ситуацію (А), що хвилює його, і зосередитися на комплексі тих почуттів, які вона викликає.

Коли клієнт подасть сигнал, що це вдалося, фокус його уваги важливо змістити на емоції і почуття, пов'язані з ситуацією (С). Клієнта просять якомога глибше пережити цей емоційний стан. Після цього його просять зосередитися

на своїх думках. Можна запитати клієнта: «Про що Ви зараз подумали, коли чітко уявили ситуацію і знову пережили свої емоції?». Крім того консультант просить клієнта записати свої думки і переконання, які виникли у цей момент.

У зв'язку з тим, що на цьому етапі клієнт продукує, як правило, поверхневі, проміжні переконання, консультант продовжує уточнювати: «І що з того, що?..» або «Чому це так важливо, щоб?..». Він ставить одне і те саме запитання, поки не виявить у клієнта його глибинне переконання або серію центральних ідей. Проте починати консультативну роботу з центральними переконаннями клієнта не рекомендується, оскільки вони на початкових етапах ним не усвідомлюються.

Техніка визначення життєвих орієнтирів.

У процесі соціалізації людина стикається з великою кількістю подій і фактів, які для неї мали і мають певне значення на сьогоднішній день. Усе залежить від того, які висновки вона зробила. Деякі з цих висновків стають життєвими орієнтирами – своєрідними маяками, що освітлюють життєвий шлях людини.

З'ясування викривлень клієнта у сфері когнітивної конструкції є дуже важливим завданням для психолога.

Методика вивчення життєвих орієнтацій клієнта полягає в наступному:

а) консультанту необхідно зібрати 3 списки критичних подій із життя клієнта: 10 – з дитинства, 10 – з підліткового віку, 10 – зі зрілого віку.

Події, внесені клієнтом до списку, можуть мати негативне забарвлення (наприклад, смерть близької людини), бути позитивними, з погляду випадкового спостерігача звучати як нейтральні, хоча для клієнта – безумовно важливими;

б) далі кожен випадок зі списку повинен розглядатися в термінах А і С, тобто з'ясовуватися, що сталося з клієнтом і які емоційні переживання при цьому в нього виникали. Так опрацьовуються всі 30 подій;

в) наступне завдання – знайти В для кожної із ситуацій. Клієнта просять пригадати, про що він думав, до яких висновків схилявся, коли переживав важливу для себе подію. Визначаючи В, консультанту варто звертати увагу на

різні типи переконань клієнта, що стосуються його очікувань, самоінструктування, оцінки власної ефективності, пояснювального стилю тощо; г) потім необхідно повернутися на початок списку і пропрацювати його до кінця, звертаючи увагу на повторення загальних тем (зміст В). При цьому необхідно враховувати, що оцінки клієнтом ситуацій в процесі змінювань можуть виявлятися в різних вербальних формах, хоча зміст тверджень зберігається незалежно від віку; д) у висновку психолог має скласти основний список думок клієнта, що містять основні теми В. Кожну думку потрібно пронумерувати і записати окремо. З цим списком думок та переконань працює консультант.

Техніка визначення переконань Я-концепції.

Я-концепція розглядається як одне з найважливіших джерел переконань, позицій, поглядів особистості стосовно різних сторін власної персони, навколишнього світу та інших людей. В основі становлення Я-концепції лежать різні механізми: рефлексія («Я на власні очі», «Я порівняно з іншими людьми»), образа пам'яті («Я у минулому»), антиципація («Я в майбутньому»), емпатія («Мое ціннісне ставлення до інших»). Уявлення про себе залежно від віку змінюються, але вже до зрілості набувають відносної сталості як стійкі утворення і стають потужними мотиваторами поведінки. Я-концепція клієнта базується на комплексі переконань його особистості стосовно різних елементів власної зовнішності, здібностей, можливостей, моральних та інших психологічних якостей. Проблеми у клієнта виникають тоді, коли в структурі його Я-концепції існують істотні або, навіть, психологічні викривлення і деформації (комплекси Я).

Метод трьохступінчатої моделі зміни паттернів мислення.

Неконструктивні переконання часто лежать в основі особистісних проблем, що призводять людей до дезадаптації. При цьому вони рідко усвідомлюють, що дезадаптована поведінка викликана їх власними неконструктивними переконаннями, тому не здатні самотійно їх змінити. У зв'язку з цим використання методу зміни паттернів мислення дозволить «змусити» клієнта засумніватися в попередньому (обмеженому) переконанні.

Алгоритм проведення методу зміни паттернів мислення наступний:

- 1) консультант на основі вміння вислуховувати встановлює, що думає клієнт, виявляє у його висловлюваннях помилкові судження та ірраціональні переконання;
- 2) консультант, використовуючи навички впливу, допомагає клієнту розпізнати помилкові патерни мислення і знайти нову точку зору;
- 3) психолог, забезпечуючи зворотний зв'язок, переконується, що його докази прийняті клієнтом.

Сократівський діалог

Сократівський діалог – один із методів когнітивного консультування, що дозволяє змінити переконання клієнта. Це своєрідна форма інтелектуальної дуелі, в ході якої коригуються непослідовні та ірраціональні думки клієнта. В процесі діалогу консультант крок за кроком, використовуючи логічну аргументацію, підводить клієнта до зміни системи його дисфункціональних переконань. Психолог ставить запитання так, щоб клієнт давав тільки позитивні відповіді, що підводить його до прийняття раціональної думки, яка на початку бесіди не приймалася і викликала опір.

Додаток Д

Психотехніки особистісно-орієнтованого підходу

Психотехніка «вибору»

Психотехніка «вибору» – психолог-консультант надає можливість клієнту самому обрати напрямок розмови для обговорення проблеми, вибираючи нейтральну репліку у відповідь на першу фразу клієнта. Тим самим психолог відразу підштовхує клієнта до свідомого прийняття рішення – змінюватись йому чи ні, вирішуючи свої проблеми.

Психотехніка «терапевтичний діалог»

Психотехніка «терапевтичний діалог» характеризується концентрацією психолога-консультанта на почуттях клієнта, які виникають в процесі роботи над проблемою.

Психотехніка «вербалізація»

Психотехніка «вербалізація» полягає в переказі психологом повідомлення клієнта. При цьому необхідно використовувати слова клієнта, уникаючи власного тлумачення повідомлення або внесення власних інтерпретацій його проблем. Мета такого перефразування – виокремлення у висловленні клієнта найбільш значущих «гострих кутів». У цьому випадку клієнт отримує підтвердження того, що його не тільки слухають, а й чують.

Психотехніка «відображення емоцій»

Психотехніка «відображення емоцій» полягає в називанні психологом тих емоцій, які клієнт проявляє під час розповіді про себе та подій свого життя. Наприклад: психолог: чи правда, що, коли ви розповідали про своє дитинство, ви відчували смуток? клієнт: так, але ще й невдоволення; психолог•, чи правильно я вас зрозумів, що, коли ви розповідали про собаку, ви відчували ніжність і гордість? клієнт: абсолютно вірно.

Психотехніка «емпатійна відповідь»

Подібною до вище зазначеної техніки є психотехніка «емпатійна відповідь» – це вербалізація консультантом світосприйняття і самовідчуття клієнта. Емпатійні відповіді та відображення емоцій дають клієнту змогу відчувати, що психолог розуміє його стан та почуття.

Психотехніка «повторів»

Психотехніка «повторів» – психолог-консультант вдається до повторення останньої репліки клієнта, узагальнюючи сказане. Після повтореної репліки йде пауза, що спонукає клієнта почути висловлені ним переживання, усвідомити їх та продовжити розповідь, на основі впевненості у тому, що його правильно розуміють.

Психотехніка «метафор»

Психотехніка «метафор» допомагає клієнту зануритись у свій власний символічний пласт самосвідомості, а також абстрагуватись від матеріального світу і виразити деякі свої бажання (наприклад агресивні) в опосередкованій формі.

Олена Миколаївна Цільмак

**ПЛАНІ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ»
(практикум)**

Українською мовою

Підписано до друку __.__.2021. Формат 60х84/16. Папір офсетний. Гарнітура
Cambria. Цифровий друк. Умовн. друк. арк. 3,2. Тираж 50 прим.
Замовлення № _____.

Видано і віддруковано в ПП «Фенікс» (Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК
№ 1044 від 17.09.02). Україна, м. Одеса, 65009, вул. Зоопаркова, 25.
Тел. (048) 7777591 e-mail: fenix-izd@ukr.net