

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІГІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ**

ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА КОНСУЛЬТУВАННЯ

Методичні вказівки до семінарських занять та самостійної роботи
для студентів спеціальності 231 Соціальна робота
усіх форм навчання

Обговорено і
рекомендовано на засіданні
кафедри організації
соціально-психологічної
допомоги населенню
Протокол № 6
Від «14» листопада 2019 р.

Теорія і практика консультування. Методичні вказівки до семінарських занять та самостійної роботи для студентів спеціальності 231 Соціальна робота усіх форм навчання / Укл. : Філіпович В. М. – Чернігів : ЧНТУ, 2019. – 48 с.

Укладач: Філіпович Вікторія Миколаївна, канд. психол. наук, доцент кафедри організації соціально-психологічної допомоги населенню

Відповідальний за випуск: Новик Т.В., доцент кафедри організації соціально-психологічної допомоги населенню, кандидат психологічних наук.

Рецензент: Мазур Т.В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри організації соціально-психологічної допомоги населенню Чернігівського національного технологічного університету

ЗМІСТ

ВСТУП	4
1 ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ	6
2 СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ.....	9
3 ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ	9
4 ПЛАНИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ	10
5 ІНДИВІДУАЛЬНА НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНА РОБОТА	24
6 МЕТОДИ НАВЧАННЯ.....	37
7 МЕТОДИ КОНТРОЛЮ	38
8 ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ	38
9 РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ	31
10 ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: НАЦІОНАЛЬНА ТА ECTS.....	32
11 МІНІМАЛЬНІ ВИМОГИ ДО ЗНАНЬ ТА ВМІНЬ	32
12 ГЛЮСАРІЙ.....	34
13 РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА	40
14 ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТ	41
15 ДОДАТКИ.....	42
Додаток А– Контрольні завдання для самоперевірки.....	42

ВСТУП

Сучасна освітня політика держави визначає найважливішим завданням вищої школи підготовку компетентного, конкурентоздатного фахівця. Матеріал даних методичних рекомендацій спрямовано на підготовку конкурентоздатного соціального працівника в галузі психологічного консультування.

Предметом вивчення курсу є основні теоретичні положення та поняття, основні техніки та процедури в галузі психологічного консультування.

Програма вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Теорія і практика консультування» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістра галузі знань 23 Соціальна робота спеціальності 231 Соціальна робота.

Мета курсу «Теорія і практика консультування» полягає у створенні умов для засвоєння студентами цілісної системи знань, які допоможуть забезпечити ефективність процесу психологічного консультування; в ознайомленні з основними параметрами процесу консультування: умовами, структурою, динамікою, чинниками, що впливають на характер протікання консультативного процесу, ефектами і результатами; у набутті професійних умінь і навичок, необхідних консультантові в практичній діяльності; у формуванні та розвитку професійно та особистісно важливих якостей майбутніх фахівців.

Завдання курсу «Теорія і практика консультування»:

1. Знайомство з основними теоретичними уявленнями про психологічне консультування і оволодіння понятійним і термінологічним апаратом дисципліни.

2. Формування уявлень про клієнта консультації, підґрунтям яких є наукові психологічні знання.

3. Знайомство з професійними вимогами, що висуваються консультанту.

4. Вивчення основних методів, прийомів і технік психологічного консультування.

5. Вивчення форм і видів цілеспрямованого психологічного впливу в психологічному консультуванні.

6. Ознайомлення з техніками і навичками ведення консультативної бесіди.

7. Розвиток і поглиблення навичок рефлексивного аналізу (в т.ч. консультативної бесіди).

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні набути такі компетенції:

ІК. Здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у галузі соціальної роботи або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення іновачій та характеризується невизначеністю умов і вимог.

ФК5. Здатність вивчати соціальну проблему за допомогою методів дослідження в умовах конкретної ситуації.

ФК13. Здатність дотримуватися етичних принципів та стандартів

соціальної роботи.

Методичні рекомендації з дисципліни «Теорія і практика консультування», складені відповідно до програми вивчення дисципліни, вони передбачають ведення студентами опорних конспектів та словника психологічних термінів з кожної теми, підготовку відповідей на питання для самоконтролю, а також вирішення проблемних ситуацій та розв'язання творчих завдань. Самостійна робота спрямована на закріплення теоретичних знань, формування вміння застосовувати їх в аналізі конкретних психологічних ситуацій. Питання для самоконтролю допомагають студентам оволодіти ґрунтовними знаннями з психологічного консультування та психокорекції. Творчі завдання передбачають розвиток вмінь застосовувати набуті теоретичні знання для аналізу теоретичних і конкретних прикладних проблем з психологічного консультування.

Згідно вимог освітньо-професійної програми очікуваними результатами засвоєння дисципліни студентами є:

ПРН 2. Володіє знаннями про зміст діяльності, технології роботи установ і закладів соціального захисту, соціальних служб, інших державних та недержавних організацій соціального спрямування.

ПРН 6. Володіє здатністю аналізувати суспільні процеси становлення і розвитку соціальної роботи як інтеграційної галузі наукових знань.

ПРН 7. Володіє вмінням застосовувати методи соціально-психологічної діагностики для вивчення проблем, потреб, специфічних особливостей та ресурсів клієнтів.

Методичні рекомендації містять відомості про зміст і структуру дисципліни, тематику підготовки семінарських занять, питання для самостійного опрацювання матеріалу для поглибленого вивчення дисципліни, тематику доповідей та рефератів, список рекомендованої літератури, глосарій, психодіагностичний практикум. Також подано розподіл балів, мінімальні вимоги до знань та вмінь, тестові завдання для самоперевірки.

1 ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1. Методологічні основи психологічного консультування

Тема 1: Психологічне консультування як вид психологічної допомоги

Методологічні основи психологічного консультування. Визначення психологічного консультування. Цілі психологічного консультування, мета і завдання. Відмінність ПК від інших видів психологічної допомоги. Принципи ПК. Види ПК. Інтерв'ю як головний метод психологічного консультування, його стадії і рекомендації.

Тема 2. Процес консультування та консультативний контакт

Місце та роль консультанта в ПК. Загальна модель структури процесу консультування. Стадії консультативного процесу. Загальні правила й установки ефективного та структурованого процесу консультування. Роль і місце консультанта у ПК. Основне завдання консультанта. Найважливіші рольові функції. Модель особистості ефективного консультанта. Особистісна та соціальна зрілість консультанта.

Поняття консультативного контакту та його специфіка. Основні параметри консультативного контакту. Сучасні уявлення про консультативний контакт. Поняття терапевтичного клімату. Фізичні та емоційні компоненти терапевтичного клімату в ПК. Чинники успішного створення терапевтичного клімату.

Поняття скарги, явний та прихований зміст скарги. Самодіагноз. Проблема - як сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація. Запит як важливий нт скарги. Різниця між скаргою та психологічним запитом. Поширені психологічні запити.

Тема3. Методологічні основи особистісних концепцій і принципи класифікації теорій особистості

Індивід, особа, індивідуальність. Сфери актуалізації індивіда як особистості і науки, об'єктом яких є поняття «особистість». Психологічні аспекти вивчення особистості. Основні принципи побудови психологічної теорії особистості. Основні уявлення про природу людини як принципи і підстави класифікації теорій особистості.

Змістовий модуль 2. Напрямки психологічного консультування

Тема 4: Сутність та характеристика психоаналітичного напрямку в психологічному консультуванні

Сутність та характеристика класичного психоаналізу З. Фрейда. Структура

особистості за Фрейдом. Особливості формування комплексів, неврозів та страхів. Основні стадії психоаналізу. Захисні механізми та техніки класичного психоаналізу.

Головні чинники формування гармонійної особистості за К. Юнгом. Принцип полярностей за К.Юнгом. Генезис неврозу і поняття комплексу. Механізм психотерапії. Техніки консультування за К. Юнгом.

Шлях до самореалізації особистості у аналітичній теорії А. Адлера. Основні положення концепції. Комплекс неповноцінності та його компенсація. Позиція психолога. Техніки консультування за А.Адлером.

Тема 5: Біхевіористичний напрям у консультуванні: особливості застосування

Біхевіористична теорія як спроба вивчити і пояснити поведінку людини. І.П.Павлов та його дослідження функціонування півкуль головного мозку. Д.Уотсон та його погляд на біхевіоризм як на об'єктивну експериментальну галузь природничих знань, в якій розглядається поведінка людей. Набутість реакцій людей. Формування систем звичок: вісцеріальна чи емоційна; мануальна; ларінгальна або вербальна.

Сутність фундаментального положення теорії контролю У. Гласера. Базові поняття терапії У. Гласера. Особливості структури свідомості. Характеристика базових потреб особистості. Цілі консультування, позиції психолога і клієнта.

Тема 6: Специфіка гуманістичного напрямку психологічного консультування

Передумови виникнення теорії К.Роджерса. Основні поняття феноменологічної теорії. Необхідні складові консультування за К. Роджерсом. Позиція психолога, техніки клієнт-центрованої терапії.

Порушення цілісності особистості, поняття «гештальту». Невроз, шари неврозу. Цілі і техніки гештальттерапії.

Структура особистості за Е Берном. Трансакція, види трансакцій. Сценарій життя особистості та розплата за нього. Техніки трансактного аналізу Е. Берна.

Тема 7: Головні положення когнітивного напрямку в психологічному консультуванні

Особливості когнітивної психології. Основні поняття когнітивного консультування. Головні етапи роботи з клієнтом. Техніки когнітивного консультування.

Сутність та характеристика когнітивного підходу А. Бека. Переробка інформації, як вирішальний чинник виживання організму. Структура особистості за А.Беком. Помилки думок на основі емоцій. Техніки когнітивного консультування.

Взаємодія почуття, поведінки і когнітивного процесу в раціонально-емоційній терапії А. Еліса. Головні психологічні аспекти функціонування особистості. „Пастка”, її вплив на психіку особистості. Техніки раціонально -

емоційного консультування.

Тема 8: Екзистенційний напрям у психологічному консультуванні

Екзистенційне консультування як психодинамічна модель. Основні положення екзистенційного консультування. Почуття тривоги екзистенційні розлади. Ірвін Ялом і Ролло Мей — основоположники динамічної теорії екзистенційного консультування.

Прагнення до сенсу у логотерапії В. Франкла. Пошук сенсу життя та реалізація його значення. Загальні положення консультування за Франклом. Техніки логотерапії (парадоксальна інтенція та дерефлексія).

2 Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин для денної форми навчання			
	всього	у тому числі		
		лек	сем	самост
Змістовий модуль 1. Методологічні основи психологічного консультування				
1. Психологічне консультування як вид психологічної допомоги.	15	2	2	11
2. Процес консультування та консультативний контакт.	15	2	2	11
3. Методологічні основи особистісних концепцій і принципи класифікації теорій особистості.	15	2		13
Разом за змістовим модулем 1	45	6	4	35
Змістовий модуль 2. Напрями психологічного консультування.				
4. Сутність та характеристика психоаналітичного напрямку в психологічному консультуванні.	15	2	2	11
5. Біхевіористичний напрям : особливості застосування.	15	2	2	11
6. Специфіка гуманістичного напрямку психологічного консультування.	15	2	2	11
7. Головні положення когнітивного напрямку в психологічному консультуванні.	15	2	2	11
8. Екзистенційний напрям у психологічному консультуванні.	15	2	2	11
Разом за змістовим модулем 2	75	10	10	55
Усього годин	120	16	14	90

8. Теми семінарських занять

№	Тема	К-ть годин
1	Психологічне консультування як вид психологічної допомоги.	2
2	Процес консультування та консультативний контакт.	2
3	Сутність та характеристика психоаналітичного напрямку в психологічному консультуванні.	2
4	Біхевіористичний напрям : особливості застосування.	2
5	Специфіка гуманістичного напрямку психологічного консультування.	2
6	Головні положення когнітивного напрямку в психологічному консультуванні.	2
7	Екзистенційний напрям у психологічному консультуванні.	2
	Всього	14

4 ПЛАНИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

Змістовий модуль 1. Методологічні основи психологічного консультування та психокорекції

Семінарське заняття 1

Тема: Психологічне консультування як вид психологічної допомоги

Мета: ознайомлення студентів із таким видом психологічної допомоги як психологічне консультування, його метою, завданнями, видами та класифікацією; усвідомлення студентами особливостей психологічного консультування, ознайомлення з галузями його застосування.

План

1. Основні визначення психологічного консультування.
2. Специфіка психологічного консультування як окремого виду психологічної допомоги.
3. Мета і завдання психологічного консультування.
4. Принципи та види психологічного консультування.
5. Основні причини звертання до психологічної консультації: невпевненість у собі, загроза повторення важких переживань, неможливість самостійно вирішити життєву проблему, психічні розлади, самотність.

Питання, що виносяться на самостійне опрацювання:

1. Чим психологічне консультування відрізняється від інших видів практичної психологічної допомоги людині?
2. Відмінність психологічного консультування від індивідуальної і групової психотерапії за метою, завданнями, тривалістю контактів психолога з клієнтом, за активністю та ролями, що виконують психологи і клієнти, за їх відповідальністю і стилем спілкування.
3. Поняття про зону психологічного ризику. Люди, що перебувають у зоні ризику. Емоційно неврівноважені люди як потенційні клієнти психологічної

консультації.

4. Створити 10 фраз, які можуть висловлювати компетентні та не компетентні психологи-практики.

5. Намалювати й описати образ клієнта, якого б студенти боялись чи не хотіли бачити на консультації.

Література

основна:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.:Academia, 2000.

2. Васьковская С. В. Психологическое консультирование: Ситуац.задачи. — К.: Выща шк., 1996.

3. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практ. руководство / А. Л. Венгер. — М.: Генезис, 2001.

4. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования: Пробл. подход. — К.: Наук. думка, 1995.

5. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Речь, 2001.

6. Джоруж Р., Христиани Т. Консультирование: Теория и практика / Пер. с англ. А. Шадура. — М.: Эксмо, 2002

додаткова:

1.Корольчук М.С., Осьодло В.І. Психодіагностика: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. – К.: Ельга, Ніка-Центр, 2004. – 400 с.

2. Костюк Г.С.Психологія: Підручник для пед-х вузів. – К.:Радянська школа, 2008. – 571 с.

3. Кутішенко В.П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій):Навчальний посібник. – Київ: Центр навчальної літератури, 2005. –128с.

4. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-є вид. – К.: Вища школа, 2004. – 487 с.

5. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник.. – 2-е вид., перероблене та доповнене. – К.: Центр навчальної літератури, 2004. – 272с.

6. Основи практичної психології / В.Панок, Т.Титаренко, Н. Чепелева та ін.: Підручник. – К.: Либідь, 2001. – 536 с.

Семінарське заняття 2

Тема: Процес консультування та консультативний контакт

Мета: ознайомлення студентів з основними стадіями консультативного процесу, найважливішими рольовими функціями консультанта та його місцем в процесі консультування.

План

1. Загальна модель структури процесу консультування.

2. Стадії консультативного процесу.

3. Загальні правила й установки ефективного та структурованого процесу

консультування.

4. Модель особистості ефективного консультанта. Основне завдання консультанта.

5. Поняття консультативного контакту та його специфіка. Основні параметри консультативного контакту.

6. Поняття терапевтичного клімату. Фізичні та емоційні компоненти терапевтичного клімату в ПК.

7. Поняття скарги, явний та прихований зміст скарги. Самодіагноз.

Теми рефератів та доповідей

1. Оптимальні умови проведення психологічного консультування.

2. Взаємини консультанта і клієнта у процесі консультацій.

3. Проблема професійного вигорання та його профілактика.

4. Особистісні якості психолога-консультанта.

5. Кодекс професійної етики практичного психолога, його основні положення стосовно роботи психолога-консультанта.

Питання, що виносяться на самостійне опрацювання:

1. Специфіка психологічного консультування як окремого виду психологічної допомоги.

3. Мета і завдання психологічного консультування.

4. Принципи та види психологічного консультування.

5. Основні причини звертання до психологічної консультації: невпевненість у собі, загроза повторення важких переживань, неможливість самостійно вирішити життєву проблему, психічні розлади, самотність.

6. Опишіть модель особистості ефективного консультанта.

7. В чому полягає різниця між скаргою та психологічним запитом.

8. Опишіть поширені психологічні запити.

Література

основна:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Academia, 2000.

2. Васильковская С. В. Психологическое консультирование: Ситуац. задачи. — К.: Выща шк., 1996.

3. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практ. руководство / А. Л. Венгер. — М.: Генезис, 2001.

4. Горноста́й П. П. Теория и практика психологического консультирования: Пробл. подход. — К.: Наук. думка, 1995.

5. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Речь, 2001.

6. Джорж Р., Христиани Т. Консультирование: Теория и практика / Пер. с англ. А. Шадура. — М.: Эксмо, 2002

додаткова:

1. Корольчук М.С., Осьодло В.І. Психодіагностика: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. – К.: Ельга, Ніка-Центр, 2004. – 400 с.
2. Костюк Г.С. Психологія: Підручник для пед-х вузів. – К.: Радянська школа, 2008. – 571 с.
3. Кутішенко В.П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій): Навчальний посібник. – Київ: Центр навчальної літератури, 2005. – 128 с.
4. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-є вид. – К.: Вища школа, 2004. – 487 с.
5. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник.. – 2-е вид., перероблене та доповнене. – К.: Центр навчальної літератури, 2004. – 272 с.
6. Основи практичної психології / В.Панок, Т.Титаренко, Н.Чепелева та ін.: Підручник. – К.: Либідь, 2001. – 536 с.

Семінарське заняття 3

Тема: Сутність та характеристика психоаналітичного напрямку в психологічному консультуванні.

Мета: ознайомлення студентів з основними положеннями, стадіями консультативного процесу та техніками класичного психоаналізу.

План

1. Основна мета психоаналізу.
2. Основні групи людських інстинктів: еротичні або інстинкти життя (лібідо), інстинкти смерті або руйнівні інстинкти.
3. Мотивація за принципом задоволення. Рівні психічного життя — свідомий, передсвідомий, безсвідомий.
4. Склад психічного апарату: ІД, ЕГО, СУПЕР-ЕГО.
5. Сексуальні перверсії. Стадії сексуального розвитку.
6. Причина неврозів, комплексів, фобій.

Теми доповідей і рефератів:

1. Зігмунд Фрейд (1856–1939) — засновник психоаналізу.
2. Вільні асоціації і переноси у психоаналітичному процесі.
3. К.-Г. Юнг та аналітична психологія.
4. Індивідуальна психологія Адлера у психоаналітичній практиці.
5. Неофрейдисти та їх внесок у психологічне консультування.

Питання, що виносяться на самостійне опрацювання:

1. Психологічний захист. Види психологічних захистів.
3. Психосексуальний розвиток за З. Фрейдом.
4. Інтерпретація (пояснення або конструкція). Матеріали для інтерпретації: вільні асоціації клієнтів, обмовки, сновидіння, перенесення на аналітиків.
5. Консультативний процес і психотехніки психодинамічного напрямку.

Література

основна:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.:Academia, 2000.
2. Васьковская С. В. Психологическое консультирование: Ситуац.задачи. — К.: Выща шк., 1996.
3. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практ. руководство / А. Л. Венгер. — М.: Генезис, 2001.
4. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования: Пробл. подход. — К.: Наук. думка, 1995.
5. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Речь, 2001.
6. Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование.— М.: Смысл, 2000.

додаткова:

1. Холл К., Линдсей Г. Теории личности. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000.
2. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основы психологічного консультування.— К.: МАУП, 2004.
3. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. — К.,2005.
4. Шостром Э. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии / Пер. с англ. В. Абабкова, В. Гаврилова. —СПб. — М., 2002.

Семінарське заняття 4**Тема: Біхевіористичний напрям у консультуванні: особливості застосування.**

Мета: ознайомлення студентів з особливостями застосування біхевіористичного напрямку консультування, його етапами та прийомами.

План

- 1.І. П. Павлов та його дослідження функціонування півкуль головного мозку.
- 2.Реципрокне гальмування як виявлення конкуруючої реакції з метою послаблення одночасно сформованої реакції (Вольпе — р. н. 1915).
3. Реакції, найчастіше вживані в поведінковому консультуванні: релаксації, асертивні, сексуальні.
4. Сутність фундаментального положення теорії контролю У. Гласера. Базові поняття терапії У. Гласера. Цілі консультування, позиції психолога і клієнта.
5. Теорія інкубації. Умови, які сприяють інкубації.
6. Оперантний біхевіоризм Б. Скіннера.
7. Детермінізм і формування навичок. Обумовлення емоцій.

Теми доповідей і рефератів:

- 1.Біхевіоризм — основа експериментальної етики. Значення свободи поведінки.

2. Вроджені й набуті джерела неврозів.
3. Г. Айзенк (1916) про теорію неврозу.

Питання, що виносяться на самостійне опрацювання:

1. Мислення і пам'ять. Відсутність особистісних смислів. Пам'ять як збереження вербальних звичок.
2. Особистість і діагноз. Особистість як наслідок наших систем звичок.
3. Способи оцінювання особистості: а) схеми утворення індивідуума; б) його досягнення; в) записи про заняття у вільний час; г) емоційна поведінка в різних ситуаціях; д) відповіді на запитання психологічних тестів.
4. Значення висловлювання. Негативні наслідки покарання. Неадекватність батьківського й етичного контролю.
5. Конструювання оточення. Психотерапія як форма контролю, спрямована на виправлення проблем, викликаних іншими засобами контролю.
6. Консультативний процес і психотехніки біхевіорального напрямку.

Література

основна:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.:Academia, 2000.
2. Васьковская С. В. Психологическое консультирование: Ситуац.задачи. — К.: Выща шк., 1996.
3. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практ. руководство / А. Л. Венгер. — М.: Генезис, 2001.
4. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования: Пробл. подход. — К.: Наук. думка, 1995.
5. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Речь, 2001.
6. Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование.— М.: Смысл, 2000.

додаткова:

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика: Учеб. пособие для студ. ст. курсов психол. фак. и отд-ний ун-тов М.: Класс, 2001.
2. Холл К., Линдсей Г. Теории личности. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000.
3. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основы психологического консультирования.— К.: МАУП, 2004.
4. Цимбалюк І. М. Психологічне консультивання та корекція. — К., 2005.
5. Шостром Э. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии / Пер. с англ. В. Абабкова, В. Гаврилова. —СПб. — М., 2002.

Семінарське заняття 5

Тема: Специфіка гуманістичного напрямку психологічного консультивання.

Мета: ознайомлення студентів з особливостями застосування гуманістичного напрямку психологічного консультування.

План

1. Основні поняття феноменологічної теорії. Головні положення теорії К. Роджерса.
- 2.Порушення цілісності особистості, поняття «гештальту».
3. Невроз, шари неврозу. Цілі і техніки гештальттерапії.
- 4.Структура особистості за Е Берном. Трансакція, види трансакцій.
5. Сценарій життя особистості та розплата за нього. Техніки трансактного аналізу Е. Берна.

Теми доповідей і рефератів:

1. Життя і діяльність К. Роджерса (1902–1987).
2. Фріц Перлс — головний “архітектор” гештальт-терапії.
3. Ерік Берна як засновник трансактного аналізу.

Питання, що виносяться на самостійне опрацювання:

1. Практика особистісно-центрованого консультування. Збіг цілей консультанта і клієнта (Роджерс, Маслоу).
2. Елементи гештальт-підходу в практиці консультування (використання методики усвідомлення, симпатії та фрустрації, виявлення фантазій, робота зі сновидіннями, використання методу драми, різних правил та гри).
3. Практика гештальт-консультування. Звернення до гештальту під час екзистенційної кризи.
4. Розвиток гештальт-консультування. Метод драми, правила та ігри, виявлення фантазій.
5. Структурний аналіз в ТА як діагностування та диференціювання моделей чи его-станів.

Література

основна:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.:Academia, 2000.
2. Васильковская С. В. Психологическое консультирование: Ситуац.задачи. — К.: Выща шк., 1996.
3. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практ. руководство / А. Л. Венгер. — М.: Генезис, 2001.
4. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования: Пробл. подход. — К.: Наук. думка, 1995.
5. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Речь, 2001.
6. Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование.— М.: Смысл, 2000.

додаткова:

- 1.Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика: Учеб. пособие для студ. ст. курсов психол. фак. и отд-ний ун-тов М.: Класс, 2001.
- 2.Холл К., Линдсей Г. Теории личности. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000.
3. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основи психологічного консультування.— К.: МАУП, 2004.
- 4.Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. — К.,2005.
5. Шостром Э. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии / Пер. с англ. В. Абабкова, В. Гаврилова. —СПб. — М., 2002.

Семінарське заняття 6

Тема: Головні положення когнітивного напрямку в психологічному консультуванні.

Мета: ознайомлення студентів з основними поняттями когнітивного консультування та особливостями застосування когнітивного напрямку психологічного консультування.

План

- 1.Особливості когнітивної психології. Основні поняття когнітивного консультування К.Келлі.
2. Головні етапи роботи з клієнтом. Техніки когнітивного консультування.
3. Сутність та характеристика когнітивного підходу А. Бека. Особливості переробки інформації.
4. Структура особистості за А.Беком. Помилки думок на основі емоцій. Техніки когнітивного консультування.
5. Взаємодія почуття, поведінки і когнітивного процесу в раціонально-емотивній терапії А. Еліса. Головні психологічні аспекти функціонування особистості.
6. „Пастка”, її вплив на психіку особистості. Техніки раціонально - емотивного консультування.

Теми доповідей і рефератів:

- 1 Научіння в дії (научіння через досвід). Різниця між знаннями і навичками.
2. Самоефективність і цілі. Функція і результати самоефективності.
3. Практика консультування: моделювання через участь. Інші способи використання когнітивної теорії.
4. Вплив Фрейда, Роджерса, Адлера, Саллівена на теорію Бека.Акценти: пошук шляхів вирішення проблеми, спокійний стиль, безумовне прийняття клієнта. Використання специфічних процедур, домашні завдання.
5. Альберт Єлліс (1913) — автор нового підходу (раціональної те-рапії). (Пізніше, у 1961 р. — змінює назву на раціонально-емотивну терапію.)
6. Аарон Бек (1921) — автор основ когнітивного консультування чи терапії. Спосіб і процес обробки інформації як основні положення терапії.

Питання, що виносяться на самостійне опрацювання:

1. Альберт Бандура і його “виклик” Скіннеру, у процесі розгляду принципу підкріплення з іншого боку.
2. Корисне і шкідливе мислення і поведінка. Основні когнітивні концепції: самоефективності та саморегулювання.
3. Основні когнітивні здібності: символізація, передбачення, опосередкування, саморегуляція, самоаналіз.
4. Научіння через наслідки реакцій як когнітивний процес.
5. Додаткові джерела прогнозуючої інформації: опосередковані (для отримання інформації найбільше значення мають спостереження за іншими) і символічні (акцент – вислуховування пояснень).
6. Регулюючі мотиваційні системи: такі, які базуються на зовнішніх, опосередкованих і самопродукованих результатах.
7. Саморегулювання поведінки: самоспостереження, оцінюванні процеси, самореактивні процеси (самовідповіді).
8. Фундаментальні людські цілі: виживання, свобода від болю, щастя.
9. Схильність людей як до актуалізації самих себе, так і до перебування в ірраціональному стані, прагнення до свободи вибору.

Література

основна:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.:Academia, 2000.
2. Васильковская С. В. Психологическое консультирование: Ситуационные задачи. — К.: Выща шк., 1996.
3. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практическое руководство / А. Л. Венгер. — М.: Генезис, 2001.
4. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. — К.: Наук. думка, 1995.
5. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Речь, 2001.
6. Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование. — М.: Смысл, 2000.

додаткова:

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика: Учеб. пособие для студ. ст. курсов психол. фак. и отд.-ний ун-тов М.: Класс, 2001.
2. Холл К., Линдсей Г. Теории личности. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000.
3. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основы психологического консультирования. — К.: МАУП, 2004.
4. Цимбалюк І. М. Психологічне консультивання та корекція. — К., 2005.
5. Шостром Э. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии / Пер. с англ. В. Абабкова, В. Гаврилова. — СПб. — М., 2002.

Семінарське заняття 7

Тема: Екзистенційний напрям у психологічному консультуванні.

Мета: ознайомлення студентів з особливостями застосування екзистенційного напрямку психологічного консультування, його положеннями та техніками.

План

1. Екзистенційне консультування як психодинамічна модель. Основні положення екзистенційного консультування.
2. Почуття тривоги екзистенційної розлади.
3. Прагнення до сенсу у логотерапії В. Франкла. Пошук сенсу життя та реалізація його значення.
4. Загальні положення консультування за Франклом. Техніки логотерапії (парадоксальна інтенція та дерефлексія).

Теми доповідей і рефератів:

1. Ірвін Яломі Ролло Мей — основоположники динамічної теорії екзистенційного консультування.
2. Віктор Франкл (1905) і його пошуки сенсу життя.
3. Відсутність контрпереносів. Саморозкриття консультанта.
4. Використання екзистенційного підходу в екстремальній ситуації.
5. Логотерапевти — вихователі відповідальності.
6. Стосунки консультанта і клієнта: присутність, аутентичність, відданість як характеристика цих стосунків.

Питання, що виносяться на самостійне опрацювання:

1. Екзистенційний вакуум. Екзистенційна фрустрація.
2. Ноогенний невроз. Масова невротична тріада.
3. Відчуття безглуздості як частина реакцій на життя. Переживання росту.
4. Поширення екзистенційного вакууму та екзистенційної фрустрації. Невротизація суспільства.
5. Практика екзистенційного консультування. Поглиблення екзистенційного усвідомлення. Фокусування на пошуках смислу.
6. Парадоксальна інтенція і дерефлексія як основні логотерапевтичні методи.

Література

основна:

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Academia, 2000.
2. Васьковская С. В. Психологическое консультирование: Ситуационные задачи. — К.: Выща шк., 1996.
3. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практическое руководство / А. Л. Венгер. — М.: Генезис, 2001.
4. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования: Пробл. подход. — К.: Наук. думка, 1995.
5. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Речь, 2001.

6.Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование.— М.: Смысл, 2000.

доплаткова:

1.Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика: Учеб. пособие для студ. ст. курсов психол. фак. и отд-ний ун-тов М.: Класс, 2001.

2.Холл К., Линдсей Г. Теории личности. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000.

3. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основи психологічного консьультування.— К.: МАУП, 2004.

4.Цимбалюк І. М. Психологічне консьультування та корекція. — К.,2005.

5. Шостром Э. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии / Пер. с англ. В. Абабкова, В. Гаврилова. —СПб. — М., 2002.

5 ІНДИВІДУАЛЬНА НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНА РОБОТА

I. Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ):

Визначте проблеми ваших однолітків методом опитування. Вкажіть, до яких сфер життя вони належать. Опишіть якусь одну психологічну проблему, що потребує допомоги консультанта, та вкажіть ймовірні способи її вирішення.

II. Підготувати презентацію або доповідь на одну із запропонованих тем:

1. Консультування тривожних клієнтів.
2. Консультування клієнтів, що відчувають страх.
3. Консультування дітей, які зазнали психологічних травм (насилля, катастрофа, смерть, втрата, розлука, розлучення батьків тощо).
4. Консультування шизоїдних осіб.
5. Консультування асоціальних осіб.
6. Консультування клієнтів, що переживають провину.
7. Консультування клієнтів з депресіями і суїцидальними намірами.
8. Особливості консультування клієнтів, які пережили втрату (смерть, розлучення).
9. Особливості консультування істеричних осіб.
10. Особливості консультування алкогольно залежних осіб.
11. Консультування клієнтів із психосоматичними розладами.
12. Консультування клієнтів із сексуальними проблемами.

Вимоги до написання ІНДЗ:

- структура роботи: план, вступ, основна частина, висновки, список використаних джерел (не менше 10 джерел);
- відповідність змісту обраній темі;
- логіка викладу;
- ґрунтовний теоретичний аналіз проблеми;
- методи дослідження;
- практичні рекомендації;
- обсяг – 8-10 друк. стор.

Завдання для індивідуальної навчально-дослідної роботи:

Задача 1

У родині маленького Віктора часто бувають конфлікти. Його мати б'є посуд, а батько вази та вікна. Віктора інколи карають за неслухняність. Щоб Віктор не став агресивним, батьки забороняють йому дивитися фільми чи телепередачі, в яких демонструється насилля. Батьки маленького Андрія іноді сваряться, але зазвичай поводять себе спокійно та надають перевагу переговорам, як методу розв'язання усіх питань. Хоча вони й обмежують час, протягом якого Андрій може дивитися телевізор, проте дозволяють переглядати будь-які передачі. Андрій часто обирає "бойовики".

Визначте, хто з дітей з більшою ймовірністю поводитиме себе агресивно та застосовуватиме елементи насилля? Чому?

Задача 2

Чотирнадцятирічний Дмитро завжди любив пиляти та колоти дрова. Коли він допомагав батькам, то відчував себе сильним та могутнім. Сусіди помітили, що хлопець добре виконує цю діяльність та запропонували йому грошову винагороду за заготівлю дров для каміну. Батьки Дмитра стурбовані: тепер він погоджується працювати лише за гроші.

- На базі отриманих знань про внутрішню та зовнішню мотивацію, поясніть чому у Дмитра пропав безкорисний інтерес до заготівлі дров.
- Як можна відновити внутрішню мотивацію Дмитра?

Задача 3

Макс не спав майже дві доби, готуючись до захисту проекту. Він дуже прагнув справити враження на викладача та товаришів по курсу, продемонструвавши свої здібності в галузі художнього конструювання. Але раптом він втратив інтерес до роботи. Йому дуже захотілося спати.

Поясніть, спираючись на ієрархічну модель потреб Маслоу, що відбулося з мотивацією Макса.

Задача 4

Юля працює у прийомному покої лікарні швидкої допомоги, розташованій у центрі міста. Їй часто доводиться мати справу з пацієнтами та їх родичами, які налякані та з недовірою ставляться до медичних працівників. Навіть, якщо до неї ставляться брутально, вона не жалкує часу на те, щоб спокійно поговорити з людьми. Старша сестра критикує її за марне витрачання часу, але Юля співчуває пацієнтам, які зазнають значного фізичного болю, та їх родичам, які переживають за своїх близьких. У прийомному покої дівчина виражає свої співчуття, але одночасно намагається бути веселою. Їй справді вдається підбадьорити багатьох та залишатися самій життєрадісною.

Не дивлячись на те, що брутальність їй неприємна, вона намагається концентрувати увагу на гарних якостях людей та не забувати про почуття гумору. Які з якостей Юлі є притаманними для рівня реалізації потреби в самоактуалізації?

Задача 5

Випадок із психологічної практики:

Пані Х. постійно думає, що в неї не зібране у хвіст волосся і що вона може в ньому заплутатись і задихнутись. Через це вона кожні 5 хвилин відкидає усі справи та здійснює ритуал розчісування волосся. Вкажіть, прикладом якого з перелічених розладів є її поведінка:

- а) посттравматичний стресовий розлад;
- б) анорексія;
- в) obsесивно-компульсивний розлад;
- г) арахібутирофобія.

Задача 6

Випадок із психологічної практики

Н. А. — мила жінка, що викликає симпатію у поєднанні зі скромністю, добротою, серйозністю розуму та жіночою чарівністю. У неї вища технічна освіта. Вперше у віці 35 років у жінки був виявлений невроз після смерті матері. Н. А. була вражена та виснажена переживанням втрати, але все ж таки впоралася з горем — її маленька донька дуже потребувала її уваги. Але рік потому вона все частіше намагалася згадати останню фразу матері перед смертю. Фраза була останньою, тому набула особливої вагомості. Н. А. захотілося відновити її. Думка ця — згадати фразу — стала нав'язливою. Жінка була змушена звернутися по допомогу до психолога.

Ваші дії як консультанта?

Задача 7

На прийомі у психолога:

“Мій Максим має приємну зовнішність: високий, сильний, привабливий. Такі подобаються всім, а для мене це горе. П'ятий рік вже пішов, як ми одружені. Зараз я чекаю на другу дитину. Все було добре, але з кожним днем я все більше ревную чоловіка, слідкую за кожним його кроком, поглядом, хоча розумію, що це соромно та підло. Раніше я могла поділитися своїми переживаннями з найкращою подругою, але тепер нікому з жінок не довіряю, замкнулася в собі. Навіть до цієї подруги ставлюся з недовірою. Ми з Максимом майже припинили ходити в гості до сімейних пар, а якщо все ж доводиться йти, мої нерви натягнуті, як струна. Дивлюся, щоб зайвий раз мій Максим комусь не посміхнувся чи (не дай Боже!) пішов би танцювати з кимось, крім мене. Це про мене говорять, що я ревную до кожного стовпа. А чоловік, коли я розповідаю йому про свої ревності, говорить одне: все це безглуздо. От я і вирішила до вас звернутися...”

Назвіть причини такої поведінки клієнтки. Якої допомоги вона потребує? Яких психологічних заходів можна вжити?

Задача 8

Назвіть, до якого психотипу належить описана нижче особистість.

Вона не особливо стежить за модою, носить те, що подобається та здається зручним. Незграбна, обличчя як маска. Голос монотонний, різкий, мовлення уривчасте. У спілкуванні сухвата, формальна, про себе розповідає мало. Коло друзів обмежене, але надійне. Відмінні риси — постійність та висока відповідальність. Живе у світі своїх ілюзій та нездійснених надій. За фахом представник рідкої професії — архіваріус.

Задача 9

Двоє чоловіків щойно переглянули кінострічку про жінку, яка страждала дивною недугою. З одного боку, вона володіла добрим гарним характером, з іншого — була сумною. Ототожнюючись з кожною із цих своїх сторін, жінка

називала себе двома різними іменами. Один із чоловіків, що переглянув цей фільм, стверджував, що у цієї жінки шизофренія. Чи має він рацію?

Задача 10

Запропонуйте ваш варіант розв'язання проблеми:

...Сім'я прийшла на консультацію через переживання батьків з приводу шістнадцятирічного сина М. Хлопця вже вдруге застали за вживанням міцних напоїв на території школи. Під впливом алкоголю він зламав шафи з особистими речами однокласників у пошуках грошей. Директор викликав міліцію та батьків хлопця. Під час бесіди з М. він висловив обурення з приводу вчинених дій директором. М. вважав, що здійснене ним — лише пустощі і що його було покарано

Задача 11

Прочитайте уважно випадок із практики:

Сімнадцятирічні брати-близнюки були направлені матір'ю на консультацію через постійне вживання алкоголю. Їхній батько помер внаслідок нещасного випадку два роки тому. Мати відчувала, що повністю втрачає контроль над синами. Вони постійно вимагали у неї гроші. Вона була так налякана і водночас так за них боялася, що не тільки давала потрібну суму грошей, а й сама відвозила на машині до місця зібрання їхньої компанії, де випивали близнюки.

Дайте відповіді на запитання:

- а) якою має бути поведінка консультанта у цій ситуації? _____;
- б) у чому мати не має рації? _____;
- в) що можна порадити матері цих дітей? _____.

Задача 12

Ваша порада клієнтці у наведеній ситуації:

“Коли у мого хлопця щось не виходить на роботі, свої негаразди виміщає на мені. Він замикається в собі і взагалі ні на що не реагує. А головне — він стає байдужим до сексу. Іноді він так виводить мене із себе, що я на нього кричу або ж мовчу тижнями. Це жахливо! Розумію, що діяти треба якось інакше, але як?....”

Задача 13

Наталі та Андрію по сорок років. Вони одружені двадцять років і в них є вісімнадцятирічна донька. Андрій працює менеджером на фірмі. Наталя ніколи не працювала і тепер думає про те, щоб підшукати для себе місце роботи. Уявіть, що вони попросили вас допомогти їм скласти життєві плани на перший період зрілості. Розкажіть їм про те, чого їм варто очікувати і як краще пристосуватися до змін, які є неминучими:

- а) Андрій _____;
- б) Наталя _____.

Задача 14

Проаналізуйте випадок із практики:

“Мій чоловік працює старшим менеджером в одній великій компанії. Він трудоголік, без роботи себе не уявляє і віддається їй повністю. Гроші заробляє гарні. Мені б лише жити та радіти, проте яка радість від чоловіка, який вже другий рік падає від втоми та засинає, ледве торкнувшись подушки? Спочатку я ревнувала, влаштовувала істерики — думала, що він завів собі когось на стороні. А потім зрозуміла, що він звичайний імпотент! І це у тридцять два роки! Я поділилася своїм відкриттям із близькою подругою. На що вона розсміялася: “Ти що не знаєш, що на заході таким трудоголікам ставлять діагноз “синдром менеджера?! Нехай твій коханий піде до лікаря, доки не пізно”. Проте, як я і очікувала, чоловік відмовився йти до лікаря. Але мені як бути? Чи не завести коханця?”

Побудуйте алгоритм роботи психолога з цією проблематикою клієнта.

Задача 15

Проаналізуйте випадок із психологічної практики:

“Вона гарна жінка, — з роздратуванням говорив чоловік. — Вона кохає мене. Вона кинула усіх своїх подруг, тому що вони мені не подобались. Вона гарно готує, але так пристає до мене зі своєю їжею, що я втрачаю апетит. Але головне — вона хоче, щоб я увесь свій вільний час проводив з нею, а мені з нею нецікаво. Я добре до неї ставлюся, але іноді мені хочеться просто збігти. Я кохав її, а тепер нічого не відчуваю. Як подумаю, що усе життя треба провести з нею, то здається, що життя закінчилося. Об’єктивно немає ніяких причин кидати її, я навіть відчуваю себе винним, що розлюбив. І себе не розумію: куди поділися мої почуття? Адже починалося все добре, зустрів жінку своєї мрії...”

Задача 16

Молода жінка знаходиться у стані розгубленості: напередодні ввечері чоловік повідомив їй, що в нього є інша і він вирішив до неї піти. Вмовлення не мали ніякої результативності. Він заявив, що все одно не буде з нею жити. Сьогодні ранком він зібрав речі і пішов, сказавши, що назавжди.

Визначте алгоритм роботи як психолога з цією клієнткою?

Задача 17

Як би ви поводитися на місці консультанта та який би алгоритм вирішення сімейного конфлікту запропонували подружжю у зазначеній ситуації?

Чоловік прийшов пізніше звичайного додому. Сьогодні він закінчив чергову “ліву” роботу та отримав за неї гроші. Він у гарному настрої та трохи на підпитку. Дружина втомилась та ображена на чоловіка. У них виник конфлікт. Дружина звинуватила чоловіка в тому, що він зовсім не думає про родину, що в нього своє особисте життя, а вона зі своїми сімейними турботами нічого гарного у своєму житті не бачить. Чоловік виправдовував свої часті

затримки на роботі тим, що прагне більше заробити грошей саме для сім'ї. Взаємні звинувачення набули яскраво емоційного забарвлення.

Задача 18

Олегу Степановичу 60 років. Він розумний та енергійний, але в компанії, де він працював проводиться строга пенсійна політика, і його звільнили. Олег Степанович вважає, що з ним повелися несправедливо, адже він працював продуктивніше багатьох молодих колег. Його емоційний стан з кожним днем погіршується:

- а) чому Олег Степанович переживає депресію? _____;
- б) що б ви йому порадили? _____;

Задача 19

Жінка зазнає великих навантажень на роботі, крім того, їй постійно та безпричинно роблять зауваження, дорікають. Їй здається, що усі навколо вороже до неї ставляться. На неї дивляться з подивом, говорять за її спиною, але у вічі ніхто нічого не висловлює. Вона дуже цінує свою роботу, але умови у колективі стають нестерпними.

Ваші дії як консультанта у цій ситуації. _____

Задача 20

Шістнадцятирічна Вікторія вступила у статевий зв'язок зі своїм однолітком, не дивлячись на те, що він їй зовсім не цікавий. Назвіть три можливі причини, які могли підштовхнути її до цього.

- а) _____;
- б) _____;
- в) _____.

Задача 21

Учора ввечері дванадцятирічний Михайло підслухав, як його батьки гучно сперечалися про те, скільки часу йому можна проводити біля телевізора. Ранком мати сказала йому, що вони з батьком розлучаються і що вона житиме в іншому місці. Визначте, які почуття ймовірно переживає Михайло:

- а) розізлиться на матір;
- б) розізлиться на батька;
- в) відчує себе винним у розлученні батьків;
- г) відчує полегшення від того, що вони більше не сваритимуться.

Задача 22

Олені подобається хлопець із її класу. Спираючись на спостереження психологів, як би ви порадили їй себе поводити, щоб завоювати його симпатію:

- а) "строїти" із себе недоторку, не висловлюючи своїх почуттів;
- б) оточити його увагою, частіше йому дзвонити додому та дарувати подарунки;
- в) висловити зацікавленість у дружбі з ним, а з іншими хлопцями

триматися холодно;

г) бути неприступною у спілкуванні з ним та нестримно фліртувати з іншими.

Задача 23

Ірина важко переживає розлучення батьків. Їй соромно за них, вона не хоче, щоб її друзі дізналися про те, що сталося. Допоможіть їй порадою:

- а) попросити співчуття у близьких та рідних;
- б) подумати про те, чи не стала вона сама причиною розлучення;
- в) поговорити з дітьми, батьки яких розлучилися;
- г) намагатися не думати про те, що сталося.

Задача 24

Усі наведені висловлювання були зроблені людиною, введеною в оману. Допоможіть їй відмовитися від помилкових точок зору, надаючи потрібну інформацію:

а) “чи варто витратити свій час на вивчення дитячої психології?”

Усі жінки володіють материнським інстинктом та добре знають, як турбуватися про дітей” _____;

б) “ми з дружиною ніяк не можемо жити в мирі та постійно сперечаємося. І ми вирішили завести дитину, щоб набути спільних інтересів” _____;

в) “якщо я коли-небудь зустріню жінку, на якій захочу одружитися, то у неї буде мінімум десятеро дітей. У великій сім’ї діти завжди є щасливими” _____;

г) “я ніколи не заведу другу дитину. Відсутність братів і сестер дає дитині багато переваг та не несе в собі ніяких недоліків” _____.

Задача 25

Назвіть, до якого психотипу належить описана нижче особистість.

Вона не особливо стежить за модою, носить те, що подобається та здається зручним. Незграбна, обличчя як маска. Голос монотонний, різкий, мовлення уривчасте. У спілкуванні сухвата, формальна, про себе розповідає мало. Коло друзів обмежене, але надійне. Відмінні риси — постійність та висока відповідальність. Живе у світі своїх ілюзій та нездійснених надій. За фахом представник рідкої професії — архіваріус.

6 МЕТОДИ НАВЧАННЯ

При вивченні дисципліни використовуються такі методи навчання: інтерактивні лекції, анотування психологічної літератури, проведення круглих столів, дебатів, підготовка реферативних завдань та доповідей, виконання завдань для самостійної роботи, тестові завдання для самоконтролю до змістових модулів I-II (відповідно до методичного забезпечення дисципліни). Складання психологічних словників з окремих тем за ключовими словами.

Під час лекцій аналізуються проблемні ситуації, організовується зворотний зв'язок з аудиторією шляхом формулювання запитань і стислих відповідей з обох сторін. На семінарських заняттях розглядаються теоретичні положення відповідно до тематичного плану занять, докладно розбираються приклади.

7 МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Поточний контроль здійснюється у формі опитування, проведення контрольних робіт за темами, дискусій, виконання творчих робіт.

Підсумковий контроль включає модульний та семестровий контроль. Модульний контроль проводиться у вигляді тестових завдань. Систематичний поточний контроль знань під час семінарських занять проводиться у формі вибіркового усного опитування, підготовки доповідей, доповнень до доповідей, участі в обговоренні, презентації самостійних завдань, рішення ситуаційних задач.

Семестровий контроль за результатами вивчення дисципліни проводиться в останній атестаційний тиждень семестру (сесію) шляхом зваженого додавання результатів модульного контролю та постановки підсумкової оцінки до екзаменаційної відомості

Оцінювання рівня виконання самостійної роботи на основі перевірки роботи (змістовність і конкретність, достатня повнота викладення питання; завершеність викладення думок, відсутність повторів; професійна грамотність; правильність в оформленні роботи), впевненість та аргументованості на захисту.

8 ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Психологічне консультування як вид практичної допомоги психолога.
2. Індивід, особа, індивідуальність.
3. Сфери актуалізації індивіда як особистості і науки, об'єктом яких є поняття «особистість».
4. Психологічні аспекти вивчення особистості. Основні принципи побудови психологічної теорії особистості.
5. Основні уявлення про природу людини як принципи і підстави класифікації теорій особистості.
6. Передісторія, філософське і природничонаукове коріння досліджень особи в

радянській психології.

7. Методологічні основи психологічного консультування.
8. Інтерв'ю як головний метод психологічного консультування, його стадії і рекомендації.
9. Особливості індивідуального та групового консультування.
10. Особливості проведення першої консультативної зустрічі.
11. Підходи до практики психологічного консультування.
12. Базові поняття концепції Юнга .
13. Структура особистості за Юнгом.
14. Генезис неврозу. Поняття комплексу.
15. Техніки консультування за К. Юнгом.
16. Структура особистості за З.Фрейдом.
17. Основні стадії психоаналізу.
18. Техніки класичного психоаналізу.
19. Основні поняття клієнт-центрованого консультування за К. Роджерсом.
20. Необхідні складові консультування за К. Роджерсом.
21. Позиція психолога, техніки клієнт-центрованої терапії.
22. Структура особистості за Е.Берном.
23. Трансакція, види трансакцій Е.Берном.
24. Сценарій життя особистості та розплата за нього.
25. Техніки трансактного аналізу Є.Берна.
26. Базові поняття терапії У. Гласера.
27. Цілі консультування, позиції психолога і клієнта.
28. Порушення цілісності особистості за Перзлом..
29. Невроз, шари неврозу.
30. Цілі і техніки гештальттерапії.
31. Пошук сенсу життя та реалізація його значення за Франклом.
32. Загальні положення консультування за Франклом.
33. Техніки логотерапії.
34. Основні поняття і положення екзистенційного консультування.
35. Цілі та техніки екзистенційного консультування.
36. Вимоги і очікування від клієнта.
37. Особливості когнітивної психології.
38. Основні поняття когнітивного консультування за Келлі.
39. Головні етапи роботи з клієнтом у консультуванні за Келлі.
40. Техніки когнітивного консультування.
41. Принцип полярностей за К.Юнгом.
42. Основні положення концепції А. Адлера.
43. Позиція психолога. Техніки консультування за А. Адлера.
44. Загальна характеристика такої соціально-психологічної служби як телефон довіри.
45. Гострі суїцидонебезпечні реакції у осіб із прикордонними розладами.
46. Принципи невідкладної допомоги.
47. Довгострокова підтримуюча психотерапія.

48. Особистість як складова частина онтогенетичної еволюції людини. Еволюційно-історичний підхід і концепція особистості Б.Г.Ананьєва.
49. Особистість - як цілісне утворення, що включає безліч взаємозв'язаних характеристик і елементів(К.К.Платонов).
50. Системно-структурний підхід В.Н.Мясищева.
51. Концепція особистості А.С. Ковальова.
52. Позитивна психотерапія Н.Пезешкіана.
53. Психодрама Я. Л.Морено.
54. Системно-атрибутивна концепція особистості А.В.Петровського.
55. Діяльнісний підхід і концепція особистості А.Н Леонт'єва.
56. Індивідуальний підхід до особистості і особистісна концепція Л.Рубінштейна.
57. Концепція особистості в рамках теорії установки Д.Н. Узнадзе.
58. Диспозиційно-ієрархічна концепція особистості В.А.Ядова
59. Техніки раціонально - емотивного консультування
60. Ведучі психологічні аспекти функціонування особистості.
61. „ Пастка”, її вплив на психіку особистості.
62. Помилки думок на основі емоцій.
63. Переробка інформації , як вирішальний чинник виживання організму в теорії А.Бека.
64. Структура особистості за А.Беком.
65. Види та форми психодрами.
66. Методики психодрами.
67. Специфіка сімейного консультування.
68. Сім'я як об'єкт психокорекційного впливу.
69. Особливості консультування підліткового віку.

9 РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

Поточний контроль

Поточний контроль за модулями

№	Модуль за тематичним планом дисципліни та форма контролю	К-сть балів
	Змістовий модуль 1. Методологічні основи психологічного консультування.	0 - 18
1	Підготовленість до семінарського заняття	0 - 3
2	Виконання тестових завдань(сам. роб)	0 - 3
	Змістовий модуль 2. Напрями психологічного консультування.	0 - 42
1	Підготовленість до семінарського заняття	0 - 3
2	Виконання тестових завдань(сам. роб)	0 - 3
3	Виконання контрольної роботи	0 - 12

Підсумковий контроль

	Модуль за тематичним планом дисципліни та форма контролю	К-сть балів
	Змістовий модуль 1. Методологічні основи психологічного консультування.	
1	Відповідь на теоретичне запитання	0 - 10
2	Виконання індивідуальних завдань	0 - 10
3	Результат поточного контролю	0 - 18
	Змістовий модуль 2. Напрями психологічного консультування.	
1	Відповідь на теоретичне питання	0 - 10
2	Виконання індивідуальних завдань	0 - 10
3	Результат поточного контролю	0 - 42
	Зважена семестрова оцінка	0 - 100

10 ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: НАЦІОНАЛЬНА ТА ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсової роботи	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
66-74	D		
60-65	E	задовільно	не зараховано
0-59	FX	незадовільно	

11 МІНІМАЛЬНІ ВИМОГИ ДО ЗНАНЬ ТА ВМІНЬ

З тими студентами, які до проведення підсумкового семестрового контролю не встигли виконати всі обов'язкові види робіт та мають підсумкову оцінку від 0 до 59 балів (за шкалою оцінювання), проводяться додаткові індивідуальні заняття, за результатами яких визначається, наскільки глибоко засвоєний матеріал, та чи необхідне повторне вивчення дисципліни.

Дисципліну можна вважати такою, що засвоєна, якщо студент:

1) **знає:**

- основні категорії психологічного консультування;
- сутність напрямків психологічного консультування;
- етапи процесу консультування;
- можливі види скарг клієнтів;
- психотерапевтичні аспекти в діяльності соціального працівника.

2) **вміє:**

- працювати з навчальною і науковою психологічною літературою
- аналізувати фактори, які активізують чи гальмують розвиток особистості у ході її онтогенезу і соціогенезу;
- орієнтуватись у теоретико-прикладних аспектах найбільш поширених у світовій практиці напрямках надання психологічної допомоги;
- розуміти причини й механізм дії небезпечних чинників на людину;
- надавати допомогу різним категоріям населення.

12 ГЛОСАРІЙ

Аб'юз – нестерпні умови життя дитини (постійне жорстоке биття, сексуальне насильство, голод, відсутність елементарного догляду, турботи і медичної допомоги).

Ад'єкт – об'єкт, який утворився в результаті відокремлення від материнського цілого.

Активна уява – техніка роботи з образами, запропонована в юнгіанстві, що полягає в інтерактивній взаємодії з образами і символами, які продукуються несвідомим.

Ампліфікація (лат. *amplificatio* – збільшення, розширення) – у психотерапії – збагачення змісту образів, символів або інших продуктів мислення і уяви людини за рахунок міфологічної, релігійної, літературно-художньої традиції. Аніма (лат. *anima* – душа) – архетип структури особистості, уособлення жіночого начала в чоловічій психіці; відповідає за емоційне і чуттєве життя чоловіка, його кохання, пристрасті, відіграє важливу роль у подружніх стосунках.

Анімус – архетип чоловіка у психіці жінки, який формується на основі досвіду спілкування з чоловіками.

Архетипічна психологія – заснований Дж. Хілманом пост'юнгіанський напрям, що ґрунтується на визнанні незалежної цінності архетипів і пропонує як основний терапевтичний метод інтерактивну взаємодію з їх проявами та уособленнями.

Відреагування – дії, адресовані психотерапевту, які клієнт із різних причин (страх, повага, несміливість, трансферентна закоханість) спрямовує на своє оточення.

Гештальт (нім. *Gestalt* – образ, структура, цілісна форма) – цілісна структура, що описує єдність і взаємозалежність потреб особи, її власної активності і навколишнього середовища.

Грубий опір – поведінка клієнта, яка проявляється у порушеннях графіка (сетингу) терапевтичної роботи (спізненнях, пропусках сеансів тощо) або впертому мовчанні.

Депресивна стадія (позиція) – друга стадія розвитку об'єктних відносин, що визначається спробами дитини перебороти відчай і тривогу від того, що мати залишає її на деякий час.

Дефлексія (лат. *de* – префікс, що означає відміну, видалення, і *flexio* – згинання) – намагання людини уникнути спілкування з іншими тут-і-тепер.

Децентрація (лат. de – префікс, що означає відміну, і centrum – центр, осередок) – подолання егоцентричності особистості завдяки зміні її поглядів, позицій при зіставленні їх із поглядами і позиціями інших людей.

Дискурс (лат. discursus – міркування) – мовлення в контексті життєвого світу людини, «мовлення, занурене в життя».

Дискурсивна практика – специфічна форма використання мови для мовлення, яке структурує окремих психотерапевтичний напрям або школу. Дистанціювання (лат. distantia – відстань) – здатність до об'єктивного розгляду автоматизмів (дій, які відбуваються без участі свідомості).

Довільно плаваюча увага – модус професійної активності психоаналітика, який допомагає йому виокремлювати головне та другорядне в дискурсі пацієнта і визначається несвідомими інтенціями психотерапевта та його досвідом аналітичної роботи.

Екзистенційний (лат. existentia – існування) вакуум (лат. vacuum – пустота) – специфічний психічний стан, що переживає людина у зв'язку з втратою сенсу життя; супроводжується відчуттями нудьги і порожнечі.

Злиття – недостатнє відокремлення людиною себе від навколишнього світу. Значущий дотик – форма терапевтичного контакту, вибудованого на автентичному досвіді близькості, розуміння і прийняття клієнта при безпосередній тактильній взаємодії.

Ізоляція (франц. Isoles – відділяти, відокремлювати) – відокремлення суб'єкта від звичних умов життя, спілкування і власного внутрішнього світу. Імагінативна (лат. imago – образ) активність – творча уява, організована за певними приписами, що продукує образи і символи, які потім стають об'єктом психотерапевтичної інтерпретації.

Індивідуація (лат. individuo – неподільний) – відновлення та розгортання первинної цілісності і єдності індивіда, максимальна реалізація його сутності. Іntenціональність (лат. intentio – намір, прагнення, спрямованість) – базова сенсоугвірна спрямованість свідомості до світу, що полягає у формульованому ставленні до предмета і прагненні особистості реалізувати власні наміри. Інтерпретація (лат. interpretado – пояснення) – у психотерапії – тлумачення певних аспектів життя, ідей, образів, довільних асоціацій.

Інтроекція (лат. intro – всередину і jectio – вкидання) – поглинання і привласнення будь-яких норм, стандартів поведінки, поглядів, думок і цінностей без спроби розібратися в них і критично переосмислити.

Інцест (лат. incestum – непристойний) – сексуальні стосунки з близькими родичами.

Інший – об'єкт, завдяки якому індивід усвідомлює фундаментальні відмінності власних якостей, екзистенції, бажань та ін.

Катексис – спрямування сексуальної енергії лібідо на певні об'єкти, образи, форми активності та ін

Кларифікація – в когнітивній психотерапії – процедура прояснення, за допомогою якого клієнт вчиться розпізнавати свої ірраціональні установки, узагальнювальні судження, алогічні умовиводи та інші огріхи когнітивного функціонування, що призводять до психологічних проблем.

Клієнт-центрована психотерапія – метод, орієнтований на актуалізацію за допомогою розуміючого і глибоко особистого контакту між клієнтом і терапевтом уродженої тенденції організму і психіки до розвитку, самоорганізації і самозбереження з метою досягнення внутрішньої гармонії і задоволеності життям.

Когнітивна (лат. *cognito* – знання) психотерапія – сукупність психотерапевтичних методів, що ґрунтуються на уявленні про примат свідомого, раціонального аспекту психіки у розв'язанні психологічних проблем, зокрема особистих та емоційних.

Когніція – думка, погляд або переконання людини щодо властивостей навколишнього світу, причинно-наслідкових зв'язків.

Конгруентність (лат. *congruens* – збіг) – рівнозначність, взаємовідповідність якісно рівноцінних станів, процесів або переживань.

Лібідо (лат. *libido* – бажання) – психічна енергія сексуального характеру, що може витратитися (катектуватися) на задоволення певної кількості бажань або прагнень, які конкурують одне з одним.

Логотерапія (грец. *logos* – сенс, знання і *therapeia* – лікування) – метод психотерапії, що ґрунтується на системі філософських, психологічних і медичних поглядів на природу людини, центральним компонентом якої є прагнення до сенсу.

Межі Я – специфічне відчуття відокремленості власного Я від думок, поглядів, бажань інших людей.

Міметична (грец. *mitotes* – наслідувач) копія – відтворення клієнтом у терапії своїх проблем або витіснених бажань.

М'язовий панцир – психосоматичний феномен, пов'язаний із формуванням системи м'язових «зажимів», який відповідає невротичній структурі характеру і є тілесним аналогом психологічних захистів.

Нарцисизм (грец. *Narkissos* – ім'я міфічного персонажа) – ідеалізація власного Я, прагнення справляти враження бездоганної істоти – розумної, красивої, довершеної, а також ненаситний пошук підтримки цієї ілюзії оточенням. Негативна терапевтична реакція – прояви поведінки клієнта, пов'язані з його небажанням закінчувати терапію.

Ноогенні (грец. *noos* – розум, мислення) неврози – неврози, породжувані втратою сенсу життя.

Об'єктні (лат. *objectus* – предмет) відносини – будь-які стосунки суб'єкта з іншими людьми.

Означуване – у структурному психоаналізі – несвідоме. Реальне, те, що повинно бути визначене за допомогою лінгвокультурних чинників (у психоаналізі – спеціальних семіотичних процедур).

Означувальне – у структурному психоаналізі – слова, образи, почуття, культурні концепти, символи, за допомогою яких визначаються інтенції та змісти несвідомого-Реального.

Онейрологія – наука про сон і сновидіння.

Опір – специфічна установка пацієнта на заперечення знань, одержаних у результаті інтерпретації несвідомого змісту і витіснених бажань.

Параноїдно-шизоїдна стадія (позиція) – перша стадія розвитку об'єктних відносин (за М. Кляйн), на якій немовля не відрізняє себе від навколишнього світу і не розрізняє позитивних і негативних аспектів дійсності; фіксація на ній призводить до розхитування меж Я і виникнення персекуторної тривоги (тривоги переслідування).

Перенос (трансфер (лат. *transtero* – переносу)) – трансформація психотерапевтичних відносин, що відбувається під впливом несвідомих бажань пацієнта і полягає в тому, що він переносить на аналітика почуття, пов'язані зі значущою фігурою власного дитинства (мати, батько, близькі родичі).

Персона – «зовнішній» архетип структури особистості, який уособлює риси і якості, необхідні для суспільного життя та спілкування.

Проекція (лат. *projection* – викидання) – винесення зовні внутрішніх процесів або їх причин, спроба покласти на середовище відповідальність за те, що виходить із самої людини.

Психологічний захист – стійкі способи сприйняття і переживання світу, властиві кожній людині, у процесі яких окремі аспекти дійсності вона змінює, викривляє так, щоб дійсність здавалася зручнішою, сприятливішою, не загрозливою.

Психологічний тренінг (англ. *training* – тренування) – стандартизовані форми поведінкової терапії, поширені в сучасному суспільстві, у межах яких відбувається оволодіння новим (або ефективнішим) досвідом спілкування, самопізнання, професійної діяльності, креативності, відносин з певними категоріями людей та ін.

Психосоматичний резонанс – психосоматичний відгук у тілі терапевта на процеси й реакції, що відбуваються в тілесній сфері клієнта у процесі психотерапії.

Психотерапія (грец. *psycho* – душа і *therapeia* – лікування) – галузь психології, що вивчає механізми, способи і прийоми професійного надання психологічної допомоги з метою розв'язання проблем, звільнення від психосоматичних симптомів або актуалізації резервів особистісного зростання.

Рапорт (франц. *rapport* – повернення) – міжособистісний зв'язок, у якому один із суб'єктів свідомо регулює поведінку та дії іншого, який неусвідомлено підкоряється впливу (наприклад, у гіпнозі).

Реальне (лат. *realis* – дійсний, справжній) – реєстр психіки, де накопичений досвід до-мовного, до-мовленневого існування.

Регресія (лат. *regressus* – зворотний рух) – процес повернення індивіда на попередні стадії розвитку особистості, об'єктних відносин чи когнітивних процесів, що відбувається в умовах різкого погіршення умов існування, при хворобах, травмах або в межах спеціального психотерапевтичного впливу (аналітична регресія).

Ретрофлексія (лат. *retro* – назад і *flexio*-згинання, відхилення) спрямування людиною всієї енергії на зміну себе.

Роджеріанство – запропонована К. Роджерсом модель гуманістичної (центрованої на клієнті) психотерапії, згідно з якою спеціально організовані терапевтичні відносини є основним чинником особи стіс них змін.

Самість – центральний архетип структури особистості, який уособлює максимальну повноту її самореалізації, творчий потенціал і різноманітні можливості та життєву силу.

Самоактуалізація (від лат. *actualis* – дійсний, справжній) – прагнення людини до повнішого розвитку і реалізації власного потенціалу і можливостей; синонім поняття «самореалізація».

Семіозис (грец. *sema* – знак) – породження нових сенсів або трансформація і зміна існуючих.

Семіосфера (семіотичний простір) – сукупність усіх шкіл, напрямів і підходів до надання психологічної допомоги, об'єднаних спільною метою, принципами і правилами семіотичних трансформацій.

Сетинг (англ. *set* – встановлений) – розпорядок психотерапевтичного процесу (частота зустрічей, їх кількість, вартість сеансу тощо).

Символ (грец. *symbolon* – знак, прикмета) – специфічна форма знакового виразу вищої, принципово не знакової суті, що співвідноситься з групою сенсів та значень і сприяє висловлюванню комплексу відчуттів чи емоцій (переживань). Символічне – у структурному психоаналізі – реєстр психіки, де зосереджені культурні норми та обмеження, змісти, значення та інші семіотичні ресурси для означування (артикуляції) імпульсів і змістів Реального.

Симулякр (лат. *simulatio* – вдавання) – заміна реальних речей або відчуттів підробками.

Соматичний (лат. *soma* – тіло) (вегетативний) резонанс – здатність терапевта до ідентифікації з соматичними реакціями клієнта; наявність соматичного відгуку у відповідь на процеси і реакції, що відбуваються в тілесній сфері клієнта у процесі психотерапевтичної взаємодії.

Теменос – місце або стан, у якому клієнт відчуває себе захищеним від хтонічних, тіньових аспектів колективного несвідомого або власної психе. Терапевтичний (грец. *therapeia* – лікування) альянс (франц. *alliance*, від *allier* – сполучати) – раціональні нетрансферентні відносини психотерапевта з клієнтом, що містять загальний договір про терапію, її тривалість, мету, частоту зустрічей, вартість і умови припинення.

Тілесна техніка – психотерапевтичні і розвивальні прийоми, значення і зміст яких пов'язані з опрацюванням і актуалізацією тілесного (соматичного) потенціалу особистості.

Тілесність – сутнісна характеристика людини, що полягає в соматичному опосередкуванні явищ суб'єктивної реальності внутрішнього світу.

Тінь – архетип структури особистості, який відображає негативні, «нижчі» риси і сторони людської природи: задрість, жадібність, боягузтво, недбайливість тощо.

Фантазм (грец. *phantasia* – уява) – несвідомий сценарій отримання задоволення, план і спосіб задоволення бажань Реального, про які суб'єкт нічого не знає.

Фіксація (франц. *fixation* – закріплення, установлення) – зупинка психічного (психосексуального) розвитку на одній зі стадій, природа якої визначатиме у майбутньому специфіку психологічних проблем дорослої

особистості.

Усвідомлення – центральна процедура гештальттерапії, у процесі якої клієнт входить у повноцінний контакт з навколишнім світом, усвідомлюючи власні бажання, почуття та відповідні їм властивості середовища.

Уявне – реєстр психіки, де містяться уявлення людини про себе і власне Я, місце локалізації психологічних захистів і опору.

Холдинг (англ. holding, від hold – тримати) – взаємини матері і немовляти: мати не просто тримає дитину на руках, а одночасно «підтримує» світ навколо неї, захищає, пояснює, надає впевненості тощо.

Шизоаналіз (грец. schisid – розсікаю) – психотерапевтична парадигма, що ґрунтується на запереченні легітимності просоціальних форм активності і підтриманні стратегій ухилення від соціально-нормативної детермінації людської екзистенції.

Я-концепція (лат. conceptio – сприйняття) особистості – стійка система уявлень особистості про себе, яка ґрунтується на усвідомленні й оцінюванні своїх фізичних характерологічних та інших властивостей; інтегрований образ власного Я, на основі якого людина формує свої стосунки з іншими людьми.

13 РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова

1. Абрамова Г. С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.:Academia, 2000.
2. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. — М.: Класс, 2000.
3. Бурменская Г. В. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: Учеб. пособие для студ. вузов / Г. Бурменская, Е. И. Захарова, О. А. Карабанова и др. — М.:Academia, 2002.
4. Васьковская С. В. Психологическое консультирование: Ситуац.задачи. — К.: Выща шк., 1996.
5. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика: Практ. руководство / А. Л. Венгер. — М.: Генезис, 2001.
6. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования: Пробл. подход. — К.: Наук. думка, 1995.
7. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. — СПб.: Речь, 2001.
8. Джорож Р., Христиани Т. Консультирование: Теория и практика / Пер. с англ. А. Шадура. — М.: Эксмо, 2002.
9. Коптева Н. В. Психологическое консультирование в школе: Хрестоматия / Зап.-Ур. учеб. науч. центр / Сост. Н. В. Коптева. — Пермь, 1993.
10. Коттлер Д. Психотерапевтическое консультирование / Дж. Коттлер, Р. Браун / Пер. с англ. М. Потаповой, А. Ракитиной. — СПб.: Питер, 2001.
11. Коломінський Н. Л. Психологія педагогічного менеджменту. — К.: МАУП, 1996.
12. Мэй Р. Искусство психологического консультирования: Как давать и обретать душевное здоровье / Пер. с англ. М. Будыниной, Г. Пимочкиной. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2002.
13. Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование.— М.: Смысл, 2000.
14. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. — М.: Смысл, 2002.
15. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования / Пер. С англ. Е. Волкова. — СПб.: Питер, 2000.
16. Немов Р. С. Основы психологического консультирования: Учеб. для студ. вузов. — М.: Владос, 1999.
17. Техники консультирования и психотерапии: Тексты / Под ред. У. С. Сахакиан; Пер. с англ. М. Будыниной и др. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000.
18. Роджерс К. Р. Клиент-центрированная психотерапия: Теория,соврем. практика и применение / Пер. с англ. Т. Рожковой и др. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2002.

19. Холл К., Линдсей Г. Теории личности. — М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000.
20. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основы психологічного консультування.— К.: МАУП, 2004.
21. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. — К., 2005.
22. Шостром Э. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии / Пер. с англ. В. Абабкова, В. Гаврилова. —СПб. — М., 2002.

Додаткова

23. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика: Учеб. пособие для студ. ст. курсов психол. фак. и отд-ний ун-тов М.: Класс, 2001.
24. Мак М. Р. Практикум по когнитивной терапии / Пер. с англ. Т. Саушкиной. — СПб.: Речь, 2001.
25. Мак-Вильямс Н. Психодинамическая диагностика: Понимание: Психодинамическая диагностика: Понимание структуры личности в клин. процессе: Учеб. пособие / Пер. с англ. под ред. М. В. Глущенко, М. В. Ромашкевича. — М.: Класс, 1998.
26. Моргун В. Ф. Делинквентный подросток. — Полтава, 1995.
27. Роджерс К. О групповой психотерапии. — М., 1993.
28. Фанч Ф. Преобразующие диалоги: Учеб. по практ. техникам содействия личностным изм. / Пер. с англ. Д. Ивахненко. — К.: Ника-Центр; Вист-С, 1997.
28. Флоренская Т. А. Диалог в практической психологии / Акад.наук СССР: Ин-т психологии. — М., 1991.
29. Фрейд З. Я и Оно: Пер. с нем. — Тбилиси: Мерани, 1991.
30. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. — СПб.: ПитерКом., 1998.
31. Ялом И. Д. Экзистенциальная психология / Пер. с англ. Т.С. Драбкиной.— М.: Класс, 1999.

Інформаційні ресурси

1. http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/_Index.php
2. <http://pidruchniki.ws/psihologiya/Page-5>
3. http://uk.wikipedia.org/wiki/Українські_онлайн-бібліотеки
4. <http://psyjournals.ru/topic/social/index.shtml>

15 ДОДАТКИ

Додаток А

Контрольні завдання для самоперевірки

Тестові завдання до змістовного модуля І

Інструкція. Із запропонованих до кожного запитання чи твердження відповідей необхідно обрати одну, найточнішу, зробивши помітку біля відповідного пункту.

1. Назвіть, який із типів розладу включає в себе одночасно фобію, розлад прийому їжі, obsесивно-компульсивний розлад та посттравматичний стресовий розлад:

- а) розлад прийому їжі;
- б) фобії;
- в) obsесивно-компульсивний розлад;
- г) посттравматичний стресовий розлад.

2. Вкажіть, що спільного між людьми, які страждають на анорексію та булімію:

- а) у тих і інших — obsесивно-компульсивний розлад;
- б) у тих і інших — розлад прийому їжі;
- в) у тих і інших — посттравматичний стресовий розлад;
- г) і ті і інші нічим не хворіють.

3. Назвіть, хто з перелічених осіб страждає на посттравматичний стресовий розлад:

- а) жертва насильства;
- б) жінка, яка пережила землетрус;
- в) ветеран війни у В'єтнамі;
- г) усі перелічені особи.

4. Фобія — це:

- а) страх, що має реальну причину;
- б) страх чого-небудь;
- в) страх без причини;
- г) харчовий розлад.

5. Пані Н. страждає агорафобією. Поясніть, що це означає:

- а) вона боїться застрягнути у димовій трубі;
- б) вона боїться води;
- в) вона не зазнає відчуття тривоги взагалі;
- г) вона боїться вийти зі свого будинку.

6. Найсильнішим розладом є така фобія:

- а) акрофонія;
- б) агорафобія;
- в) клаустрофобія;
- г) зоофобія.

7. Причиною почуття провини є:

- а) депресія;
- б) витіснена депресія;
- в) порушення моральних принципів;
- г) помста за критику.

8. Прочитайте наступні твердження та вкажіть, які з них висловлені людьми з внутрішнім локусом контролю (інтерналами), а які — людьми із зовнішнім локусом контролю (екстерналами).

- а) мені пощастило, що я встиг приїхати у цей район вчасно _____;
- б) якби у мене був гарний викладач, я склав би залік з цього предмета _____;
- в) перемогти у тенісному турнірі мені допомогли довгі роки тренування _____;
- г) як нерозумно було з мого боку намаститися сонцезахисним кремом; тепер у мене сонячні опіки _____.

9. Назвіть, які різновиди сильних емоцій можуть викликати стрес:

- а) тільки гнів;
- б) гнів та страх;
- в) страх і радість;
- г) гнів, страх і радість.

10. Деякі психологи стверджують, що побутові негаразди є сильнішими факторами стресу, ніж важливі події. Згідно з науковими уявленнями, що може підвищити ваше опертя стресам:

- а) події, що спричиняють душевний підйом;
- б) великі неприємності;
- в) хвороба;
- г) інші негаразди.

11. Наведіть один приклад позитивного та два негативного впливу сліз, викликаних певними емоціями, на організм людини:

- а) позитивний вплив _____;
- б) негативний вплив _____.

12. Існує п'ять основних психотипів людини:

- істероїд;
- шизоїд;
- епілептоїд;
- зіпертим;
- астенік.

13. Двоє чоловіків щойно переглянули кінострічку про жінку, яка страждала дивною недугою. З одного боку, вона володіла добрим гарним характером, з іншого — була сумною. Ототожнюючись з кожною із цих своїх сторін, жінка називала себе двома різними іменами. Один із чоловіків, що переглянув цей фільм, стверджував, що у цієї жінки шизофренія. Чи має він рацію?

14. Визначте, що “розщеплюється” при шизофренії:

- а) особистість;
- б) мозок;

- в) свідомість та реальність;
- г) пам'ять та рухові здібності.

15. Визначте, хто з указаних осіб ймовірніше стане крадієм:

- а) людина, яка переживає почуття провини;
- б) алкоголік;
- в) людина у стані депресії;
- г) наркоман.

2.

16. Першою стадією гетеросексуальних стосунків є:

- а) емоційна близькість;
- б) потяг;
- в) сексуальна близькість;
- г) будь-яка із зазначених.

17. Визначте, як довго зазвичай триває прив'язаність:

- а) не довше місяця;
- б) не довше року;
- в) не довше трьох;
- г) усе життя.

18. Поясніть своїми словами різницю між потягом та прив'язаністю.

19. Із наведених симптомів відмітьте ті, які можуть вказувати на можливість депресії:

- _____ низька самооцінка;
- _____ катастрофізація;
- _____ нестача життєвої енергії;
- _____ роздратованість;
- _____ думки про смерть;
- _____ гіперкомунікативність;
- _____ цілеспрямованість;
- _____ плаксивість;
- _____ безсоння;
- _____ відчуття безнадії.

20. Назвіть, у яку пору року люди, які страждають на сезонні афективні розлади, найчастіше переживають стан депресії:

- а) зима;
- б) весна;
- в) літо;
- г) осінь.

21. Уявімо, що ви щойно похвалили светр, який зв'язала жінка, що перебуває у стані депресії. Визначте, як вона, швидше за все, відреагує:

- а) буде у захваті від вашого компліменту;
- б) пояснить вам усі труднощі та тонкощі в'язки;
- в) скаже, що цей узор настільки є простим, що його зміг би виконати кожний бажаючий;
- г) відчує вашу підтримку та розповість про інші свої досягнення.

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

- а) коли про це говорить людина похилого віку;
- б) коли людині від 15 до 24 років;
- в) коли існує конкретний план самогубства;
- г) завжди.

23. Назвіть, хто з указаних осіб ймовірно здійснить самогубство:

- а) людина, яка страждає роздвоєнням особистості;
- б) людина, яка страждає біполярним розладом;
- в) людина, яка страждає амнезією;
- г) алкоголік.

24. Чотири дні потому дружину Олександра госпіталізували із серцевим нападом. Щойно Олександрові повідомили, що вона померла. Визначте, які почуття ймовірно він переживає зараз:

- а) гнів та обурення;
- б) шок;
- в) депресію та почуття провини;
- г) бажання забути про це.

25. Більшу частину дня Оксана пригадує покійного чоловіка. Виберіть, на якій стадії переживання втрати вона перебуває:

- а) стадії протесту;
- б) стадії шоку;
- в) стадії депресії;
- г) стадії відновлення.

26. Назвіть дві переваги та два недоліки життя поза шлюбом:

- а) переваги _____;
- б) недоліки _____.

27. Назвіть, які з наведених категорій самотніх людей вступають у шлюб:

- а) розведені;
- б) овдовілі;
- в) члени релігійних організацій;
- г) люди, яким подобається жити на самоті.

28. Проаналізуйте, за яких обставин розлучення викликає у людини найсильніші переживання:

- а) коли один із подружжя кидає іншого;
- б) коли оформлюється розлучення за обопільною згодою;
- в) коли влаштовується розірвання шлюбу;
- г) коли друзі та родичі намагаються підтримати подружжя, яке розлучається.

29. Визначте, хто з перелічених категорій людей переживає найбільшу депресію:

- а) вдова;
- б) розведений чоловік;
- в) неодружена жінка;
- г) чоловік-гомосексуаліст.

Тестові завдання до змістовного модуля II

Інструкція. *Із запропонованих до кожного запитання чи твердження відповідей необхідно обрати одну, найточнішу, зробивши помітку біля відповідного пункту.*

1. У екзистенційному консультуванні виділяють наступні підходи роботи з клієнтом (допишіть недостаючи):

- а) зосередження на розвитку самосвідомості;
- б) культивування свободи відповідальності;
- в) допомога у відчутті або створенні значення;
- г)
- д)

2. Ким В. Франкл вважає людину?

.....

3. Людські вчинки Франкл поділяє на (виключіть зайве):

- а) що сприяють творенню духовної особистості;
- б) руйнуючі духовність;
- в) байдужі по відношенню до духовності;
- г) фруструючі духовність.

4. Значення життя за Франклом може бути знайдено людиною в одній з наступних сфер (виключіть зайве):

- а) емоційних хвилюваннях;
- б) творчості;
- в) праці;
- г) свідомому прийнятті тих обставин, які людина не в змозі змінити.

5. Сміслові універсалії, що є результатом узагальнення типових ситуацій в житті суспільства мають назву:

- а) здібності;
- б) потреби;
- в) цінності;
- г) мотиви.

6. Якщо людина засвоює відчуття, погляди, переконання, оцінки, норми, зразки поведінки інших людей, які вступаючи в суперечність з власним досвідом називається:

- а) інтроекція;
- б) дереклексія;
- в) проекція;
- г) ретрофлексія.

7. Якщо особистістю перш за все рухає прагнення до зменшення напруги і збереження стану внутрішньої рівноваги з середовищем, то це ознака:

- а) детермінізму;

- б) холізму;
- в) гетеростазу;
- г) гомеостазу.

8. Якщо феномен особистості є повністю дослідженим наукою, тобто шляхом систематичного спостереження, наукового експерименту і узагальнень емпіричного матеріалу, і особистість можна повністю пізнати, то це ознака:

- а) раціональності;
- б) реактивності;
- в) пізнаваності;
- г) свободи.

9. Якщо особистість є цілісною суттю, зрозуміти яку можна тільки шляхом вивчення індивіда як єдиного цілого, то це ознака:

- а) холізму;
- б) детермінізму;
- в) раціональності;
- г) конституціоналізму.

10. Якщо на формування стилю поведінки, переважаючи форми і способи особистісної самоактуалізації впливають перш за все зовнішні чинники предметного і соціального оточення, то це ознака:

- а) суб'єктивності;
- б) холізму;
- в) детермінізму;
- г) об'єктивності.

11. Якщо дії, вчинки, диспозиції, світоглядні установки людини зумовлені внутрішньо особистісними чинниками, то це ознака:

- а) раціональності;
- б) проактивності;
- в) реактивності;
- г) гетеростазу.

12. Що є центральною проблемою в концепції В. Франкла?

.....

13. Вихід за межі особистості В. Франкл позначає як:

- а) самозвільнення;
- б) самотрансценденція;
- в) самоактуалізація;
- г) самозбереження.

14. Які основні методи терапії пропонує В. Франкл?

.....

15. Які основні прийоми використовують у логотерапії?

.....

16. Що є головною перешкодою гармонійного життя людини?

.....

17. Структура особистості за Е. Берном складається з наступних етапів (виключіть зайві):

- а) Дитина;

- б) Батько;
- в) Мати;
- г) Дорослий.

18. В яких видах зустрічається « Егостан Батько »:

- а).....
- б).....

19. В яких видах виявляється « Егостан Дитина »:

- а).....
- б).....

20. Якого ступеня ця гра за Е. Берном: прийняті в суспільстві, не ховаються і не призводять до важких наслідків.

21. Якого ступеня ця гра за Е. Берном: приховуються, не приймаються суспільством і призводять до шкоди (але цю шкоду не можна назвати непоправною).

22. В структурі особистості З. Фрейд виділяє (виключіть зайве):

- а) Ід;
- б) Тінь;
- в) Его;
- г) Супер Его.

23. Трансфер – це...

- а) перенос;
- б) захист;
- в) втілення;
- г) інтерпретація.

24. Із конфлікту між підструктурами особистості виникає:

- а) комплекс;
- б) страх;
- в) раціоналізація;
- г) інтродекція.

25. Яке з нижче перерахованих понять не належить до захисних механізмів:

- а) регресія;
- б) інтродекція;
- в) інтелектуалізація;
- г) ескалація.

26. Психічні новоутворення, що послідовно розгортаються у процесі становлення індивіда називаються:

- а) статеві властивості;
- б) вікові властивості;
- в) індивідуально-типові властивості;
- г) нейродинамічні властивості.

27. Конституціональні особливості (статура і біохімічна унікальність індивіда), нейродинамічні властивості мозку (тип ВНД), особливості функціональної геометрії великих півкуль мають назву:

- а)
- б)

в)

г)

28. Людський індивід як об'єкт і суб'єкт суспільних відносин, трансформуючий культурно-історичний досвід людства в структурі індивідуальної свідомості, і реалізуючий себе в процесах свідомої діяльності, самопізнання і продуктивної самореалізації називається:

а) індивід;

б) особистість;

в) індивідуальність;

г) діяч.

29. К. Роджерс висунув наступні умови для підтримання атмосфери, що сприяє процесу психологічного консультування (допишіть недостаючи):

а).....

б).....

в) безумовне позитивне відношення до виражених клієнтом відчуттів;

г) утримання від підказки рішень проблем клієнта та від інтерпретації.

30. До основних компонентів психотехніки консультування за Роджерсом належать:

а).....

б).....

в).....

31. Всі взаємодії з іншими людьми з позиції тієї або іншої ролі за Е. Берном називаються:

а) конфліктогени;

б) властивості;

в) трансакції;

г) закономірності.

32. За Е. Берном існують наступні види трансакцій (допишіть недостаючу):

а) прямі;

б)

в) перехресні;

г) додаткові.

33. Процес психологічного консультування за Е. Берном включає наступні етапи (допишіть недостаючий):

а) аналіз структури особистості;

б) аналіз трансакцій;

в) аналіз психологічних ігор

г).....

34. Ф. Перлз виділяв наступні зони усвідомлення (виключіть зайву):

а) внутрішня;

б) первинна;

в) зовнішня;

г) середня.

35. У випадку виникнення неврозу особистість зосереджується на одній зоні, за рахунок виключення з свідомості двох інших (вкажіть яких):

- а) внутрішня;
- б) середня;
- в) зовнішня.

36. У гештальттерапії розрізняють п'ять механізмів порушення процесу саморегуляції (допишіть недостаючий):

- а) інтроекцію;
- б) проекцію;
- в) ретрофлексію;
- г) дефлексію;
- д).....

37. Якщо людина є свідомою, що активно визначає свої думки і вчинки; «суб'єктом», що самостійно здійснює вибір способів взаємодії з навколишнім світом, шляхів особистісної самоактуалізації – то це ознака:

- а) детермінізму;
- б) раціональності;
- в) свободи;
- г) холізму.

38. Якщо людиною управляють переважно несвідомі відчуття, афекти, нереалізовані потреби, «емоційні комплекси», «архетипи» – то це ознака:

- а) елементаризму;
- б) ірраціональності;
- в) холізму;
- г) інтеракціонізму.

39. Психоаналіз включає наступні процедури (виключіть зайву):

- а) конфронтацію;
- б) прояснення;
- в) рефлексію;
- г) проробку.

40. Класичний психоаналіз включає в себе наступні техніки (допишіть недостаючу):

- а) метод вільних асоціацій;
- б) інтерпретація сновидінь;
- в) аналіз опору;
- г).....

41. Центральним поняттям в терапії У. Глассера є:

- а) аналіз переносу;
- б) трансакція;
- в) відчуття реальності;
- г) поле досвіду.

42. У. Глассер виділяє наступні етапи роботи з клієнтом (допишіть недостаючі):

- а) встановлення відносин;
- б) забути про минуле і орієнтуватися на теперішнє;
- в) заохочувати клієнта до оцінювання своєї поведінки;
- г) допомогти клієнту в пошуку альтернативних способів дій;

д).....
ж).....

з) відмовляючись від застосування покарань не відмовлятися від роботи з клієнтом.

43. До основних понять клієнт-центрованого консультування належать (допишіть недостаючі):

- а) Я-реальне;
- б) Я-ідеальне;
- в) поле досвіду;
- г)
- д).....

44. Конгруентність відображає наступні ознаки поведінки психолога (допишіть недостаючі):

- а) відповідність між відчуттям і змістом висловів;
- б) не відгородженість;
- в) щирість і перебування таким, який психолог є;
- г).....
- д).....