

**Національний педагогічний університет  
імені М.П.Драгоманова  
Інститут педагогіки і психології  
Кафедра практичної психології**

## **Психологічне консультування**

**Навчально-методичне забезпечення курсу**

Автори:  
***Митник О.Я.***,  
доктор педагогічних наук, професор;  
***Томаржевська І.В.***,  
кандидат психологічних наук, доцент

Київ  
2015 р.

## Рецензенти:

У посібнику представлено форми й методи роботи викладача на лекційних та практичних (практичних) заняттях курсу; представлено короткий зміст лекційного матеріалу, навчальне забезпечення практичних (практичних) занять у вигляді професійних проблемно-пошукових завдань, завдань для самостійної роботи та самоконтролю знань; тестові завдання для перевірки якості знань студентів.

## **ВСТУП**

Сучасна освітня політика держави визначає найважливішим завданням вищої школи підготовку компетентного, конкурентоздатного фахівця. Матеріал даного посібника спрямовано на підготовку конкурентоздатного практичного психолога в галузі психологічного консультування.

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

**Мета курсу «Психологічне 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 «Психологічне консультування»:**

1. Знайомство з основними теоретичними уявленнями про психологічне консультування і оволодіння понятійним і термінологічним апаратом дисципліни.
2. Формування уявлень про клієнта консультації, підґрунттям 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).

Для реалізації мети і завдань даний курс розбито на два модуля: **«Психологічне консультування як окрема галузь психологічної допомоги. Консультативний процес»** та **«Психологічне консультування в сфері освіти. Спеціальні проблеми психологічного консультування»**

Матеріал першого модуля спрямовано на оволодіння студентами основними поняттями дисципліни, професійними вимогами до психолога-консультанта; методами, прийомами та техніками психологічного консультування; опанування навичками ведення консультативної бесіди.

Матеріал другого модуля – на оволодіння навичками консультування окремих категорій, а саме: консультування у сфері освіти (специфіка консультативної діяльності з педагогічним персоналом, учнями та їх батьками); ознайомлення зі специфікою консультування дітей різних вікових груп та сімейного консультування.

Особливу увагу приділено психологічному консультуванню вчителя щодо побудови розвивального освітнього простору у загальноосвітньому навчальному закладі: презентовано характеристику такого простору та психолого-педагогічні умови побудови.

Кожен модуль містить лекції, лабораторні та практичні заняття.

Радимо викладачам будувати усі лекції проблемного характеру. Перед викладом навчального матеріалу ми пропонуємо для викладача проблемні питання та форму організації лекції. Серед лекцій проблемного характеру пропонуємо застосовувати такі лекції: прес-конференцію, удвох, дискусії, з розбором конкретних ситуацій, консультації. Розкриємо їх зміст.

З метою проведення *лекції прес-конференції* студентам заздалегідь пропонують тему лекції, питання, літературу, розподіляють на групи, і вони шляхом жеребкування вибирають питання для самостійного вивчення й подальшого обговорення за запропонованими та іншими літературними джерелами. Кожна група обирає доповідача та співдоповідача. Після виступу кожної групи планується проблемно-пошуковий діалог за темою лекції. Викладач бере на себе роль ведучого прес-конференції, проводить вступну та заключну частини лекції. Він доповнює, спрямовує, систематизує та узагальнює відповіді студентів.

В процесі *лекції удвох* нову інформацію з певної проблеми розкриває викладач, (назвемо його наставником) у співробітництві із студентом – майбутнім вчителем. У кінці лекції планується проблемно-пошуковий діалог між двома викладачами. Викладач-наставник, як правило, показуватиме "нерозуміння" матеріалу,

викладеного викладачем-студентом, робитиме помилки. Викладач-студент має виправити помилку, розкрити шляхи її усунення та запобігання. Так само викладач-студент може задати питання по змісту матеріалу викладачу-наставнику. Студенти задають питання як викладачеві-наставнику, так і викладачеві-студентові. По завершенню лекції обидва викладача підводять підсумки.

Плануючи *лекцію-дискусію*, викладач прогнозує проблемні питання після викладу логічно завершеної порції матеріалу. Такі питання мають допомогти викладачеві активізувати пізнавальну діяльність аудиторії, організувати вільний обмін думками між студентами. Це, в свою чергу, дозволить викладачеві керувати колективною думкою, використовуючи її з метою переконання, долаючи негативні установки і помилкові думки деяких студентів. *Лекція з розбором конкретних ситуацій* є різновидом лекції-дискусії. У даному разі викладач наводить конкретну ситуацію, і ставить до неї певне проблемне питання. Ця ситуація представляється усно або у фрагменті відеозапису. Вона повинна містити у собі достатню інформацію для оцінки явища та його обговорення. Розгортається дискусія. Викладач разом із студентами її розв'язує. У процесі *лекції-консультації* лектор викладає основні моменти, а потім студенти задають питання.

На практичних (лабораторних) заняттях мають домінувати у часі дискусійні форми роботи, які стимулюють самостійність, ініціативність, активність, рефлексивність студентів при обговоренні проблем. Одним з напрямків організації дискусії є групова діяльність студентів. Технологічний процес групової діяльності складається з таких елементів.

1. Підготовка до виконання групового завдання:

- а) постановка пізнавальної задачі (проблемної ситуації);
- б) інструктаж про зміст і послідовність роботи;
- в) рекомендації щодо дидактичного матеріалу по групах.

2. Групова робота:

- а) знайомство з матеріалом, планування роботи в групі;

- б) розподіл мікрозавдань між членами групи;
- в) індивідуальне виконання завдань;
- г) обговорення індивідуальних результатів роботи в групі;
- г) обговорення загального завдання групи (зауваження, доповнення, уточнення, узагальнення);
- д) підведення підсумків групового завдання.

### 3. Заключна частина:

- а) повідомлення про результати роботи в групах;
- б) аналіз пізнавальної задачі, рефлексія;
- в) загальний висновок про групову роботу.

У процесі групової роботи викладач має виконувати різноманітні функції: контролювати хід роботи у групах, консультиувати, відповідати на запитання, координувати діяльність, при необхідності допомагати окремим студентам або групі в цілому.

Під час практичних та лабораторних занять з даної дисципліни окрім вище названих форм роботи радимо застосовувати ще й рольові тренінги. У межах рольового тренінгу радимо викладачам застосовувати **метод супервізії**. Застосування методу супервізії допоможе викладачеві розвинути в студентів професійні уміння щодо здійснення психологічного консультивання, планування своїх дій та прогнозування результатів консултативного втручання. Викладач бере на себе роль «супервізора», студенти (об'єкти супервізії) беруть на себе роль практичного психолога, який здійснює професійне консультивання та «клієнта», інші студенти беруть на себе роль «експерта». В результаті викладач («супервізор») та студенти («експерти») обговорюють сильні та слабкі сторони проведеного консультивання, виправляють певні помилки, пропонують інші (раціональні, оригінальні) шляхи вирішення проблеми.

На практичних заняттях доцільно також застосовувати метод **мікрвикладання** та метод **аналіз конкретної ситуації**. Метод мікрвикладання використовується, як правило, під час розв'язування таких професійних задач, де вже подано варіант

розв'язання. Студенти аналізують та дають оцінку поданому варіанту розв'язання, пропонують власні варіанти розв'язання. Така робота сприяє розвитку дивергентного мислення майбутнього психолога, дослідницьких умінь. В процесі аналізу конкретної ситуації студенти опановуватимуть теоретичні знання шляхом самостійного розв'язання професійних задач.

Пропонуємо також застосовувати ще такі методи навчання і контролю: наочні (ілюстративна та графічна: моделі); інтерактивні („мозкова атака”, „інверсія”, „інцидент”, „дидактична гра”, «емпатія»); усний контроль, письмовий контроль (тестові роботи).

Подаємо основний зміст дисципліни та основні результати навчання.

### Зміст дисципліни

№ з/п	3.1. Назва модулів, тем та їх зміст	К-сть годин	
		Всього	в т.ч. лекцій
1.	<b>Змістовий модуль І. Психологічне консультування як окрема галузь психологічної допомоги.</b> <b>Консультативний процес</b>	42	14
1.1	Тема 1. <b>Психологічне консультування як основний вид діяльності практичного психолога.</b> Визначення психологічного консультування. Цілі психологічного консультування, мета і завдання. Відмінність ПК від інших видів психологічної допомоги. Принципи ПК. Види ПК.	6	2
1.2	Тема 2. <b>Процес консультування. Місце та роль консультанта в ПК.</b> Загальна модель структури процесу консультування. Стадії консультативного процесу. Загальні правила й установки ефективного та структурованого	6	2

	<p>процесу консультування. Роль і місце консультанта у ПК.</p> <p>Основне завдання консультанта. Найважливіші рольові функції. Модель особистості ефективного консультанта.</p> <p>Особистісна та соціальна зрілість консультанта.</p>		
1.3	<p>Тема 3. <b>Консультативний контакт.</b> 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.</p>	6	2
1.4	<p>Тема 4. <b>Первинний прийом психолога-консультанта.</b></p> <p>Попереднє знайомство. Збирання відомостей і встановлення контакту.</p> <p>Поняття скарги, явний та прихований зміст скарги. Самодіагноз.</p> <p>Проблема - як сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація.</p> <p>Запит як важливий елемент скарги. Різниця між скаргою та психологічним запитом. Поширені психологічні запити. Тема.</p>	6	2
1.5	<p>Тема 5. <b>Психотерапевтичні навички ведення консультативного інтерв'ю.</b></p> <p>Рефлексивне та нерефлексивне слухання. Типи</p>	5	2



1.6	<p>реакцій під час слухання.</p> <p>Заохочення мовлення: перифраз, переповідання, підсумовування або резюмування. Схема переповідання. Поняття лаконічності та влучності як показники майстерності консультанта.</p> <p>Мікронавички розпізнавання емоційних переживань. Варіанти звернення до почуттів партнера по спілкуванню. Проблема сприйняття емоцій партнера.</p> <p>Техніки відображення почуттів. Технологічний алгоритм етапу прояснення в консультуванні. Поняття змішаних, складних та заплутаних почуттів. Схема роботи з емоціями в процесі консультування. Колесо емоційного усвідомлення Стюарта Фокусування переживань.</p> <p>Емпатійна відповідь як навичка рефлексивного слухання. Рівні емпатії: базовий (симетричний та від'ємний).</p> <p><b>Тема 6. Техніки прояснення інформації.</b> Мікронавички з'ясування та уточнення інформації. Постановка запитань як основний інструмент консультанта при формуванні поля взаємодії з клієнтом. Категорії та форми запитань. Використання відкритих та закритих запитань. Техніки коротких та прихованих запитань. Мікронавички розпізнавання емоційних переживань. Варіанти звернення до почуттів партнера по спілкуванню. Проблема сприйняття емоцій партнера.</p> <p>Техніки відображення почуттів. Технологічний алгоритм етапу прояснення в консультуванні. Поняття змішаних, складних та заплутаних почуттів. Схема роботи з</p>	5	2
-----	---	---	---

	<p>емоціями в процесі консультування. Колесо емоційного усвідомлення Стюарта Фокусування переживань.</p> <p>Емпатійна відповідь як навичка рефлексивного слухання. Рівні емпатії: базовий (симетричний та від'ємний).</p>		
1.7	<p><b>Тема 7. Засоби впливу на клієнта. Терапевтичний аспект консультування. Фокусування інформації. Типи фокусу (за Айві).</b></p> <p>Неконгруентність та робота з нею. Основні класи суперечностей, що зустрічаються в консультативній бесіді.</p> <p>Зворотний зв'язок. Форми передачі зворотної інформації: повідомлення про сприйняття партнера, повідомлення про сприйняття самого себе, зауваження про хід бесіди. Я-висловлювання.</p> <p>Інтерпретація як психологічне пояснення проаналізованого матеріалу, нова точка зору на почуте.</p> <p>Конфронтація. Специфіка техніки конфронтації в консультуванні.</p>	8	2
2.	<p><b>Змістовий модуль II. Психологічне консультування в сфері освіти. Спеціальні проблеми психологічного консультування</b></p>	42	12
2.1	<p><b>Тема 1. (8). Психологічне консультування в сфері освіти.</b></p> <p>Основні проблеми (запити), з якими звертаються до психолога-консультанта в закладах освіти.</p> <p>Консультування батьків та педагогів щодо взаємодії з дітьми різного віку. Ефективні способи практичного розв'язання проблем:</p>	6	2

	<p>Консультування з розвитку здібностей школярів. Особливості консультування щодо розвитку інтелектуальних здібностей. Особливості консультування щодо розвитку мнемонічних здібностей. Особливості консультування з проблеми розвитку комунікативних здібностей. Особливості консультування щодо поліпшення організаторських здібностей клієнта.</p> <p>Загальні принципи роботи з батьками в процесі консультування.</p> <p>Бесіда. Цілі та правила бесіди з батьками.</p> <p>Індивідуальна та групова форми роботи психолога з батьками. Батьківські групи. Тренінг для батьків. Основна роль консультанта.</p> <p>Психологічні умови формування батьківської компетентності.</p>		
2.2	<p><b>Тема 2.(9). Психологічне консультування вчителя щодо побудови розвивального освітнього простору у ЗНЗ</b></p> <p>Основні характеристики розвивального освітнього простору у ЗНЗ: система цільових орієнтирів та принципів навчання; місія вчителя та учнів у навчально-виховному процесі.</p> <p>Психолого-педагогічні умови побудови розвивального освітнього простору у ЗНЗ.</p> <p>Психологічний аналіз уроку щодо наявності розвивального освітнього простору.</p>	4	2
2.3	<p><b>Тема 3.(10). Психологічне консультування підлітків та їх батьків.</b> Основні типи проблем, що вимагають проведення</p>	6	2

	<p>психологічного консультування. Специфіка підліткового віку: динаміка розвитку самоусвідомлення, орієнтація на активне відстоювання власних прав, зміна ставлення до заборон (прагнення їх порушувати), орієнтація на майбутнє, специфіка статевої ідентифікації.</p> <p>Групова профілактика порушень психологічного здоров'я підлітків.</p> <p>Індивідуальне консультування підлітків. Специфіка етапів консультування.</p> <p>Специфіка консультування батьків підлітків.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:</i></p>		
2.4	<p><b>Тема 4.(11). Психологічні труднощі дітей дошкільного та молодшого шкільного віку.</b> Загальна характеристика дошкільного віку. Типові проблеми звернення до психолога.</p> <p>Проблема готовності дитини до навчання у школі.</p> <p>Проблеми молодшого шкільного віку. Основні психологічні труднощі дітей, пов'язані з вступом до школи. Поняття шкільної дезадаптації.</p> <p>Класифікація випадків звернення батьків дітей молодшого шкільного віку до психологічної консультації.</p> <p>Проблема взаємовідносин з педагогом.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела:</i></p>	4	2
2.5	<p><b>Тема 5(12). Психолого-педагогічне консультування батьків та педагогів в окремих випадках. Симптоматичні рекомендації у практиці психолого-педагогічного консультування.</b></p> <p>Поняття симптоматичних рекомендацій. Окремі</p>	4	2

2.6	<p>випадки для надання симптоматичних рекомендацій: локальні проблеми у розумовому розвитку; локальні проблеми в розвитку уваги; порушення планування й організації діяльності; уповільнений темп діяльності; психофізичний інфантилізм; локальні емоційні й особистісні проблеми: підвищений рівень тривожності, страхи, знижений настрій (субдепресія, астения), підвищена демонстративність, відсутність пізнавальних інтересів.</p> <p><b>Тема 6(13). Основні питання сімейного консультування.</b></p> <p>Огляд основних методів діагностики проблем сім'ї.</p> <p>Методи та прийоми, що використовуються в сімейному консультуванні.</p> <p>Способи організації процесу сімейного консультування: індивідуальна робота з одним членом подружньої пари, робота з подружньою парою. Основні вимоги до роботи з подружньою парою.</p> <p>Консультування з приводу проблем у взаємовідносинах з дітьми.</p>	4	2
-----	---	---	---

### Основні результати навчання та компетентності, які вони формують:

№ з/п	Результати навчання	Компетентності
1.	<p><i>Знати:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• методологічні і теоретичні засади психологічної практики;</li> </ul>	дослідницька, когнітивна

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• основні принципи консультування;</li> <li>• перспективні цілі і завдання консультування;</li> <li>• динаміку і структуру консультативного процесу: етапи і стадії.</li> </ul> <p><i>Вміти:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• творчо і самостійно підходити до розв'язання проблемних ситуацій, які виикають у процесі взаємодії з клієнтами;</li> <li>• висувати гіпотези про характер проблем клієнта;</li> <li>• аналізувати приклади прояву терапевтичних ефектів в консультуванні.</li> </ul>	
2.	<p><i>Знати:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основні ефекти і феномени консультування</li> <li>• терапевтичні аспекти консультування;</li> <li>• основні запити психологічного консультування у сфері освіти;</li> <li>• теоретичні аспекти психолого-педагогічного консультування;</li> <li>• базові принципи роботи психолога з основними категоріями клієнтів.</li> </ul> <p><i>Вміти:</i></p> <p>проводити і аналізувати консультативну</p>	операційна, комунікативна, просвітницька



Презентуємо зміст практичних та лабораторних занять. Сподіваємося, що запропоновані завдання допоможуть викладачеві розвинути в студентів професійні уміння та якості, важливі для забезпечення успіху у психологічному консультуванні.

## **ПРАКТИЧНІ (ЛАБОРАТОРНІ) ЗАНЯТТЯ**

### **Тема 1. Психологічне консультування як окремий вид психологічної допомоги. Сфера застосування психологічної консультативної допомоги**

**Мета:** 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. Відмінність психологічного консультування від інших видів психологічної допомоги.
4. Мета і завдання психологічного консультування.
5. Принципи та види психологічного консультування.

#### **Базові знання з теми**

Психологічне консультування – це форма надання практичної психологічної допомоги на основі попереднього вивчення проблем, що турбують клієнтів, а також вивчення особистості клієнтів та їх взаємовідносин з оточуючими людьми.

Специфіка психологічного консультування як окремого виду психологічної допомоги визначається особливостями проблематики, немедичною парадигмою в розумінні клієнта, змістом і методами діяльності.

Індивідуальне консультування це вид спеціально організованого спілкування, у процесі якого психолог-консультант допомагає клієнтові дослідити і прояснити свою життєву ситуацію, актуалізувати додаткові сили і здібності, щоб знайти вихід із складних для нього обставин.



У процесі консультування психолог, як правило, вирішує такі завдання: 1) допомагає клієнтові зорієнтуватися у власних проблемах, знайти напрямок, у якому варто шукати вихід зі скрутної ситуації; 2) актуалізує психічні сили й здатності клієнта, що сприяють знаходженню нових можливостей рішення проблем. Відповідно консультативна бесіда має два аспекти: діагностичний і психотерапевтичний.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Які визначення психологічного консультування вам відомі?
2. Розкрийте специфіку психологічного консультування як окремого виду психологічної допомоги.
3. Розкрийте мету та завдання психологічного консультування
4. Назвіть принципи та види психологічного консультування.
5. Контроль виконання домашнього завдання: «Порівняльна характеристика психологічного консультування, психотерапії та психокорекції».

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:
  - 1). Створити 10 фраз, які можуть висловлювати компетентні та не компетентні психологи-практики.
  - 2). Намалювати й описати образ клієнта, якого б студенти боялись чи не хотіли бачити на консультації.
 (В кінці семестру проаналізувати, що сталося зі страхами до цього клієнта)

*Дослідження й обговорення на лабораторному занятті.*

Аналіз теми «Я та мої (чужі) поради».

- Як часто Ви даєте (отримуєте) поради.
- Кому Ви можете надати поради, а кому ні.
- До чийх порад Ви прислухаєтесь.
- Яких порад Ви би ніколи не давали...

Обговорення та аналіз.

*Використана та рекомендована література [4; 22]*

## **Тема 2. .Процес консультування. Місце та роль консультанта в ПК**

*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. Роль і місце консультанта у ПК. Основне завдання консультанта.
5. Модель особистості ефективного консультанта.

### **Базові знання з теми**

Жодна з теоретичних орієнтацій або шкіл психологічного консультування не відбиває всі можливі ситуації взаємодії консультанта й клієнта. Тому розглянемо загальну модель структури консультативного процесу, названу еkleктичною. Ця системна модель, що охоплює шість тісно зв'язаних між собою стадій, відображає універсальні риси психологічного консультування або психотерапії будь-якої орієнтації:

1. **Дослідження проблем.** На цій стадії консультант встановлює контакт (rapport) із клієнтом і досягає обопільної довіри: необхідно уважно вислухати клієнта, що говорить про свої труднощі, і виявити максимальну щирість, емпатію, турботу, не прибігаючи до оцінок і маніпулювання.
2. **Двовимірне визначення проблем.** На цій стадії консультант прагне точно охарактеризувати проблеми клієнта, встановлюючи як емоційні,

- так і когнітивні їхні аспекти. Уточнення проблем ведеться доти, поки клієнт і консультант не досягнуть однакового розуміння; проблеми визначаються конкретними поняттями.
3. **Ідентифікація альтернатив.** На цій стадії з'ясовуються й відкрито обговорюються можливі альтернативи рішення проблем.
  4. **Планування.** На цій стадії здійснюється критична оцінка обраних альтернатив рішення. Консультант допомагає клієнтові розібратися, які альтернативи підходять і є реалістичними з погляду попереднього досвіду й справжньої готовності змінитися.
  5. **Діяльність.** На цій стадії відбувається послідовна реалізація плану рішення проблем.
  6. **Оцінка й зворотний зв'язок.** На цій стадії клієнт разом з консультантом оцінює рівень досягнення мети (ступінь вирішення проблеми) і узагальнює досягнуті результати.

*Основне завдання консультанта* полягає в тому, щоб допомогти клієнтові у виявленні своїх внутрішніх резервів і в усуненні факторів, що заважають їхньому використанню. Консультант також повинен допомогти клієнтові зрозуміти, яким він хоче стати. Керуючись таким розумінням процесу консультування, С. Wrenn (1965) сформулював *найважливіші рольові функції консультанта*:

- побудова відносин із клієнтом на взаємній довірі;
- виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів;
- безпосереднє "входження" у життєві обставини клієнтів і їхні відносини зі значимими для них людьми;
- створення навколо клієнтів здорового психологічного клімату;
- постійне вдосконалювання процесу консультування.

Шнайдер виділяє три важливі *постулати кваліфікованого психологічного консультування й психотерапії*:

1. *Особиста зрілість консультанта.* Мається на увазі, що консультант успішно вирішує свої життєві проблеми, відвертий, терпимий й щирий стосовно себе.
2. *Соціальна зрілість консультанта.* Мається на увазі, що консультант здатний допомогти іншим людям ефективно вирішувати їхні проблеми, відвертий, терпимий і щирий стосовно клієнтів.
3. *Зрілість консультанта — це процес, а не стан.* Мається на увазі, що неможливо бути зрілим завжди й скрізь.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Схарактеризуйте еклектичну системну модель структури консультативного процесу.
2. Схарактеризуйте стадії дослідження та двомірного визначення проблем.
3. Схарактеризуйте стадії ідентифікації альтернатив та планування.
4. Схарактеризуйте стадії діяльності, оцінки та зворотного зв'язку.
5. Опишіть модель особистості ефективного консультанта.

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:

Виконати вправи. (Клієнт-центроване консультування)

1. Самість проти ідеальної самості. Складіть список того, чим ви в собі незадоволені – недоліки, дефекти, обмеженості. Використовуйте повні речення. Перепишіть речення, враховуючи розходження між реальною та ідеальною самістю. Наприклад, якщо спочатку ви записали: «Я трохи жадібний, особливо щодо моїх фільмів» в якості недоліку, то можна переробити це речення наступним чином: «Моя ідеальна самість щедра, вона охоче дає подивитись фільми та навіть дарує їх друзям, коли вони їм подобаються».

Оцініть свою ідеальну самість. Чи не здається вам, що деякі ваші побажання нереалістичні? Можливо, ви могли б змінити деякі з своїх цілей, які

пропонуються вашим ідеальним самоописанням? Чи є для цього причини?

2. Консультант, центрований на клієнті. Виконується у парах. Розкажіть партнеру історію, яка може привести до зняковіння (коли ви брехали, були несправедливі).

Партнер-консультант уважно слухає, намагається максимально зрозуміти та пересказати цю історію. Він ставиться до партнера, як до рівного, не оцінюючи його правоту або неправоту. Необхідно відмічати моменти, коли хотілося коментувати, судити, коли вас дратував клієнт. Важливо усвідомити власне напруження.

Зміна ролей. Обмін враженнями.

3. Аналіз супротиву. Вправа виконується парами з метою усвідомити власний супротив до саморозкриття. Кожен член пари думає про щось для себе дуже інтимне та особисте. Потім передбачається, що він розкриває свій секрет партнеру та уявляє його реакцію у відповідь. Вголос кожен учасник описує партнеру тільки свою реакцію у відповідь, не називаючи секрету. Обмін враженнями з приводу усвідомленого супротиву.

Обговорення та аналіз.

*Використана та рекомендована література [16, с. 19-49]*

### **Тема 3. Консультативний контакт**

**Мета:** ознайомлення студентів з основними параметрами консультативного контакту; опанування навичок створення терапевтичного клімату в ситуації консультування.

#### **План**

1. Поняття консультативного контакту та його специфіка.
2. Основні параметри консультативного контакту.
3. Поняття терапевтичного клімату.
4. Фізичні та емоційні компоненти терапевтичного клімату.
5. Сучасні уявлення про консультативний контакт.

#### **Базові знання з теми**

Консультативний контакт — це унікальний динамічний процес, під час якого одна людина допомагає іншій використовувати свої внутрішні ресурси для розвитку в позитивному напрямку й актуалізувати потенціал осмисленого життя

Консультативний контакт — це почуття й установки учасників консультування (консультант і клієнт) стосовно одне одного, і способів їхнього вираження .

#### Основні параметри консультативного контакту.:

- емоційність (консультативний контакт скоріше емоційний, чим когнитивний, він передбачає дослідження переживань клієнтів);
- інтенсивність (оскільки контакт представляє відверті відношення й взаємний обмін переживаннями, він не може не бути інтенсивним);
- динамічність (при зміні клієнта міняється й специфіка контакту);
- конфіденційність (зобов'язання консультанта не поширювати відомості про клієнта сприяє довірі);
- надання підтримки (постійна підтримка консультанта забезпечує стабільність контакту, що дозволяє клієнтові ризикувати й намагатися поводитися по-новому);
- сумлінність.

Якість консультативного контакту залежить від двох важливих факторів: терапевтичного клімату, навичок консультанта (вербальних і невербальних) у підтримці спілкування.

Створювати взаємну довіру - значить створювати терапевтичний клімат, що сприяє обговоренню значимих проблем. Це - обов'язок консультанта. Успішність створення терапевтичного клімату обумовлена особистісними якостями консультанта і його відношенням до консультування.

#### **Завдання для самоконтролю**

1. Дайте визначення консультативного контакту.
2. Схарактеризуйте фізичні компоненти терапевтичного клімату.
3. Схарактеризуйте емоційні компоненти терапевтичного клімату.

#### 4. Назвіть чинники успішного створення терапевтичного клімату

##### Хід заняття

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.

2. Лабораторна робота:

1. Створення ситуації(й) консультування. Дослідження процесу створення терапевтичного клімату. Характеристика емоційних компонентів. Виділення і аналіз тем, які звучать у висловлюваннях клієнта.

Як підсумок - створення схеми-таблиці. Формулювання висновку про тему. (для аналізу можна брати вірші, тексти пісень...).

Приклад:

Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5
«Яка не така як всі»	«Я і чоловік»	«пожалійте мене»	«мені остогиділо»	«Я не хочу жити так»
Я, Я не така, всі інші, я як не всі, мене всі звинувачують	Я з чоловіком, чоловік мене не любить, ми з чоловіком друзі.	.....	.....	.....

2. Створення ситуацій консультування. В них ведеться обговорення деяких загальних чи особистісних питань. Спілкування відбувається в парах на протязі 5-10хв. Один розповідає - інший слухає. Створення переліку дій слухача, що заважають розповідачу розкриватись в розмові.

3. Робота в групах. Емпатія в практиці психолога (розуміння стану, в якому перебуває клієнт, щире співпереживання з проникненням у його світ, ідентифікація з ним в позиції «я з Вами». Здатність побачити оточуючий світ очима клієнта). Створення групою переліку висловлювань психолога-практика, що демонструють прояв емпатії до клієнта.

Обговорення та аналіз.

**Використана та рекомендована література: [4; 13]**

## Тема 4. Первинний прийом психолога-консультанта

**Мета:** ознайомлення студентів з основними поняттями первинного прийому психолога-консультанта; оволодіння навичками аналізу скарги, виділення самодіагнозу, формулювання теми, проблем.

### План

1. Зміст поняття скарги в ПК.
2. Сутність «самодіагнозу» та особливості його сприйняття консультантом.
3. Зміст поняття «психологічна проблема».
4. Зміст поняття «запит». Види запиту.
5. Теми психологічного консультування.

### Базові знання з теми

Скарга - адресоване та висловлене консультанту невдоволення людини з приводу певних психологічних труднощів, з якими вона самотійно не може справитися. Кожна скарга має сюжет - послідовність, в якій клієнт розповідає про свої життєві колізії, та зміст, тобто взаємозв'язок цих колізій.

В змісті скарги можна виділити явний і прихований зміст.

Самодіагноз - це власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки до змін. Самодіагноз - це власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки до змін.

Проблема - це сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація. В психології такі переживання описуються як стрес, конфлікт, фрустрація, криза.

Запит - це певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги. Переважно саме проблема визначає психологічний запит клієнта, але непоодинокими є випадки, коли запит стосується проблеми лише опосередковано.



Серед розмаїття „сирих“ психологічних запитів можна виділити кілька найчастіше уживаних:

1. Прохання про емоційну і моральну підтримку („Як ви думаєте, я правий?“ „Я хороша людина, вірно?“ „Вам не здається, що моя ситуація безвихідна?“ „Мої рішення, вчинки правильні?“).
2. Прохання про допомогу в аналізі („Я не впевнений, чи правильно я сприймаю цю ситуацію?“, Допоможіть розібратися в тому, що відбувається“).
3. Прохання про інформацію („Що про це відомо?“ „Яку думку мають психологи щодо того, що я розповідаю?“)
4. Прохання про опанування навичок („Навчіть, як діяти, думати, переживати, бо у мене не виходить“).
5. Прохання про допомогу у становленні позиції („Що робити, якщо дитина не слухає? Чоловік зраджує? Призвичаїтись до родичів ніяк не вдається?“ тощо).
6. Прохання про вплив на члена сім'ї або про зміни для його ж користі („Допоможіть дитині позбутися страхів; чоловіку - алкоголізму; старшій дочці навчитися спілкуватися з однокласниками" тощо)
7. Прохання про вплив на члена сім'ї в інтересах клієнта („Зробіть сина більш слухняним", „Як змусити дітей більше любити і поважати мене?“).

Тема - це виокремлений аспект психічної реальності, що стає предметом взаємодії психолога і клієнта. Виділення теми виглядає як позначення психологом психічної реальності та її властивостей.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Поясніть як саме здійснюється первинний аналіз скарги клієнта? На які моменти при цьому слід звернути увагу?
2. Дайте визначення поняття « психологічна проблема». Як її можна зауважити в скарзі клієнта?
3. Чим відрізняється скарга від психологічного запиту? Наведіть приклади.
4. Яким чином в скарзі клієнта можуть з'явитися явні та приховані аспекти локусу скарги, проблеми, психологічного запиту?
5. Який зміст вкладають в поняття „тема" стосовно консультативної

бесіди? Яким чином визначається та утримується певна тема консультативного інтерв'ю?

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:

#### Вправа. „Аналіз скарги ”

##### 1. Проаналізуйте, будь ласка, скаргу клієнтки:

„Я виховую двох дітей. З чоловіком ми розлучені. Через його від'їзд (він працює вахтовим методом) діти вже півроку не спілкуються з батьком.

Старший син - першокласник. Останнім часом у нього відчутно зріс апетит, хоча й раніше на його відсутність він не скаржився. Кожне бажання дитини поїсти задовольняється, тому не можу сказати, що він голодний. Вдома завжди є цукерки. Раніше я давала дітям цукерки тільки у вихідні. З початком навчального року стала давати по цукерці майже щодня як нагороду за старанне виконання уроків. Цукерки завжди лежали в доступному місці, але ніхто з дітей ніколи не посмів взяти цукерку без дозволу, а якщо не заслужив, то старався виправитися і заслужити.

Якось, прибираючи на кухні, я раптом знайшла в потаємному місці цілу гору обгортки від цукерок. Я точно знаю, що це робота старшого сина. Якими повинні бути мої дії в цій ситуації?"

Висловіть міркування з приводу вказаних вище характеристик скарги. Які теми ви б виділили для обговорення? Проаналізуйте явні та приховані фрагменти скарги.

2. Формування навичок аналізу скарги. Працюючи в невеликих групах ( 3-4 особи) наведіть і проаналізуйте кілька скарг, визначаючи локус скарги, проблему „клієнта", психологічний запит, спробуйте визначити основні теми майбутньої бесіди. Проаналізуйте явні та приховані фрагменти скарги.

3. Формування навичок роботи з темою бесіди. Обговорюючи в групі набутий досвід, прослідкуйте, які теми виникають у ході розмови. Наберіть цікаву для вас тему та розв'яжіть її. Надайте вашим товаришам можливість повернутися до тих тем, які їх цікавлять. Зіставте ваші спостереження. До яких тем

найчастіше поверталися співрозмовники в процесі розмови? Визначте правила, за якими відбувається зміна тем.

4. Формування навичок диференціації скарги і психологічного запиту. Ділова гра: „Визнач запит“.

- 1) Один із слухачів, працюючи в колі, наводить скаргу (можна чужу, почуту від клієнта чи значущої особи).
- 2) Кожен член групи уважно слухає і має право за бажанням поставити одне уточнююче запитання.
- 3) Після цього група і доповідач занотовують свої міркування з приводу того, на що скаржиться "клієнт", в чому полягають його психологічна проблема та психологічний запит.
- 4) Слухачі по колу діляться своїми міркуваннями.
- 5) Останнім висловлюється слухач, котрий безпосередньо знайомий із ситуацією.
- 6) В колективному обговоренні відзначають слухачів, які були більш проникливими.
- 7) Гра повторюється на новому матеріалі.
- 8) В підсумку всі слухачі розмірковують над тим, за яких умов скарга не збігається з психологічним запитом.

5. Вислуховуючи скаргу клієнта, спробуйте на папері представити його проблему. Спочатку обведіть коло, яке символізуватиме проблемну ситуацію. В середину кола запишіть слова, які, на ваш погляд, описують проблему людини (можна використовувати всі частини мови).

Зіставте ваші враження з враженнями інших членів групи.

Обговорення та аналіз.

***Використана та рекомендована література: [10; 13]***

## **Тема 5. Психотерапевтичні навички ведення консультативного інтерв'ю**

***Мета:*** ознайомлення студентів з основними прийомами ведення консультативного інтерв'ю; оволодіння психотерапевтичними навичками

навичками з'ясування та уточнення інформації, заохочення мовлення. аналізу скарги, виділення самодіагнозу, формулювання теми, проблем.

### План

1. Рефлексивне слухання.
2. Заохочення мовлення.
3. Навички з'ясування та уточнення інформації.

### Базові знання з теми

Розрізняють нерефлексивне і рефлексивне слухання. Нерефлексивним називають уважне слухання з мінімальним мовним втручанням, рефлексивним є слухання з регулярним використанням зворотного зв'язку, який дозволяє точніше зрозуміти суть проблем співрозмовника. Зазвичай в консультуванні використовуються обидві форми слухання, однак перевага надається рефлексивному, бо воно дає більший психотерапевтичний ефект.

Рефлексивне слухання передбачає певні установки і форми поведінки. Перед усім це загальна установка по відношенню до партнера: „Я турбуюсь про вас і тому щиро цікавлюся усім, що відбувається з вами...“, а також вербальні і невербальні форми поведінки, які ніби промовляють: „Я слухаю вас...“ Успішна реалізація рефлексивного слухання супроводжується такими обов'язковими атрибутами, як зоровий контакт та мова жестів, забезпечується формами вербальної поведінки, що стимулюють партнера продовжувати розмову, допомагають розуміти сказане, гарантують зворотний зв'язок, який передає ставлення до сказаного, допомагає рефлексувати почуття.

#### Уміння активно слухати передбачає:

- а) зосередження уваги на тому, що говорить і переживає інша людина;
- б) блокування на час слухання зайвих думок і переживань;
- в) активне обдумування того, що говорить партнер, на основі безоцінного сприйняття та глибокого проникнення в сказане;
- г) запам'ятовування думок, фактів, які повідомляє людина, логіки її

повідомлення; д) визначення логіки того, чому клієнт вважає себе правим.

Заохочування - комплекс вербальних та невербальних стимулів консультанта, які спонукають клієнта до мовлення. До заохочування належать:

1) безліч коротких заохочувальних стимулів, що виражаються мінімальними вербальними висловами, на зразок: "Так", "Ага", або „промовистими" невербальними реакціями чи просто уважним мовчанням.

Однак ці форми реагування самі по собі дуже мало впливають на напрямок розмови. Тому

частіше користуються формами більш дієвими:

2) перефраз - коротка поточна репліка психолога, що промовляється ним під час мовлення клієнта і призначена для прояснення, уточнення смислу сказаного.

3) переповідання, за допомогою якого клієнтові повертають суть щойно ним сказаного у скороченому й уточненому вигляді.

4) підсумовування, або резюмування.

Щоб отримати інформацію та підвищити її якість, в консультуванні активно використовують запитання. Можна сказати, що постановка запитань є основним інструментом консультанта при формуванні поля взаємодії з клієнтом. Однак запитання можуть також переобтяжувати, або занадто деталізувати проблему, а при невмілому використанні - викликати відчуження та блокувати конструктивне обговорення проблем.

В основному використовується низка запитань:

**ХТО? ЩО? КОЛИ? ДЕ? ЯКИМ ЧИНОМ? ЧОМУ?**

**ХТО? ЩО? ДЕ?** - викладення фактів;

**ЯК, ЯКИМ ЧИНОМ? КОЛИ?** - обговорення процесу, послідовності, почуттів;

**ЧОМУ?** - з'ясування причин. Запитання "чому?" використовується

консультантами дуже обережно, бо часто спрямовує бесіду хибним шляхом надуманих пояснень та раціоналізування або ж спонукає до захисту, бо має відтінок прихованого звинувачення.

Технологічний алгоритм етапу прояснення в консультуванні:

1) визнання наявності проблеми: сам факт приходу клієнта є

підтвердженням того, що він визнає реальність психологічних труднощів;

2) уточнення інформації, диференціація труднощів;

3) відсторонення, вихід з вузького коридору емоцій та жорстко фіксованої точки зору за допомогою кількох технічних засобів

### **Завдання для самоконтролю**

1. Охарактеризуйте способи заохочення мовлення в консультуванні.
2. Назвіть особливості відкритих та закритих запитань. Правила вживання запитань в процесі консультування.
3. Сформулюйте вміння, що необхідні консультанту для рефлексивного слухання.
4. За яких обставин рефлексивне слухання є непридатним?

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:

#### Вправа 1. „Різниця між рефлексивним та нерелфлексивним слуханням“.

Робота в „парах“ (консультант-клієнт). Рольова гра „Консультативне інтерв'ю“.

Клієнт вибирає будь-яку тему для спілкування, консультант спочатку використовує нерелфлексивне слухання (5-7 хв.) і мінімально втручається в мовлення партнера. Потім - переходить на рефлексивне слухання (5-7 хв.). Далі партнери обмінюються ролями. По закінченню робочих етюдів - аналіз набутого досвіду та обговорення вражень.

#### Вправа 2. „Відстоювання теми для спілкування“.

Розбитися на пари. Розподілити ролі „нудьгуючого“ і того, кому потрібно розв'язати розмову на тему, яка його цікавить. Рольову гру краще починати з обговорення того, на що звернено увагу „нудьгуючого“ в цей момент. В ході вправи відпрацьовується вміння заохочувати мовлення партнера та будувати „місточки“ між різними темами розмови.

#### Вправа 3. „Зміна теми“.

Робота в „парах“ (консультант-клієнт). Партнери вибирають будь-яку тему. Завдання консультанта - дотримуватися обраної теми. Завдання клієнта - змінити тему. Кожен має право виконувати своє завдання і чинити опір партнерові, але

якщо з'являється потяг змінити тему, то змінювати її. Зміна може бути плавною або різкою, грубуватою. Важливо вміти будувати „місточки" між темами та застосовувати навички рефлексивного і нерефлексивного слухання.

Вправа 4. „Груповий тренінг навичок заохочення мовлення".

А) Кожен учасник по колу розповідає щось конкретне, наприклад, як він сьогодні дістався на заняття, а його наступник повторює сказане своїми словами (переповідання), нічого не додаючи до почутого.

Б) Кожен із учасників по колу висловлює якусь тираду, на яку група реагує будь-якою з технік заохочення мовлення. Під час виконання вправи учасники мають змогу використовувати техніки заохочення мовлення (повторення тверджень, перефразування та переповідання) і тренувати влучність та лаконічність мовлення.

В) Більш складний варіант - вправа „Ехо": один учасник висловлює своє бачення якоїсь проблеми, другий - „живе ехо" - перефразує висловлювання того, хто говорить, тобто повторює своїми словами сказане. Якщо „ехо" не правильно відтворює сказане, то речник зупиняється і поправляє „ехо", якщо ведучий задоволений своїм „ехо" - гра продовжується.

Обговорення та аналіз.

***Використана та рекомендована література: [10; 13; 17]***

**Тема 6. Психотерапевтичні навички ведення консультативного інтерв'ю. Техніки прояснення інформації**

***Мета:*** ознайомлення студентів з основними техніками роботи з почуттями в психоконсультативному контакті, оволодіння психотерапевтичними навичками навичками розпізнавання емоційних переживань, відображення та фокусування переживань; емпатійної відповіді.

**План**

1. Навички розпізнавання емоційних переживань.

2. Техніки відображення почуттів
3. Фокусування переживань.
4. Емпатійна відповідь

### **Базові знання з теми**

#### Варіанти звернення до почуттів партнера по спілкуванню:

По-перше, зосередившись на діалозі:

а) потрібно звертати увагу на слова і вирази, які клієнт вживає на позначення почуттів, наприклад: "Я розгнівався", "В мене не було настрою", "Я страждаю"; б) велике емоційне навантаження в мовленні несуть також прийменники, прислівники, прикметники, дієслова, які означають стосунки: „Він мене недолюблює", „Як так можна ображатися!";

в) щоб прояснити почуття, можна просто поставити пряме відкрите запитання: "Що ви переживаєте з приводу...? Яке почуття супроводжує вас...?";

г) Ще один спосіб - уточнення емоційно насиченого слова, яке може вивести на рівень відсутніх в розповіді переживань, оголити приховані образи та претензії. За допомогою таких поворотів у розмові психолог об'єктивує приховані сторони проблеми, здійснює перехід у нову площину її обговорення. (Стережіться помилок! Емоційно забарвлені слова не завжди є відображенням справжніх почуттів. Часто вони просто приховують, заміщують почуття.)

По-друге, спостерігаючи за людиною:

а) потрібно слідкувати за невербальними реакціями співрозмовника - за мімікою обличчя, інтонаціями голосу, позою, жестами тощо. Ця діагностична за своїм змістом інформація забезпечує психологічні ключі до розуміння істинних почуттів партнера, бо не піддається свідомому контролю;

б) найбільш інформативним є розбіжність між тим, що говорить людина, і тим, що демонструє її невербальна поведінка. Помітивши якусь невідповідність (наприклад, знічену усмішку тоді, коли йдеться про не дуже веселі речі), психолог може поцікавитись, чим викликана така реакція, і, ймовірно, отримає додаткову інформацію про її переживання.

(Невербальний малюнок поведінки клієнта завжди ближчий до його істинних переживань, ніж вербальні звіти про емоції.)



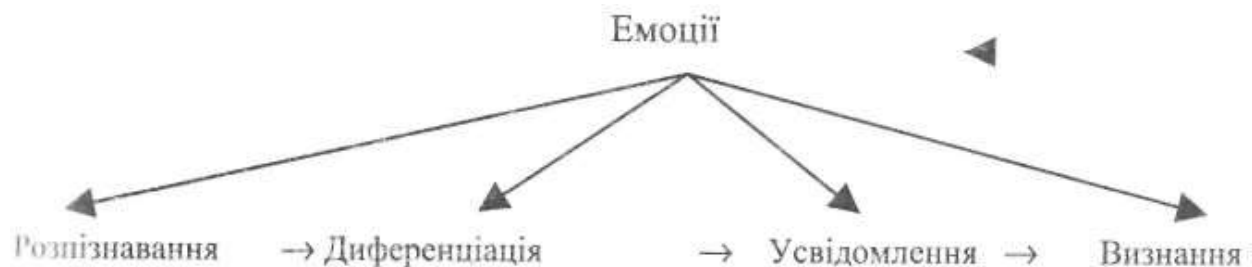
По-третє, зосередившись на власних відчуттях. Щоб відчути, що переживає людина, - уявити себе на її місці. Співпереживання допоможе точніше ідентифікувати та відтворити емоції співрозмовника, проїнятися його станом. Наприклад: Психолог: Ви відчуваєте, що ваша дочка приділяє своєму сину, а вашому онуку, мало уваги. (Резюмування, уточнення глибини переживань)

Технологічний алгоритм етапу прояснення в консультуванні:

- 1) визнання наявності проблеми: сам факт приходу клієнта є підтвердженням того, що він визнає реальність психологічних труднощів;
- 2) уточнення інформації, диференціація труднощів;
- 3) відсторонення, вихід з вузького коридору емоцій та жорстко фіксованої точки зору за допомогою кількох технічних засобів

Зондування емоційних переживань передбачає кілька мікродій консультанта:

Рис. 1. Схема роботи з емоціями в процесі консультування.



Фокусування переживань – це процес поглибленого дослідження особистості та її емоцій. В найпростішій формі його започатковує такий технічний прийом, як фокусування на клієнтові.

Термін „емпатійна відповідь” використовується в розумінні, запропонованому К.Роджерсом, - як навичка рефлексивного слухання (К.Роджерс, 1994). Сутність навички полягає в тому, щоб уважно слухаючи клієнта, щоразу відобразити те, про що він говорить, ніби повертаючи йому сказане в дещо переробленій формі. Переповідаючи головні думки клієнта, консультант показує, що насправді відчуває і розуміє його. Виділення суті сказаного, використання ключових слів допомагає впевнитися в тому, що вони мають на увазі одне й те ж саме. Емпатійна відповідь дозволяє уникати опору,

полегшує ведення розмови для клієнта.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Поясніть, у чому сутність навички концентрування.
2. Назвіть види фокусування.
3. Наведіть приклади застосування суперечностей у консультативному процесі.
4. Назвіть функції засобів заохочення мовлення у консультуванні.
5. Розкрийте специфіку застосування конфронтаційних технік.

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:

#### Вправа.1 Ідентифікація переживання.

Спробуйте за наведеною реплікою встановити, яку емоцію переживає людина (не виключено, що в залежності від того, як буде промовлятися та чи інша репліка, відтінок емоції буде змінюватися).

-Я ситий вашими обіцянками!

-Добре, я вибачусь! Чого ви ще від мене хочете?!

-Якби я навіть постарався, я все одно не зміг би підготувати інші документи.

-Ви хочете мене перевірити?

-Я не можу зрозуміти цих людей. Може, досить їм догоджати!

-Я ніколи більше не буду їй допомагати!

-Невже так можна відноситись до людини! Совісті у вас нема!

-Я йому ніколи не пробачу...

-Хіба це любов?...

#### Вправа 2. Емоційний самоаналіз

Емоційний самоаналіз – це здатність розрізняти свої емоції і розуміти, які саме події їх викликали. Очевидно, що неможливо управляти емоціями, якщо їх не усвідомлювати, не звертати на них увагу. Постійне спостереження за переживаннями, «емоційною температурою», впливом власних емоцій на оточуючих допомагає налагоджувати і підтримувати продуктивні стосунки.

Дайте відповідь на наступні питання:

- Як ви переживаєте емоції?
- Як ви сердитесь: зі злістю, добродушно або ображаєте партнера?
- Як ви скаржитесь: намагаєтеся знайти співчуття, звинувачуєте когось, нападаєте чи переживаєте при цьому почуття незручності?
- Що робите, коли вимагаєте щось: заохочуєте партнера, принижуєте, докоряєте або ввічливо просите?
- Як ви робите зауваження: спокійно, роздратовано, терпляче, нетерпляче, у м'якій чи жорсткій формі, при цьому поважаєте чи ображаєте партнера?
- Як ви реагуєте на критику: агресивно, роздратовано, з почуттям гумору, із щирою вдячністю?
- Як ви відгукуєтеся про більшість своїх колег: з почуттям заздрості, образи, невдоволення або доброзичливо?

Техніка емоційного самоаналізу допомагає частково звільнитися від негативних емоцій, визначити проблемне поле і шляхи подальшого самовдосконалення. Ця техніка передбачає пошук відповідей на запитання такого типу: Що зараз відбувається? Що я думаю? Що я відчуваю в цей момент? Що я роблю? Чи адекватні мої емоції цій ситуації? Чому я переживаю саме ці емоції? Які причини? Чого я хочу насправді? Як мені діяти далі?

Обговорення та аналіз.

***Використана та рекомендована література: [10; 13; 15]***

## **Тема 7. Засоби впливу на клієнта. Терапевтичний аспект консультування**

***Мета:*** ознайомлення студентів з основними техніками впливу в психоконсультативному контакті, оволодіння відповідними психотерапевтичними навичками.

## План

1. Сутність техніки впливу у ПК.
2. Переконавання як метод впливу на свідомість людини.
3. Навіювання як процес впливу на психічну сферу клієнта.
4. Класифікації навіювання.
5. Сократівський діалог.
6. Парадоксальні настанови та метафори.

### Базові знання з теми

Вплив у психології розуміється як цілеспрямований процес і результат змін консультантом поведінки, установок клієнта в ході взаємодії з ним. Виділяють вплив спрямований і не спрямований. Спрямований вплив здійснюється за допомогою застосування переконання і навіювання. При їх використанні консультант передбачає отримати певний результат від об'єкту впливу.

Переконання – метод впливу на свідомість клієнта через звернення до його власного критичного судження. Метод переконання складається із відбору, логічного упорядкування фактів і висновків відповідно до цілі впливу. Переконання є основою раціональної психотерапії. В.Бехтерев вважав корисним поєднання переконання і навіювання, особливо для клієнтів з низьким розвитком критики. Неможливо відмежувати від переконання сугестивний елемент, пов'язаний з авторитетом особистості консультанта, який впливає на результативність консультативного процесу взагалі. Переконання являється складовою частиною будь-якого виду психологічної допомоги незалежно від того, усвідомлюється воно спеціалістом чи ні.

Навіювання – це цілеспрямований процес прямого чи непрямого впливу на психічну сферу клієнта. Здійснюється за допомогою спеціально організованої інформації таким чином, щоб її сприйняття відбувалося без критичної оцінки і логічного опрацювання об'єкта впливу і сприяло впливу на нервово-психічні і соматичні процеси. Основним засобом навіювання являється мовлення консультанта. Невербальні фактори (жести, міміка, дії) являються доповнюючими.

Існують різноманітні класифікації навіювання: навіювання і

самонавіювання; відкрите і закрите; контактне і дистанційне. Навіювання застосовується при різноманітних станах клієнта: бадьорості, стані природного сну, при гіпнотичному сні. У консультативній практиці навіювання на тому чи іншому рівні присутнє в кожній зустрічі консультанта з клієнтом, але може виступати і в якості самостійного методу психотерапевтичного впливу. Як самостійний психотерапевтичний вплив навіювання здійснюється за допомогою висловлювання певних формул з використанням спеціального тону з урахуванням стану клієнта і характеру його проблеми.

Не спрямований вплив за своїм змістом виникає непередбачено. Ефект впливу виникає, проявляючись у діях механізмів зараження (процес передачі емоційного стану від одного індивіда до іншого) і наслідування (наслідування якому-небудь прикладу, зразку).

Виділяють також вплив прямий і непрямий. Прямий вплив полягає у відкритому представленні клієнту вимог консультанта (пряме повідомлення, Сократівський діалог). Непрямий вплив може проявлятися у двоїсто: по-перше, за ціллю спрямованості, у тому випадку, коли вплив має безпосередню спрямованість, але не на самого клієнта, а на його середовище і, по-друге, коли вплив спрямовано на клієнта, але не в прямих його способах (парадоксальні настанови, метафоричні повідомлення).

Вплив може здійснюватися на вербальному і невербальному рівнях. Більшість методів і технік впливу важко віднести до якого-небудь одного виду внаслідок їх багатоаспектності.

Як зазначалося вище, одними із видів прямого впливу являються Сократівський діалог і прямі настанови (приписи). В основі Сократівського діалогу є логічна аргументація. У процесі бесіди консультант задає клієнту запитання таким чином, щоб він давав тільки позитивні відповіді, в результаті чого клієнт сам підходить до прийняття судження, яке спочатку не приймалося, було незрозумілим чи невідомим. Стійкий психотерапевтичний ефект, у більшості випадків, обумовлений тим, що клієнт робить припущення про те, що він «зробив відкриття» самостійно. Сократівський діалог може входити в якості складового елемента в різноманітні особистісно-орієнтовані методи.

Настанови представляють собою завдання для клієнта (чи клієнтів, якщо на прийомі подружня пара чи сім'я), які він виконує між зустрічами з консультантом. Настанови відрізняються від поради тим, що консультант наполягає на їх виконанні.

До найбільш дієвих видів непрямого впливу відносяться парадоксальні настанови й метафори. Парадоксальні настанови застосовуються якщо цього потребують особистісні особливості клієнта чи консультант невпевнений у своєму авторитеті й у результаті цього потрібно працювати непрямими методами, щоб відбулися ті зміни, які він визначає як ефективні для клієнта.

Сутьність парадоксальних настанов полягає в тому, щоб клієнти їм опиралися і, опираючись, змінювались. Вони ефективні з клієнтами, які «ведуть боротьбу» з консультантом. У науковій літературі виділяють наступні етапи парадоксального підходу: консультант встановлює стосунки з клієнтом, визначаючи їх, як стосунки, що призводять до вирішення проблеми; консультант чітко визначає проблему і цілі; пропонує свій план роботи, пропонуючи розумне обґрунтування своєму плану і парадоксальним настановам; у випадку сімейного консультування дискваліфікує інших «експертів» з цієї проблеми (когось із членів сім'ї); консультант надає парадоксальні настанови; спостерігає за реакцією клієнта і спрямовує клієнта на продовження своєї проблемної поведінки чи висловлює сумнів з приводу стабільності змін; зміни стабілізуються, але консультант не визнає це своєю заслугою.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Розкрийте сутьність техніки впливу у ПК.
2. Охарактеризуйте переконання як метод впливу на свідомість людини.
3. Охарактеризуйте навіювання як процес впливу на психічну сферу клієнта.
4. Охарактеризуйте «Сократівський діалог» та особливості його застосування у ПК.

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:

### Вправа.1 Сократівський діалог.

1) Проаналізувати наведений приклад діалогу. В даному випадку вас повинен цікавити не зміст, а форма діалогу: дуже своєрідний варіант методу Сократа:

Молодий чоловік, Володя Я., записав розмову, яку він провів з мамою.

- Мам, скільки мені років?
- 23, синку... А що ти питаєш?
- Мамо, як ти думаєш, мені женитися пора?
- Ні, ні, тобі рано.
- Правильно, мама, я з тобою згоден. Це справа серйозна, мені необхідно ще закінчити інститут, встати на ноги. ... Мам, а як ти думаєш, я з жінками живу?
- ... Не знаю, синку, напевно...
- Звичайно, живу. Я вже цілком дорослий чоловік. І у мене до тебе питання: Чи я можу приводити жінок до себе додому? У мене зараз є кохана. Як жінка вона навряд чи мені підходить, та й рано мені, але як від жінки - я від неї у захваті. Мам, де ми повинні зустрічатися? У неї можливості немає, у друзів на квартирах не завжди можна. Що нам під кущами, у підворіттях, в антисанітарних умовах? Мам, ти не хочеш, щоб у мене і у жінки, яку я люблю, були неприємності? Я можу приводити жінок до себе додому?
- Ой, синку... Але щоб я про це нічого не знала.
- Добре. Ось, мамо, тобі й татові квитки на вечірній сеанс у кіно. Кіно гарне, вам сподобається. Домовилися?

2) Навести свій приклад діалогу, користуючись настановами:

### Як тренувати метод Сократа?

Продумайте логіку того, що ви хочете сказати. У вас є думка, ви хочете її донести до співрозмовника. Перша складність у тому, що ваша думка не завжди повністю зрозуміла вам самим (самій). Щоб краще розуміти свою власну думку, запишіть її, викладіть її письмово. Записали? Тепер у своєму тексті, виділіть тези, обґрунтування тез та ілюстрації, які роблять вашу думку більш яскравою і живою. Якщо і коли ви це зробите, ви розберетеся в своїх думках і зможете краще викласти свою думку співрозмовнику.

Сформулюйте свої тези у формі запитань. Все, що ви хочете сказати, перекладіть у форму запитань, на кожне з яких співрозмовник повинен буде відповісти у стверджувальній формі. Запитання спрямують його увагу в потрібне русло. Коли співрозмовник три рази скаже «Так», кілька разів погодиться з вами, йому простіше буде сказати вам і остаточно «Так».

З чого почати? Найсильніша логіка руйнується, якщо співрозмовник не хоче вас слухати на початку розмови. Продумайте початок розмови - так, щоб привернути увагу, щоб вас стали слухати.

Беріть ініціативу в свої руки. Тепер, коли ви підготувалися, не чекайте, допоки співрозмовник почне говорити щось вам, а випереджайте співрозмовника, починайте ставити йому свої запитання. А щоб це стало вашою звичкою, тренуйтеся. Конкретно: будуйте фрази таким чином, щоб співрозмовник відповідав вам «Так».

Обговорення та аналіз.

*Використана та рекомендована література: [4; 13; 16]*

## **Змістовий модуль II. Психологічне консультування в сфері освіти. Спеціальні проблеми психологічного консультування**

### **Тема 8. Психологічне консультування в сфері освіти: основні запити.**

#### **Робота з батьками в процесі консультування**

**Мета:** ознайомлення студентів з основними техніками роботи з почуттями в психоконсультативному контакті, оволодіння психотерапевтичними навичками навичками розпізнавання емоційних переживань, відображення та фокусування переживань; емпатійної відповіді.

#### **План**



1. Типові труднощі в роботі спеціаліста-психолога з педагогічного консультування.
2. Специфіка роботи психолога з дітьми різного віку.
3. Найбільш актуальні запити в сфері напряму «консультування в освіті».
4. Консультування з розвитку здібностей школярів
5. Консультування з проблем шкільної адаптації та успішності
6. Консультування з проблем профілактики дитячої злочинності, наркоманії та алкоголізму

### **Базові знання з теми**

Основне завдання консультування з цього напряму — оптимізація міжособистісної взаємодії в системі "педагог — дитина", "батьки — дитина", "педагог — батьки".

#### Основні запити в сфері психолого-педагогічного консультування

До основних проблем (запитів), з якими звертаються до психолога-консультанта, можна зарахувати:

1. неадекватність педагогічних впливів на особистість дитини;
2. конфліктні ситуації в сім'ї;
3. переживання дітьми різного віку негативних емоцій стосовно школи, ставлення до навчання;
4. проблеми психічного здоров'я дітей, що навчаються в загальноосвітніх та спеціальних закладах;
5. вплив стресогенних факторів на успіхи в школі;
6. проблеми шкільної дезадаптації;
7. дитячий алкоголізм та наркоманія.

У сфері взаємин батьків та педагогів з дошкільнятами особливо важливо пам'ятати про вразливість та динамічність дитячої психіки, про наявність сенситивних (найбільш сприятливих) періодів у віковому розвитку дитини, про специфіку переживання криз у різний віковий період.

Процедура проведення консультування з проблеми погіршення поведінки дітей передбачає врахування індивідуальних особливостей батьків,

їх готовність до змін, а також психолого-педагогічну культуру. Нерідко позитивні результати дає і додаткове діагностування батьків (наприклад, тестування на з'ясування типу ставлення батьків до дитини).

Специфіка проведення психологічного консультування батьків щодо раннього виявлення і розвитку здібностей у дітей передбачає: врахування умов психічного розвитку дитини, її близького соціального оточення, особливостей індивідуального розвитку, наявність психічних травм тощо. Спільно з батьками вирішується питання навчання дітей (тип школи, рівень навантаження, кваліфікації педагогів).

Психолого-педагогічне консультування батьків дітей молодшого шкільного віку передбачає врахування нормативних психічних новоутворень (рефлексія, довільність, внутрішній план дій), включення дитини у процес учіння, специфіку взаємин з однокласниками, статус дитини в сім'ї.

Вирішення психолого-педагогічних проблем дітей підліткового віку має також цілий ряд особливостей. До типових конфліктів між батьками і підлітками можна віднести: неадекватне соціальне поведіння підлітків, небажання підлітка спілкуватися зі своїми батьками, ділитися з ними своїми думками і переживаннями, розповідати про те, що з ними відбувається: зниження навчальної активності, погіршення результатів навчання в школі, неадекватність самооцінки тощо. Вступ у підлітковий вік не передбачає входження дитини у нову групу (якщо не йдеться про значущу групу поза школою). Передбачається подальший розвиток особистості за нових умов, оскільки сама група підлітків стає іншою (в результаті інтеграції соціальних і психологічних змін).

У практиці психологічного консультування доводиться працювати з запитом щодо розвитку тих чи інших здібностей, а інколи й розробляти відповідні рекомендації. При цьому ми посилаємось як до задатків (біологічної основи здібностей), так і до соціальної ситуації розвитку особистості. Раннє виявлення і діагностика задатків є необхідною умовою для їх своєчасного й активного використання в процесі розвитку здібностей. Період, протягом якого в дітей уперше виявляються наявні задатки, є різним і залежить від багатьох факторів.

Основними показниками успішного консультування з проблем

шкільної дезадаптації виступають: інтерес до навчання в школі або до окремих предметів, критичне ставлення до своїх успіхів, зниження агресивних проявів, налагодження стосунків з ровесниками, участь у спільних шкільних заходах, наявність адекватної самооцінки, готовність до співпраці, прагнення до самовдосконалення.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Назвіть типові труднощі в роботі спеціаліста-психолога з педагогічного консультування.
2. Розкрийте специфіку роботи психолога з дітьми різного віку.
3. Охарактеризуйте особливості консультування з розвитку здібностей школярів.
4. Охарактеризуйте особливості консультування з проблем шкільної адаптації та успішності.
5. Охарактеризуйте особливості консультування з проблем профілактики дитячої злочинності, наркоманії та алкоголізму.

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:
  - 1) Проаналізуйте типові труднощі в роботі спеціаліста-психолога з педагогічного консультування.
  - 2) Опишіть специфіку роботи психолога-консультанта з дітьми різного віку.
  - 3) Складіть план роботи практичного психолога, опишіть найбільш актуальні запити з напрямку "консультування в освіті".
 Обговорення та аналіз.

***Використана та рекомендована література: [13; 30; 31]***

## **Тема 9. Психологічне консультування вчителя щодо побудови розвивального освітнього простору у ЗНЗ**

**Мета:** усвідомлення студентами специфіки психологічного консультування вчителя щодо побудови розвивального освітнього простору у ЗНЗ; ознайомлення із завданнями, спрямованими на розвиток надситуативного рівня мислення як засобу побудови розвивального освітнього середовища у ЗНЗ.

### План

1. Основні характеристики розвивального освітнього середовища у ЗНЗ.
2. Психолого-педагогічні умови побудови розвивального освітнього середовища у ЗНЗ.
3. Робота над завданнями, спрямованими на розвиток надситуативного рівня мислення.

### Базові знання з теми

*Розвивальне освітнє середовище у ЗНЗ* – це такий простір, у якому домінує у часі ситуація розмірковування – ситуація допитливості, сумніву, пошуку. Учитель – організатор ситуації розмірковування. У даному ракурсі робота вчителя може здійснюватися у двох напрямках.

Перший напрямок. Учитель самостійно веде розмірковування, поступово залучаючи до цієї роботи учнів. Поставивши проблему, вчитель розкриває шляхи її розв'язання і розмірковує разом із учнями: демонструє їм шлях наукового мислення, вибудовуючи логіку переконання через постановку тези, підбір аргументів та побудову демонстрації (певні висновки – нові знання); через постановку проблемних питань привертає увагу учнів до діалектичного руху думки до істини, роблячи їх співучасниками наукового пошуку.

Другий напрямок. Учитель надає учням можливість самостійно шукати шляхи розв'язання проблеми, але сам не займає пасивної позиції. Він (за необхідністю) спрямовує думку учнів, ставлячи евристичні питання: *де?, коли?, як?, звідки?, чим?, чому?* тощо; вчить їх ставити такі питання перед собою та перед іншими.

собою та перед іншими.

Розвивальне освітнє середовище у ЗНЗ є чинником становлення

особистості учня-діяча – учня, який буде спроможний у своїй подальшій життєдіяльності створювати матеріальні й духовні цінності, змінювати на краще суспільне життя й себе, аналізувати й оцінювати наслідки цих змін, доводити цінність власних думок іншим людям.

Позиції вчителя й учнів, засоби їх взаємодії у розвивальному освітньому середовищі загальноосвітнього навчального закладу

*Позиція вчителя* – диригент уроку, організовує навчально-пізнавальну діяльність учнів, допомагає учням самостійно “відкрити” нову інформацію в процесі проблемно-пошукових діалогів.

*Позиція учня* – суб'єкт пізнання: відчуває впевненість у власних силах, створює власну траєкторію розвитку, самостійно обираючи рівень складності завдань, контрольної (тестової) роботи, спроможний створити програму дій щодо власного самовдосконалення.

*Засоби взаємодії вчителя й учнів* – співробітництво, ділове партнерство, суб'єкт – суб'єктні відносини.

Психолого-педагогічні умови побудови розвивального освітнього середовища у  
ЗНЗ

1. Суб'єктна парадигма освіти, в якій ціниться індивідуальність, самобутність кожної дитини, її життєвий досвід.
2. Проблемне навчання як механізм для розгортання ситуації розмірковування у навчально-виховному процесі.

На кожному уроці учні мають опанувати нову інформацію у процесі проблемно-пошукового діалогу з вчителем. Саме такий діалог, який призводить до певного "відкриття", до знаходження раціонального рішення, зародження оригінальної ідеї, точки зору є освітнім простором проблемного навчання.

3. Стимулювання інтелектуальної активності.

Для стимулювання й розгортання інтелектуальної активності кожного школяра вчителів важливо, перш за все, створити атмосферу довіри до дитини, максимально забезпечити взаємозв'язок розумової діяльності з позитивними емоціями, виховувати впевненість учня у своїх силах. Створити атмосферу, яка б сприяла активній пізнавальній діяльності учнів вчитель може через:

- організацію цілісного контакту з усім класом, подоланню стереотипних та ситуативно-негативних поглядів на окремих учнів;
- можливість зміни запланованого ходу уроку (заняття) на основі миттєвої діагностики психічного стану дитини за виразом очей;
- уміння використовувати педагогічну техніку як засіб передачі доброзичливого ставлення до учнів;
- формулювання яскравих цілей діяльності та показ шляхів їх досягнення.

Показниками прояву інтелектуальної активності особистості є:

- захопленість вивченням нового матеріалу на уроці;
- прагнення займатися навчальним предметом у вільний час;
- негативна реакція на перерву у пізнавальній діяльності;
- прагнення до виконання завдань творчого характеру;
- звернення до вчителя з питаннями пізнавального характеру, які виходять за межі змісту навчальної програми.

4. Провідною метою кожного уроку, на якому домінує у часі ситуація розмірковування, має бути розвиток поняттєвого мислення та мовлення школяра. У результаті такого розвитку інтелект має стати мовленнєвим, а мовлення – інтелектуалізованим, а саме: чітким, лаконічним, доказовим.

Обґрунтуємо цю тезу.

- Зміст кожної освітньої галузі складається з низки наукових понять.
- Поняття є концентрацією знань дитини, найважливішим засобом упорядкованого мислення.
- Формування поняттєвого мислення є формуванням інтелекту у дії.
- За допомогою понять учні вчаться складати істинні судження, з суджень – умовиводи, а значить вчаться конструктивно взаємодіяти з іншими.

Розвиток поняттєвого мислення учнів є підґрунтям розвитку творчого та дивергентного. Правильність зробленого "відкриття" (ознака творчого мислення), доцільність (конструктивність тощо) кожної нової ідеї (ознака дивергентного мислення) учень повинен вміти довести за допомогою поняттєвого мислення, користуючись такими прийомами:

- розгляд об'єкта, що вивчається з різних сторін та виділення найбільшої кількості властивих йому ознак, рис, якостей тощо (на основі операцій аналізу і синтезу);
- порівняння виділених рис, якостей, властивостей з метою вибору найбільш вагомих, головних (на основі операцій порівняння та абстрагування);
- встановлення причинно-наслідкових зв'язків та залежностей;
- формування нових положень (на основі операції узагальнення).

#### 5. Впровадження на уроках системи завдань розвивального характеру.

Система завдань, спрямованих на розвиток поняттєвого, творчого та дивергентного мислення та мовлення учнів.

**Перший блок.** До даного родового поняття підібрати видові, або до даних видових – родові; знайти серед даних понять зайве, обґрунтувати свою думку.

**Другий блок.** Побудувати визначення поняття або знайти помилку у запропонованому визначенні.

**Третій блок.** Побудувати «ланцюжок» обмеження чи узагальнення обсягу поняття. У «ланцюжку» обмеження кожне наступне поняття має бути вузким за обсягом, ніж попереднє. У «ланцюжку» узагальнення кожне наступне поняття має бути ширшим за обсягом, ніж попереднє.

**Четвертий блок.** Зобразити за допомогою кругів Ейлера співвідношення між обсягами даних понять.

**П'ятий блок.** Визначити істинність даного простого чи складного судження.

**Шостий блок.** З даними поняттями або за даним малюнком скласти просте судження, починаючи його певним узагальнюючим словом: *всі (кожний, будь-який), деякі (принаймні один), жодний, завжди, інколи, ніколи.*

Запропоновану систему можна впроваджувати на уроках дисциплін гуманітарного та природничо-математичного циклів, а саме: на етапі актуалізації опорних знань (комбінований урок), на уроках закріплення чи узагальнення й систематизації вивченого матеріалу.

6. Застосування на уроці інтерактивних методів навчання.

*Інтерактивними* є ті методи, застосування яких сприяє одночасному розвитку обох півкуль головного мозку дитини.

Застосування на будь-якому уроці інтерактивних методів навчання допоможе вчителю внести у навчальний процес елементи дослідження, пошуку, порівняння різноманітних фактів, явищ, позицій, висновків, допомагає учневі більш чітко визначити власну точку зору. Радимо вчителю на *рівні засвоєння нових знань* застосовувати такі методи: проблемно-пошуковий діалог (сприяє розвитку, переважно, лівої півкулі головного мозку) у поєднанні з методом образного бачення (сприяє розвитку, переважно, правої півкулі головного мозку); на *рівні формування інтелектуально-творчих умінь* – такі методи: "мозкова атака", проблемно-пошуковий діалог, інверсії, емпатії, інциденту, дидактична гра, синектики. Зміст зазначених методів розкрито у навчальному посібнику «Як навчити дитину мистецтва мислення» [4].

З метою забезпечення успіху у побудові розвивального освітнього середовища у ЗНЗ важливо розвивати у вчителя надситуативний рівень мислення.

За М.Кашаповим мислення необхідно розглядати на двох рівнях – ситуативному та надситуативному.

Подаємо характеристику вчителя як суб'єкта діяльності, у якого переважає певний рівень мислення.



Переважає ситуативний рівень мислення	Переважає надситуативний рівень мислення
<p>Вчитель наприкінці навчання у ВНЗ засвоює певні принципи і правила здійснення педагогічної діяльності, які він вважає незмінними. Він не здатний до подолання стереотипів щодо здійснення педагогічної діяльності, віддає перевагу репродуктивним методам роботи; схильний один раз написати конспекти уроків дисциплін, які він викладає у початковій школі і постійно ними користуватися.</p>	<p>Вчитель завжди аналізує педагогічну ситуацію, здатний "вийти за межі" конкретної ситуації, віддає перевагу інтерактивним методам навчання; вміє оригінально мислити, тобто бачити об'єкт з якісно нової точки зору; володіє соціальною перцепцією, здатний прийняти мотиви, почуття і переживання учня, вміє виявити приховані мотиви вчинка учня, мислити категоріями успіху – бачити позитивне в невдачі; розвинена гнучкість мислення; постійно проявляє турботу про професійне та особисте самовдосконалення.</p>

### Завдання для самоконтролю

1. Охарактеризуйте особистість учня-діяча. Назвіть діагностичні методики, за допомогою яких можна виявити стан сформованості мотиваційної та пізнавальної сфер особистості учня-діяча.
2. Розкрийте зміст поняття «інтерактивний метод навчання». Охарактеризуйте вплив використання названих методів на психічний розвиток особистості, презентуючи взаємозв'язок між поняттями: «назва методу», «форма роботи» та «блок завдання розвивального характеру».
3. Розкрийте зміст поняття «ситуація розмірковування на уроці» та психологічні механізми її створення.
4. Охарактеризуйте психологічну сутність організації роботи у групі та її значення для розвитку соціальної сфери особистості учня-діяча.

## Хід заняття

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Роботу, спрямовану на усвідомлення студентами основних характеристик та психолого-педагогічних умов побудови розвивального освітнього середовища у ЗНЗ, радимо побудувати у формі проблемно-пошукового діалогу між викладачем та студентами, змістом якого є процес доведення таких тез.
  - Основною ознакою наявності розвивального освітнього середовища на уроці є повага до думки учня.
  - З метою розгортання на уроці ситуації розмірковування вчителю важливо миттєво оцінити та проаналізувати відповідь кожного учня.
  - Провідною метою кожного уроку має бути формування творчої особистості.
  - Інсценізація казки на уроці означає застосування вчителем методу емпатії.
  - Організація уроку у формі подорожі означає застосування вчителем методу синектики.
  - Є завдання, робота над якими сприяє одночасному розвитку поняттєвого та дивергентного мислення дитини.
  - Метод проблемно-пошукового діалогу та евристичної бесіди є однакові за змістом поняття.
  - Застосування методу «мозкова атака» впливає на емоційно-вольовий розвиток особистості.
  - Є завдання, робота над якими сприяє одночасному розвитку поняттєвого мислення та мовлення дитини.
3. З метою перенесення теоретичних знань (перше і друге питання плану) у практичну площину доцільно запропонувати студентам назвати показники, які свідчать про наявність на уроці розвивального освітнього середовища. Таку роботу радимо організувати, застосовуючи метод «мозкова атака»: проблема ставиться для всієї групи, розв'язується у маленьких групах по 5 – 6 студентів у кожній. У результаті презентації

кожною групою свого варіанту розв'язання проблеми доцільно у спільній роботі скласти план-проспект психологічного аналізу уроку. Зазначений план-проспект можна представити у вигляді діагностичної методики, спрямованої на виявлення власного стану готовності щодо побудови на уроці розвивального освітнього середовища. Для цього необхідно наявність на уроці кожного із запропонованих показників нараховувати по одному балу.

Пропонуємо, як варіант, результат описаної вище роботи, а саме: параметри уроку та показники, які допоможуть учителеві проаналізувати урок та визначити власний рівень готовності щодо побудови розвивального освітнього середовища.

№	Параметри уроку	Показники, які аналізуються	Оцінка
1	Організація уроку (6 б.)	<p>міра залучення учнів до визначення теми і завдань уроку;</p> <p>вдалість мотивації навчальної діяльності, виникнення в учнів бажання здобувати нові знання, уміння;</p> <p>міра участі учнів в організації уроку: взаємонавчання, взаємодопомога у підсистемах "учитель-клас", "учитель-учень", "учень-учень", "учень-клас";</p> <p>зміна видів діяльності учнів на кожному етапі уроку та їх доцільність;</p> <p>раціональний розподіл часу на основні етапи уроку;</p> <p>організація рефлексії учнів стосовно сприйнятого і зробленого на уроці.</p>	

2	Зміст уроку (7 б.)	<p>відповідність структури уроку його змісту і меті;</p> <p>логічний зв'язок між основними етапами уроку;</p> <p>створення ситуації вибору;</p> <p>доцільність вибору завдань з точки зору активізації навчально-пізнавальної діяльності учнів;</p> <p>зміна видів діяльності на протязі уроку;</p> <p>використання завдань розвивального характеру: завдань з логічним навантаженням, завдань комбінованого характеру тощо;</p> <p>зміст домашнього завдання, диференціація його за рівнем складності.</p>	
3	Засоби навчання (5 б.)	<p>доцільність вибору методів і прийомів щодо активізації навчально-пізнавальної та пошукової діяльності учнів;</p> <p>діалогічний характер навчання;</p> <p>організація навчально-творчої діяльності учнів;</p> <p>доцільність використання наочних та технічних засобів навчання;</p> <p>види контролю та оцінювання навчальних досягнень учнів.</p>	
4	Психологічна атмосфера уроку (2 б.)	<p>прийоми стимулювання зацікавленості учнів до навчального матеріалу: створення ефекту здивування, захоплення, сумніву, недовіри тощо;</p> <p>створення ситуації успіху</p>	

5	Наявність професійно-значущих якостей, інтелектуальних умінь у вчителя як суб'єкту навчально-виховного процесу (7 б.)	наявність динамічної системи знань з педагогіки, психології та методик навчання; винахідливість учителя, гнучкість у формулюванні питань у процесі вивчення теми; вміння вчителя здійснювати проблемно-пошуковий діалог з учнями; прояв вчителем емпатії, динамізму, артистизму, емоційної стійкості; дотримання вчителем норм педагогічної етики; здатність до імпровізації на уроці; здатність знаходити раціональний вихід з непередбачених педагогічних ситуацій	
---	---	--	--

Бали щодо рівня готовності вчителя до побудови на уроці розвивального освітнього середовища радимо розподілити так:

- 25 – 27 балів – високий рівень;
- 20 – 24 бали – достатній рівень;
- 15 – 19 балів – середній рівень;
- 1 – 14 балів – низький рівень.

Використовуючи метод мікрвикладання, викладач ознайомлює студентів із завданнями, спрямованими, з одного боку, на усвідомлення змісту понять: «ситуативний рівень мислення», «надситуативний рівень мислення» та на розвиток надситуативного рівня мислення у самих студентів, з іншого. Зміст завдання полягає у тому, що необхідно до запропонованої педагогічної ситуації спланувати спочатку дії вчителя, у якого переважає ситуативний рівень мислення, потім – дії вчителя, у якого переважає надситуативний рівень мислення.

Подаємо декілька педагогічних ситуацій з варіантами розв'язання.

*Ситуація №1.* На уроці під час розгляду нового матеріалу один з учнів говорить вчителю, що не зрозумів.

*Дії вчителя, у якого переважає ситуативний рівень мислення*

Учитель у стислому вигляді повторює тему, розбиваючи її на фрагменти, задає питання на розуміння, звертаючись до всього класу. Даного

учня залишає після уроків для індивідуальної роботи.

*Дії вчителя, у якого переважає надситуативний рівень мислення*

Учитель з'ясовує в учнів, хто ще не зрозумів і що саме зі змісту нового матеріалу виявилось незрозумілим. Якщо більшість учнів класу не зрозуміли нове, то учитель в стислому вигляді повторює тему, розбиваючи її на фрагменти, задає питання на розуміння, звертаючись до всього класу. Якщо матеріал не зрозумів тільки один чи декілька учнів, то вчитель запитує: „Хто може пояснити, наприклад, Сергієві?” І нерідко пояснення в підсистемі „учень – учень” виявляється ефективним. У дітей своя логіка. Іноді їм легше зрозуміти, що і чому незрозуміле їхньому товаришеві. Застосовуючи такий спосіб пояснення, привчаємо учнів до того, щоб турбота про засвоєння нового матеріалу кожним не була тільки справою вчителя.

*Ситуація 2.* Педагог пояснює новий матеріал. Один з аспектів викликає нездоровий сміх в учнів.

*Дії вчителя, у якого переважає ситуативний рівень мислення*

Учитель наказує дітям замовкнути або піднімає тих учнів, які сміялись з проханням уточнити той матеріал, який щойно їм був пояснений, з метою образити дитину, принизити її; ігнорує дитячий сміх.

*Дії вчителя, у якого переважає надситуативний рівень мислення*

Вчитель відразу з'ясовує причину сміху, при можливості, сміється разом з учнями. Якщо сміх дітей означає неправильне розуміння змісту матеріалу, який пояснюється, пояснює ще раз, наводить більше прикладів.

*Ситуація №3.* На уроці учень задає питання, на яке вчитель не знає відповіді.

*Дії вчителя, у якого переважає ситуативний рівень мислення*

Учитель намагається відповісти загальними фразами, виправдовуючи таку свою відповідь обмеженістю часу уроку і необхідністю вивчення нової теми.

*Дії вчителя, у якого переважає надситуативний рівень мислення*

Учитель відверто зізнається дитині у своїй непоінформованості у даному питанні і пропонує шукати спільно з учнем відповідь на задане питання.

Студенти мають усвідомити, що аналогічні завдання може

пропонувати практичний психолог вчителям у межах роботи семінарів-практикумів, методичних об'єднань тощо.

Викладач може запропонувати студентам завдання діагностичного характеру, спрямоване на виявлення у вчителя стану розвитку певного рівня мислення. Завдання передбачає аналіз педагогічної проблемної ситуації, її оцінку і характеристику в розвитку. Якщо студент погоджується із запропонованими діями вчителя або відповідь відповідає характеристиці ситуативного рівня мислення, то робота над ситуацією оцінюється в 0 балів; якщо відповідь відповідає скоріше ситуативному рівню мислення, то виставляється оцінка 0,5 балів; за відповідь, яка відповідає скоріше надситуативному рівню мислення, ставимо 1 бал, за відповідь, яка відповідає характеристиці надситуативного рівня мислення, виставляємо 2 бали.

Пропонуємо такі ситуації у вигляді діагностичного матеріалу.

### ПРОБЛЕМНІ СИТУАЦІЇ

*Інструкція.* Вам будуть запропоновані декілька різних проблемних ситуацій. Оцініть дії, які застосував вчитель у конкретній ситуації. Запишіть свою оцінку в пункті А/. Якщо б Ви опинились в подібній ситуації, як поступили б? Свою відповідь запишіть в пункті Б/.

*Ситуація №1.* Андрійко, учень 3 класу, дуже вперта дитина. На перерві вдарив однокласницю Олену книгою по голові.

Учитель: примушував його вибачитись, але учень відмовлявся. "Будеш стояти, поки не вибачишся в куті", – сказав вчитель і відвів учня в один з кутів класу. Учень простояв весь день до кінця уроків, але так і не вибачився.

А/ \_\_\_\_\_

Б/ \_\_\_\_\_

*Ситуація №2.* Сашко – учень другого класу – єдина дитина в родині у вже немолодих батьків. Після зимових канікул на уроці математики Сашко почав демонстративно розглядати альбом з фотографіями тих місць, де він був з батьками під час канікул і покликав вчителя, показати йому фотографії.

Учитель: брутально йому відповів: "Мене це зовсім не цікавить. Заховай негайно! Неси швидко зошит і покажи, що ти зробив на уроці". Сашко

розплакався і порвав всі фотографії.

А/ \_\_\_\_\_

Б/ \_\_\_\_\_

*Ситуація №3.* Весь клас готується до новорічного свята. За декілька днів до свята один з ведучих захворів. На репетиціях його замінив інший учень. В день проведення свята дитина, яка захворіла прийшла разом з мамою, яка пояснила вчителю, що хлопець ще не зовсім здоровий, але так переживав за те, щоб свято не зірвалось без його участі, що прийшлося привести його до школи, слова він вивчив.

Учитель: "заспокоїв" хлопчика: "Я ж не знав, що ти прийдеш, треба було попередити мене. Нічого, не хвилюйся, це ще не останнє свято у твоєму житті". На ці слова вчителя хлопчик розплакався.

А/ \_\_\_\_\_

Б/ \_\_\_\_\_

*Ситуація №4.* Вчитель проводить урок по заміні в незнайомому класі. Учні демонструють погані знання попередньої теми.

Учитель: починає нову тему, а додому задає матеріал для повторення попередньої теми.

А/ \_\_\_\_\_

Б/ \_\_\_\_\_

*Ситуація №5.* Один з учнів регулярно запізнюється на перший урок. Пояснюючи свою поведінку, він постійно говорить, що проспав.

Учитель: ставить перед учнем вимогу: "Я допущу тебе до занять тільки з письмового дозволу директора чи завуча школи".

А/ \_\_\_\_\_

Б/ \_\_\_\_\_

*Ситуація №6.* На перерві Олена Василівна, вчитель початкових класів, випадково побачила у вікно, що її третьокласники вчать палити на подвір'ї школи, а вчать їх її ж учні, яких вона вчила раніш, теперішні одинадцятикласники.

Учитель: мовчки забрала третьокласників і провела з ними



бесіду про шкоду для здоров'я від паління.

А/ \_\_\_\_\_

Б/ \_\_\_\_\_

*Ситуація №7.* Молодий педагог вперше входить до класу. Після привітання пропонує першокласникам познайомитись і починає називати учнів по прізвищах. Зачитуючи прізвище одного з учнів, вчитель бачить, що той сховався під парту.

Учитель: почав проводити з дітьми бесіду, про те, що вони вже учні, а хто не знає, як себе вести може знову опинитися у дитячому садочку.

А/ \_\_\_\_\_

Б/ \_\_\_\_\_

Обговорення та аналіз.

***Використана та рекомендована література: [15; 19; 20; 21]***

## **Тема 10. Психологічне консультування підлітків та їх батьків**

***Мета:*** ознайомлення студентів з специфікою консультативної діяльності з підлітками та їх батьками.

### **План**

1. Аспекти самосвідомості підлітків, які необхідно враховувати при організації психологічної підтримки.
2. Індивідуальне консультування підлітків.
3. Особливості консультування батьків підлітків.

### **Базові знання з теми**

У підлітків зазвичай не застосовується така форма психологічної підтримки, як психологічна корекція, здійснювана з ініціативи дорослих: батьків або педагогів. Індивідуальна допомога може здійснюватися у формі психологічного консультування по запиту самого підлітка. Відповідно

губиться значимість психологічної діагностики, оскільки її результати не служать підставами для організації психологічної допомоги. Групові розвиваючі заняття, проведені в рамках школи, можливі в молодшому й середньому підлітковому віці. У старшому підлітковому віці можуть проводитися уроки психології або ж заняття профориєнтаційної спрямованості. Особливу значимість набуває консультування батьків підлітків, тому що значна частина труднощів підлітка пов'язана із процесом відділення їх від родини й становленням самостійності.

Специфіка полової ідентифікації підлітків. Основним новоутворенням цього віку можна назвати полове ідентичність - уявлення про себе з погляду свого сексуального поведження, сексуальної позиції. Ускладнити її формування можуть наступні особливості підліткової сексуальності (В. Е. Каган): надзвичайно висока інтенсивність статевого потяга, так звана юнацька гіперсексуальність; прагнення підлітків активно експериментувати з новою для них функцією - сексуальною, наслідком чого можуть з'явитися різного роду екстремальні форми поведження.

Крім того, варто мати на увазі, що досить часто підліток розглядає початок статевого життя як своєрідну посвяту в дорослість і прагне до нього, впливаючи не сексуальним імпульсам, а прагненню бути «як всі» або ж «крутіше всіх».

Перший етап ( 11-12 років) характеризується наявністю в підлітка конфлікту між потребою в залежності й прагненням до автономії. Труднощі його полягає в тому, що підліток амбивалентий у своїх очікуваннях відносно батьків. Він, з одного боку, пручається проявам їхньої турботи, а з іншого боку - проявляє бажання, щоб його балували. Таким чином, підліток перестає бути таким слухняним і ввічливим, яким він був раніше. У деяких можуть з'явитися регресивні прояви: прагнення полежати поруч із мамою, плаксивість, капризи. Батьки, як правило, не розуміють, що відбувається з підлітком, посилюють заборони, чим можуть привести підлітка до гострих емоційних розладів.

Другий етап - когнітивна реалізація відділення (важко вказати вік, тому що перехід до цієї стадії може затягтися на все життя). Підліток доводить усім:

світу, батькам і самому собі власну незалежність. Найчастіше це відбувається через відхід в опозицію, критику всього того, що робиться й говориться батьками. Причому бурхливі реакції батьків тільки підсилюють прагнення до емансипації в підлітків. Тривалість цієї стадії визначається часом, необхідним батькам для прийняття факту дорослішання підлітка.

Третій етап - афективні реакції на відокремлення. Тут можуть виникати почуття провини, гнів, депресивні реакції, взаємний страх втрати любові. Необхідно допомогти батькам культивувати в собі почуття гордості та радості від досягнень дитини, котра дорослішає.

Четвертий етап - ідентифікація. Дорослі вже визнають за підлітком право на самостійність, зникає зовнішнє бунтарство й ранимость. Підліток зосереджується на своїй індивідуалізації. Тут дуже важливо, щоб підліток мав зразки позитивної інтеграції серед значимих дорослих. Тому батькам підлітка, що перебуває на цій стадії, необхідно зрозуміти, що, тільки звернувши увагу на власну інтегрованість або дезінтегрованість, можна допомогти своїй дитині.

Таким чином, завершенням інтегрованого стану завершується процес відділення підлітка від родини. З ним встановлюються нові відносини, засновані не на примусі, а на партнерстві.

Консультування підлітків ґрунтується переважно на застосуванні методів розмовної терапії, тобто саме розмова (а не гра, як у дошкільників і молодших школярів) слугує засобом для усунення порушень психологічного здоров'я. При цьому особливого значення набувають такі описані К. Роджерсом аспекти взаємин між підлітком і консультантом, як: повне прийняття підлітка таким, який він є, уміння консультанта проявляти емпатію й бути самим собою (конгруентність).

Підліток дуже чітко відчуває будь-яку фальш у поведженні дорослих, тому тільки абсолютна правдивість самого консультанта допоможе встановити контакт.

#### Схеми консультації підлітків:

- встановлення контакту з підлітком;
- запит підлітка: опис труднощів і бажаних змін у собі,

конкретних людях, ситуації;

- діагностична бесіда: пошук причин труднощів;
- інтерпретація: словесно висловлена гіпотеза консультанта про можливі причини труднощів підлітка;
- реорієнтація: спільне вироблення конструктивних способів подолання труднощів.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Охарактеризуйте особливості домагання на визнання в підлітків.
2. Охарактеризуйте новоутворення в сфері усвідомлення часу, котрі повинні сформуватися в підлітковому віці.
3. Перерахуйте етапи відділення підлітка від родини.
4. Назвіть завдання, котрі повинні вирішувати групові заняття в різних класах?
5. Охарактеризуйте методичні засоби, що використовуються в групових заняттях з під паростками?
6. Охарактеризуйте етапи індивідуального консультування підлітків.
7. У чому складається ідея «перевести дефект підлітка з пасиву в актив»?
8. У чому складність консультування батьків підлітків?
9. Опишіть техніку «Чужі розповіді» і можливість її застосування в консультуванні батьків.

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:

Консультування підлітка. Пропрацювання етапу реорієнтації. Студенти працюють в парах: консультант-підліток.

1. Методика «Кіт у чоботях» Підліткові пропонується згадати казку про kota в чоботях Вона починається з того, що вмер мірошник і залишив старшому синові млин, середньому - віслюка, а молодшому - kota. «Мало того, що жодної користі немає мені від kota, так ще годувати його - тільки заважати він мені буде», - засумував молодший син. Але потім виявилось, що саме марний з першого погляду кіт допоміг молодшому синові

стати щасливим: допоміг знайти любов і успіх.

Далі консультант разом із підлітком продумують, яку користь може принести підліткові дана важка ситуація - його власний кіт у чоботях. У чому зробила його сильніше? Які нові можливості відкрила?

## 2. Методика «Переклад проблеми «з пасиву в актив» (Е.Еріксон).

Створити умови, у яких підліток допомагає одноліткам, що мають аналогічні проблеми.

Приклад: Ірина, 12 років, з раннім статевим дозріванням і підвищеним статевим потягом. Їй пропонується уявити себе спочатку мамою, що прийшла до психолога з тією або іншою проблемою дочки, а потім самим психологом. Дівчинка в ролі мами, природно, скаржиться на підвищений інтерес дочки до хлопчиків. Потім вдома, у ролі психолога, Ірина придумує й записує розповідь, яку аналізує разом з психологом.

Обговорення та аналіз.

***Використана та рекомендована література: [23;26; 31]***

## **Тема 11. . Психологічні труднощі дітей дошкільного та молодшого шкільного віку**

***Мета:*** ознайомлення студентів з специфікою консультативної діяльності з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку та їх батьками.

### **План**

1. Дошкільне дитинство: проблеми соціалізації та збереження психічного здоров'я.
2. Труднощі адаптації дитини до умов дошкільного закладу.
3. Проблеми спілкування.
4. Дитячі страхи.
5. Формування соціально-спрямованої поведінки.

### **Базові знання з теми**

Труднощі адаптації дитини до умов дошкільного закладу. Здатність

почуватися комфортно за відсутності близьких дорослих залежить передусім від психологічного віку дитини. Спочатку дитина пов'язана з матір'ю міцними узами залежності: вона тулиться до мами, вимагає, щоб та завжди була поруч, грається спокійно тільки в її присутності, періодично перевіряє, чи на місці її "зона безпеки". На третьому році життя характер стосунків дитини з батьками змінюється. Дитина менше орієнтується на безпосереднє фізичне спілкування з матір'ю, а прагне певною мірою партнерських взаємин із батьками. З установленням певної дистанції між дитиною та її батьками стає можливим відвідування нею дитячого садка.

Проблеми спілкування. Однією з типових причин так званої дитячої впертості може бути незнання вихователями вікової специфіки сприйняття світу. Наприклад, дошкільник вимагає перелити сік в іншу чашку або змушує маму вдягнути інше вбрання. Вихователі намагаються боротися з примхами дитини — вмовляють, сварять, але дитина щиро переконана, в іншій чашці соку стане більше, а нова сукня може змінити маму. Причому через свій егоцентризм дитина не сумнівається, що всі розуміють, про що йдеться, і тому не обґрунтовує свої вимоги, а наполягає на них.

Прояви психологічного неблагополуччя дитини. Такими проявами можуть бути емоційні розлади, невротичні реакції, психосоматичні захворювання, затримка психофізичного розвитку, гальмування пізнавальних потреб (діти стають недопитливими, байдужими), збіднення ігрової діяльності (такі діти грають дуже одноманітно, сюжети їхніх ігор відтворюють непрофесійні стосунки дорослих, як у здорових дітей, а ті психологічні проблеми, що тривожать дитину). Діти у стані психологічного неблагополуччя гірше їдять, сплять, у них переважають негативні емоції. Негативні емоційні стани залежно від темпераменту дитини можуть формуватися на фоні судження (тоді дитина стає імпульсивною, дратівливою, агресивною) або на фоні гальмування (що проявляється у тривожності, скутості, пригніченості тощо).

Дитячі страхи. Наявність страхів у дошкільника не завжди є показником психологічного неблагополуччя. В основі більшості страхів у дошкільному віці лежить афективно-загострене сприйняття загрози для життя як один

із проявів інстинкту самозбереження. Діти, які бояться, більш передбачливі, більш емоційні та вразливі. Відсутність страхів — скоріше виняток, ніж правило, і може свідчити про серйозні мозкові порушення дитини. В останньому випадку поряд із нестійкістю уваги, непосидючістю, збудливістю спостерігається нечутливість дитини до переживань узагалі й страхів зокрема.

За сприятливих умов психічного розвитку під кінець дошкільного віку почуття й переживання дітей ускладнюються, диференціюються. Зберігаючи емоційність і вразливість, дошкільник втрачає дитячу безпосередність. Підвищуються самоконтроль, з'являються почуття провини, справедливості чи несправедливості, моральні переживання — все те, що стане категорією совісті у молодшому шкільному віці. Старшим дошкільникам властиве почуття гідності, вони не витримують зневаги, глузування. Як і раніше, у них виражена потреба у визнанні, схваленні, підтримці, любові. Причому ці почуття дедалі більше переносяться на однолітків, створюючи складну систему групових відносин. Розвивається вміння ставити себе на місце іншої людини і певною мірою уявляти її почуття та переживання. Розвиток рефлексії та емпатії збагачує внутрішній світ дитини, насичує новим змістом її спілкування, робить поведінку соціально спрямованою.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Поясніть, у чому полягає сутність оптимізації взаємодії батьків з навчально-виховним закладом з психологічних аспектів професійної орієнтації дітей?
2. Чому необхідною умовою успішної роботи є встановлення довіри між психологом і батьками?
3. Проаналізуйте особливості психічного розвитку дитини дошкільного віку.
4. Назвіть критерії психологічної готовності дитини до шкільного навчання.
5. Проаналізуйте особливості психічного розвитку дитини молодшого шкільного віку.
6. Схарактеризуйте особливості консультування батьків дезадаптованих молодших школярів.

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.

## 2. Лабораторна робота:

### Вправа Аналіз ситуації.

1. Із розповіді мами: “Моя семирічна донька ревнує мене до свого молодшого братика. Коли він був зовсім маленьким, це не дуже проявлялося, зараз наші стосунки загострилися. Як тільки я роблю їй зауваження, вона говорить: Ти мене не любиш, любиш тільки свого Сашка. Я починаю себе ловити на тому, щоб відвернути незадоволення доньки — менше уваги приділяю синові. Проте з’явилися інші скарги: “Чому більший шматочок їжі ти поклала братові?”, “Як завжди все краще братові”. “Ти знову граєшся з ним, а хто буде гратися зі мною?”.

Як позбутися дитячих ревнощів? Проаналізуйте психологічний клімат у сім’ї.

Запитання: 1. Що, на вашу думку, може провокувати виникнення та загострення дитячих ревнощів у сім’ї? 2. Які виховні настанови треба сформулювати мамі? Змодельуйте можливий діалог

2. Серед дітей 6-го класу, які часто прогулювали заняття, особливо помітним став Олександр — відчайдушний, кмітливий, передбачливий. Мама (а він виховувався в неповній сім’ї) вже давно втратила контроль над сином, ще в початковій школі. У зв’язку з пропусками уроків вчителі жалілись на сина матері, а та вчителям. Останнім часом вона не стала ходити до школи, оскільки не хоче вислуховувати скарги. Ще одним поясненням було те, що з деякого часу син став годувальником сім’ї. Заробляв він тільки йому відомим способом, нікому не розповідаючи що і де робить. Іноді його бачили з газетами, які він продавав у транспорті, а іноді з морозивом на людних перехрестях. Кажуть навіть, що він мив машини біля готелю “Інтурист” . На уроках Сашко не дуже відрізнявся від інших дітей, навчався на “задовільно”. Але через пропуски уроків його не можна було атестувати. Сам він до перспективи бути виключеним чи стати другорічником ставився з гумором. Готовий був навіть зараз “зав’язати” з навчанням, якби не мати.

Запитання: 1. Дайте характеристику стилю виховних



впливів, до яких вдається мама Саші. 2. Який психологічний прогноз можна зробити стосовно майбутнього хлопця? 3. Яким чином можливо досягти позитивних зрушень у поведінці Саші? 4. Чи є сенс психологові втручатися у ситуацію, що склалася?

Обговорення та аналіз.

***Використана та рекомендована література: [5; 13; 26; 31]***

## **Тема 12. . Психолого-педагогічне консультування батьків та педагогів в окремих випадках. Симптоматичні рекомендації**

***Мета:*** ознайомлення студентів з специфікою консультативної діяльності батьків та педагогів в окремих випадках та правилами надання симптоматичних рекомендацій.

### **План**

1. Основні правила та вимоги до діагностичного процесу психологічного консультування.
2. Класифікація випадків звернення батьків дітей до психологічної консультації.
3. Поняття симптоматичних рекомендацій.
4. Окремі випадки для надання симптоматичних рекомендацій.

### **Базові знання з теми**

Симптоматичні рекомендації потрібні в тих випадках, коли в дитини є якась локальна проблема. Вона може відноситися до когнітивної або емоційно-особистісної сфери, до поводження, до сфери спілкування. Підкреслимо, що подібні рекомендації даються не у відповідь на відповідну *скаргу* клієнта, а тільки після того, як консультант переконається в тому, що дана психологічна проблема дійсно існує. Це важливо у зв'язку з тим, що клієнт далеко не завжди правильно усвідомлює справжні причини тих або інших труднощів.

Наприклад, скарга на погану пам'ять дитини в дійсності може пояснюватися не порушеннями пам'яті, а зниженням учбово-пізнавальної мотивації або ж завищених очікувань батьків.

У переважній більшості випадків симптоматичні рекомендації повинні бути доповнені індивідуалізованими, спрямованими не на окремі прояви, а на більш значущі загальні причини. Це відповідає й системі застосування симптоматичних засобів у медицині. Так, даючи хворому ліки для полегшення кашлю, лікар, ймовірно, призначить і загальне лікування для подолання захворювання, яке викликане цим симптомом.

Якщо при психологічному обстеженні виявляються порушення пам'яті, то необхідно ретельно перевірити ступінь збереження різних її видів: слухової, зорової, рухової, значеннєвої. Це слугуватиме основою для рекомендацій.

Основний напрямок рекомендацій при розладах уваги й порушеннях самоконтролю - це техніки формування операцій перевірки й оцінки своєї роботи. Ось схема одного з найпростіших, доступних будь-якому дорослому прийомів формування контрольних операцій у неухважної дитини.

При розладах планування й організації діяльності батькам розповідається, як учити дитину плануванню своїх дій. Планування повинне стати обов'язковим, але коротким етапом, що випереджає кожен день. «Декількома словами скажи, як будеш вирішувати це завдання», - подібними пропозиціями дорослий може спонукати дитину до планування дій. Однак, виділяючи в кожній дитячій дії окремий етап планування як підготовки до дії, дорослий повинен стежити за тим, щоб плани були реалізовані, щоб дія не підмінювалася його плануванням.

Якщо в дитини вповільнений темп діяльності, то цю особливість варто просто враховувати. Не можна засуджувати дитину за повільність, над якою вона не владна. Варто розуміти, що при її темпових характеристиках потрібно регулювати обсяг роботи. Отже, обсяг домашнього завдання можна й необхідно скорочувати, прагнучи до того, щоб виконана частина завдання була зроблена добре, а не до того, щоб було зроблено все, але кепсько.

Перша й найважливіша рекомендація при підвищеній тривожності полягає в тому, що дитині необхідно забезпечити відчуття своєї успішності.

Не можна допускати, щоб вона була замкнена на своїх невдачах. Їй потрібно знайти таку діяльність, у якій вона здатна самостверджуватися. Відчуття успіху - кращі ліки від підвищеної тривожності. Крім того, дитина повинна почувати себе захищеною, знати, що при необхідності дорослі (насамперед батьки) обов'язково прийдуть на допомогу. У випадку, якщо батьки самі не впевнені в собі, повні побоювань і занепокоєння, необхідно, щоб вони, принаймні, не демонстрували свою непевність дитині, не ділилися з нею своїми страхами.

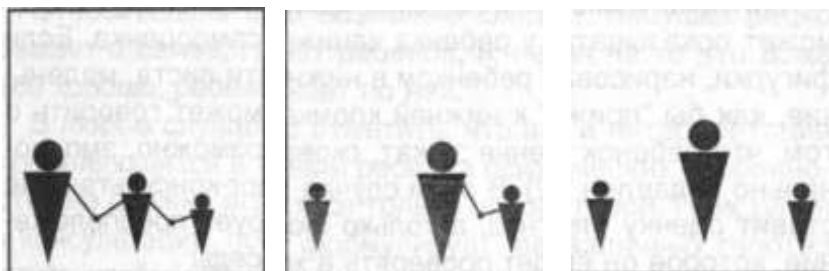
### Завдання для самоконтролю

1. Поясніть, у чому полягає специфіка діагностики школярів в процесі психологічного консультування?
2. Сформулюйте правила застосування методики включеного спостереження.
3. Сформулюйте правила аналізу малюнків молодших школярів.
4. Дайте визначення поняття «симптоматичні рекомендації».

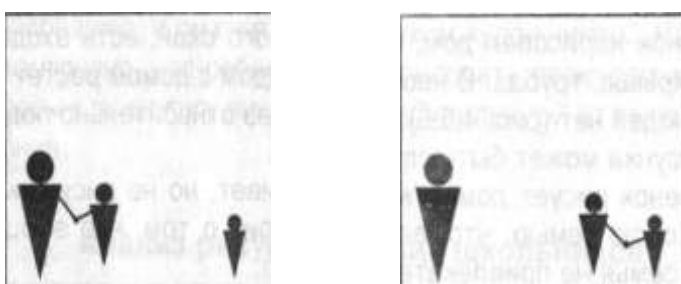
### Хід заняття

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:
  - 1) З'ясування: Аналіз малюнків молодших школярів;

Проаналізуйте наступні схеми-зображення:



Батько    мати    дитина    Батько    мати    дитина    Батько    мати    дитина



Батько    мати

дитина    Батько    мати    дитина

## 2) Вправа «Аналіз ситуації».

1. Із розповіді мами: “Моя семирічна донька ревнує мене до свого молодшого братика. Коли він був зовсім маленьким, це не дуже проявлялося, зараз наші стосунки загострилися. Як тільки я роблю їй зауваження, вона говорить: Ти мене не любиш, любиш тільки свого Сашка. Я починаю себе ловити на тому, щоб відвернути незадоволення доньки — менше уваги приділяю синові. Проте з’явилися інші скарги: “Чому більший шматочок їжі ти поклала братові?”, “Як завжди все краще братові”. “Ти знову граєшся з ним, а хто буде гратися зі мною?”.

Як позбутися дитячих ревнощів? Проаналізуйте психологічний клімат у сім’ї.

Запитання: 1. Що, на вашу думку, може провокувати виникнення та загострення дитячих ревнощів у сім’ї? 2. Які виховні настанови треба сформулювати мамі? Змодельуйте можливий діалог

2. Серед дітей 6-го класу, які часто прогулювали заняття, особливо помітним став Олександр — відчайдушний, кмітливий, передбачливий. Мама (а він виховувався в неповній сім’ї) вже давно втратила контроль над сином, ще в початковій школі. У зв’язку з пропусками уроків вчителі жалілись на сина матері, а та вчителям. Останнім часом вона не стала ходити до школи, оскільки не хоче вислуховувати скарги. Ще одним поясненням було те, що з деякого часу син став годувальником сім’ї. Заробляв він тільки йому відомим способом, нікому не розповідаючи що і де робить. Іноді його бачили з газетами, які він продавав у транспорті, а іноді з морозивом на людних перехрестях. Кажуть навіть, що він мив машини біля готелю “Інтурист” . На уроках Сашко не дуже відрізнявся від інших дітей, навчався на “задовільно”. Але через пропуски уроків його не можна було атестувати. Сам він до перспективи бути виключеним чи стати другорічником ставився з гумором. Готовий був навіть зараз “зав’язати” з навчанням, якби не мати.

Запитання: 1. Дайте характеристику стилю виховних впливів, до яких вдається мама Саші. 2. Який психологічний прогноз можна зробити

стосовно майбутнього хлопця? 3. Яким чином можливо досягти позитивних зрушень у поведінці Саші? 4. Чи є сенс психологові втручатися у ситуацію, що склалася?

Обговорення та аналіз.

**Використана та рекомендована література:** [11; 24; 29; 31]

### **Тема 13. . Основні питання сімейного консультування.**

**Мета:** ознайомлення студентів з сутністю консультування батьків з проблем оптимізації сімейного виховання.

#### **План**

1. Огляд основні методи діагностики проблем сім'ї.
2. Методи та прийоми, що використовуються в сімейному консультуванні.
3. Способи організації процесу сімейного консультування: індивідуальна робота з одним членом подружньої пари, робота з подружньою парою. Основні вимоги до роботи з подружньою парою.
4. Консультування з приводу проблем у взаємовідносинах з дітьми.

#### **Базові знання з теми**

Основні групи питань, пов'язаних із проведенням сімейного консультування:

1. Взаємини клієнта з його майбутнім чоловіком (дружиною).
2. Взаємини між подружжям у сформованій родині.
3. Взаємини подружжя з власними батьками й батьками чоловіка (дружини).
4. Взаємини батьків і дітей у родині.

Внаслідок недостатньої ясності причин звернення клієнта в психологічну

консультацію, психолог насамперед повинен буде визначитися в тому, про що він буде говорити із клієнтом.

Вирішити це завдання консультантові може допомогти аналіз відповідей клієнта на наступні питання:

1. Якими якостями, на ваш погляд, повинен володіти майбутній, ідеальний для вас чоловік (дружина)?
2. Чи замислювалися ви над питаннями про те, чи існує в дійсності така людина?
3. Якою мірою вашому ідеалу відповідає та людина, з якою ви збираєтеся пов'язати свою долю?
4. Чи існують які-небудь психологічні якості, які ви не хотіли би бачити у свого майбутнього чоловіка (дружини)?
5. Чи є ознаки прояву подібних якостей особистості в тієї людини, з якою ви плануєте пов'язати своє майбутнє сімейне життя?
6. Чи намагалися ви якось вплинути на свого майбутнього чоловіка (дружину), і якщо так, то що із цього вийшло?
7. Чи є у вас які-небудь недоліки, до яких вашому майбутньому чоловікові (дружині) буде важко звикнути?
8. Чи намагалися ви що-небудь змінити в самому собі в кращу сторону, і якщо намагалися це зробити, то які результати отримали?
9. Що ще, окрім уже названих вами особистісних якостей, ви вважаєте важливим для майбутнього подружнього життя?
10. Як до всього цього ставиться ваш реальний кандидат у майбутні чоловіки(дружини) ?

Типові проблеми, через які члени молодії родини можуть звертатися в психологічну консультацію:

1. Відсутність між партнерами належного взаєморозуміння.
2. Психологічна несумісність характерів.
3. Несумісність звичок, вчинків і дій подружжя.
4. Істотні розбіжності в поглядах подружжя з питань, що вимагають певної єдності думок.

Кожна із цих проблем має свої частини, індивідуально своєрідні для

кожної родини варіанти, а також свої, специфічні причини. Починати практичне психологічне консультування в цьому випадку необхідно з перевірки правильності припущення про ці причини (після ідентифікації самої проблеми).

Найпоширеніші типові варіанти проблем, що зустрічаються в практиці сімейного консультування:

Відсутність взаєморозуміння між членами родини може виражатися в наступному:

- у нездатності одного або обох членів подружжя зрозуміти один одного, прийняти чужу точку зору;
- у нездатності одного або обох членів родини довести іншому свою правоту в будь-якому важливому питанні внутрісімейного життя;
- у труднощах досягнення згоди подружжя по будь-якому одному або багатьом питаннях сімейного життя;
- у відсутності бажання одного або обох членів подружжя йти один одному назустріч під час обговорення й ухваленні рішення по важливому питанню.

Можливі причини відсутності взаєморозуміння:

- занадто велика різниця в рівні освіти, інтелектуального розвитку, життєвого досвіду, виховання членів подружжя;
- невміння одного або обох членів подружжя доводити свою правоту й нездатність одного з подружжя переконати в чомусь іншого;
- невміння подружжя уважно слухати й розуміти один одного;
- нездатність перемикає увагу під час розмови із власних думок на те, про що говорить партнер;
- виняткове прагнення одного з подружжя довести свою правоту іншому;
- надмірна впевненість одного або обох членів подружжя в безсумнівній правильності, непогрішності своєї власної точки зору;
- невміння одного або обох членів подружжя йти на компроміс, гнучко, залежно

від ситуації, міняти стратегію й тактику спілкування один з одним з урахуванням сформованих умов;

- упереджене відношення одного партнера до іншого.

Всі названі причини можуть діяти як разом, так і порізно.

Несумісність характерів подружжя в практиці внутрісімейних відносин може виражатися в тому, що:

- один або обидва партнера не в змозі спокійно розмовляти один з одним, часто дратуються без достатньої на те причини, виходять із себе;
- дії з боку одного з подружжя викликають протидії, негативні емоційні реакції з боку іншого;
- один або обидва партнера мають такі риси характеру, які неприйнятні в спілкуванні з людьми, наприклад - демонстративна неповага партнера, приниження його.

#### Етапи психологічного консультування:

**I** Насамперед необхідно поставити точний діагноз, тобто з'ясувати, які з перерахованих вище проблем і питань є актуальними для подружжя.

Типова ситуація, що змушує подружжя звертатися до консультанта-психолога, така, що в родині виникає не одна, а безліч, пов'язаних у єдиний вузол, проблем, і розплутати цей вузол самим чоловіку та дружині не вдається. Звернувшись до психолога-консульта вони сподіваються на його допомогу, але зазвичай називають тільки деякі з цих проблем, одну або дві такі, які, на їхній погляд, є найбільш важливими. Інші ж, як правило, вони замовчують або не здогадуються по наступних можливих причинах:

- недостатнє усвідомлення сутності цих проблем;
- заниження ступеня значимості проблем;
- невіра в можливість їх вирішення;
- розуміння того, що всі проблеми одразу не вирішиш. Із цього зазвичай випливає природне бажання подружжя спочатку зосередити свою увагу на одній проблемі, а потім уже намагатися вирішувати інші.

**II** Певним чином впорядкувати виявлені проблеми по їхній значущості вирішення, визначити головні й другорядні з них. Головними



називають такі проблеми, які необхідно вирішувати в першу чергу й рішення яких спричинює рішення інших проблем.

У тому випадку якщо буде твердо встановлено, що головною проблемою подружжя в їхньому сімейному житті є відсутність взаєморозуміння між ними, психологові-консультантові рекомендується діяти:

**1)** необхідно навчити подружжя уважно слухати один одного (слухати - значить розуміти, але не обов'язково повністю й у всьому погоджуватися).

Уміння слухати означає:

- зосередження уваги на тому, що говорить і переживає інша людина;
- відволікання на час слухання уваги від власних думок і переживань;
- активне міркування над тим, що говорить партнер, з певним внутрішнім настроєм на його глибоке розуміння й без спроб оцінювати почуте в термінах «добре» або «погано»;
- запам'ятовування думок, фактів, повідомлених людиною, і логіки її міркувань;
- розуміння того, чому партнер вважає себе правим.

**2)** бажано запропонувати клієнтові самому переконатися в тому, що він ще не навчився добре слухати інших.

Це *практично можна зробити в такий спосіб*: попросити клієнта згадати зміст своєї останньої розмови із чоловіком (це повинна бути така розмова, у якій чітко виявилось недорозуміння подружжя) і у зв'язку з цим відповісти на наступні питання:

- Про що була ця розмова, який її зміст?
- Що спробував пояснити й довести вам, у чому намагався переконати вас чоловік (дружина) у цій розмові?
- Як він (вона) це робив?
- Про що він (вона) говорив (ла) на початку й наприкінці розмови?
- Які аргументи він(вона) використовував для доказу своєї правоти?
- Що відчував ваш чоловік, розмовляючи з вами?
- Чому він вважав себе правим у цій розмові й не погоджувався з вами?

Якщо клієнт утрудняється відповісти хоча б на одне із цих питань, це означає, що він погано вміє слухати свого чоловіка (дружину), і чим більше

подібних питань викликають у нього труднощі, тим гірше розвинене в нього вміння слухати інших людей.

3) На закінчення розмови варто запропонувати клієнтові протягом одного - двох тижнів під час бесід зі своєю дружиною (чоловіком) ретельно контролювати себе, процес свого слухання, орієнтуючись на сформульовані вище питання.

### **Завдання для самоконтролю**

1. Наведіть приклади форм і методів психоконсультативної роюоти з подружжям.
2. Назвіть психодіагностичні методики, які застосовуються у роботі психолога з сім'ями.
3. За допомогою яких проєктивних методик психолог може з'ясувати сімейну ситуацію очима дитини.

### **Хід заняття**

1. Перевірка якості виконання завдань для самоконтролю.
2. Лабораторна робота:

Зівдання: Вправа «Аналіз ситуації».

1. Із розповіді мами: “Моя семирічна донька ревнує мене до свого молодшого братика. Коли він був зовсім маленьким, це не дуже проявлялося, зараз наші стосунки загострилися. Як тільки я роблю їй зауваження, вона каже: Ти мене не любиш, любиш тільки свого Сашка. Я починаю себе ловити на тому, щоб відвернути незадоволення доньки — менше уваги приділяю синові. Проте з'явилися інші скарги: “Чому більший шматочок їжі ти поклала братові?”, “Як завжди все краще братові”. “Ти знову граєшся з ним, а хто буде гратися зі мною?”.

Запитання: 1. Що, на вашу думку, може провокувати виникнення та загострення дитячих ревностів у сім'ї? 2. Які виховні настанови треба сформулювати мамі? Змоделюйте можливий діалог. 3. Як позбутися дитячих ревностів? Проаналізуйте психологічний клімат у сім'ї.

2. Серед дітей 6-го класу, які часто прогулювали заняття, особливо помітним став Олександр — відчайдушний, кмітливий, передбачливий. Мама (а він виховувався в неповній сім'ї) вже давно втратила контроль над сином, ще в початковій школі. У зв'язку з пропусками уроків вчителі жалілись на сина матері, а та вчителям. Останнім часом вона не стала ходити до школи, оскільки не хоче вислуховувати скарги. Ще одним поясненням було те, що з деякого часу син став годувальником сім'ї. Заробляв він тільки йому відомим способом, нікому не розповідаючи що і де робить. Іноді його бачили з газетами, які він продавав у транспорті, а іноді з морозивом на людних перехрестях. Кажуть навіть, що він мив машини біля готелю “Інтурист” . На уроках Сашко не дуже відрізнявся від інших дітей, навчався на “задовільно”. Але через пропуски уроків його не можна було атестувати. Сам він до перспективи бути виключеним чи стати другорічником ставився з гумором. Готовий був навіть зараз “зав'язати” з навчанням, якби не мати.

Запитання: 1. Дайте характеристику стилю виховних впливів, до яких вдається мама Саші. 2. Який психологічний прогноз можна зробити стосовно майбутнього хлопця? 3. Яким чином можливо досягти позитивних зрушень у поведінці Саші? 4. Чи є сенс психологові втручатися у ситуацію, що склалася? Наведіть приклад психологічного консультування батьків з проблем їх міжособистісних стосунків з дітьми. Проведіть психологічну консультацію. Обговорення та аналіз.

***Використана та рекомендована література: [2; 5; 7]***

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

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

**1. Базовими положеннями психоаналітичної теорії не є:**

- А. психічна енергія;
- Б. несвідоме і свідоме;
- В. релігійне підсвідоме;
- Г. принцип задоволення.

**2. До основних постулатів гуманістичного напрямку не відноситься:**

- А. вплив на поведінку клієнта та підвищення почуття власної гідності;
- Б. моделювання через участь;
- В. значення атмосфери консультування;
- Г. важливість Я-концепції.

**3. Раціонально-емотивне консультування не передбачає:**

- А. схильність людей як до актуалізації самих себе;
- Б. свобода від болю;
- В. змінити поведінку, управляючи обставинами підкріплення клієнта;
- Г. прагнення до свободи вибору.

**4. Методами і процедурами поведінкового консультування не є:**

- А. : систематична десенсибілізація;
- Б. тренінг асертивності;
- В. поведінковий контракт;
- Г. парадоксальна інтенція.

**5. Основними положеннями біхевіористичної теорії не є:**

- А. пам'ять як збереження вербальних звичок;
- Б. детермінізм і формування навичок;
- В. навчіння через спостереження;
- Г. обумовлення емоцій.

**6. До основних положень когнітивного консультування не відноситься:**

- А. автоматичні думки;
- Б. моделювання через участь;
- В. емоційні схеми (генерування почуттів);
- Г. особистісні конструкти.

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

- А. аналіз сценарію як допомога у відмові від раніше прийнятих рішень;
- Б. використання методу драми;
- В. аналіз ігор;
- Г. структурний аналіз.

**8. Нововведенням раціонально-емотивного консультування не є:**

- А. систематична десенсибілізація;
- Б. соціальне навчіння і вибір;
- В. акцент на "жахливому" минулому;
- Г. підкріплюючі наслідки

**9. Основними положеннями біхевіористичної теорії не є:**

- А. пам'ять як збереження вербальних звичок;
- Б. детермінізм і формування навичок;
- В. навчіння через спостереження;
- Г. обумовлення емоцій.

**10. До основних положень когнітивного консультування не відноситься:**

- А. автоматичні думки;
- Б. моделювання через участь;
- В. емоційні схеми (генерування почуттів);
- Г. особистісні конструкти.

**11. Основними положеннями біхевіористичної теорії не є:**

- А. пам'ять як збереження вербальних звичок;
- Б. детермінізм і формування навичок;
- В. навчіння через спостереження;
- Г. обумовлення емоцій.

**12. До основних положень когнітивного консультування не відноситься:**

- А. автоматичні думки;
- Б. моделювання через участь;
- В. емоційні схеми (генерування почуттів);
- Г. особистісні конструкти.

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

- А. аналіз сценарію як допомога у відмові від раніше прийнятих рішень;
- Б. використання методу драми;
- В. аналіз ігор;
- Г. структурний аналіз.

**14. Нововведенням раціонально-емотивного консультування не є:**

- А. систематична десенсибілізація;
- Б. соціальне навчіння і вибір;
- В. акцент на "жахливому" минулому;
- Г. підкріплюючі наслідки.

**15. На стадії планування:**

- А. консультант прагне точно охарактеризувати проблеми клієнта, встановлюючи як емоційні, так і когнітивні їхні аспекти;
- Б. з'ясовуються й відкрито обговорюються можливі альтернативи рішення проблем;
- В. відбувається послідовна реалізація плану рішення проблем;
- Г. здійснюється критична оцінка обраних альтернатив рішення.

**16. До найважливіших рольових функцій консультанта не відноситься:**

- А. побудова відносин із клієнтом на взаємній довірі;
- Б. моделювання через участь;
- В. виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів;
- Г. безпосереднє "входження" у життєві обставини клієнтів і їхні відносини зі значимими для них людьми.

**17. До ознак аутентичної особистості не відноситься:**

- А. повне усвідомлення справжнього моменту;
- Б. свобода від болю;
- В. вибір способу життя в цей момент;
- Г. прийняття відповідальності за свій вибір.

**18. Основне завдання консультанта полягає в тому, щоб:**

- А. допомогти клієнтові у вирішенні особистих проблем;
- Б. клієнтові зрозуміти, ким він хоче стати;
- В. допомогти клієнтові у виявленні своїх внутрішніх резервів і в усуненні факторів, що заважають їхньому використанню;
- Г. допомогти клієнтові у оптимізації міжособистісних стосунків.

**19. На стадії діяльності:**

- А. клієнт разом з консультантом оцінює рівень досягнення мети

- (ступінь вирішення проблеми) і узагальнює досягнуті результати;
- Б. відбувається послідовна реалізація плану рішення проблем;
- В. з'ясовуються й відкрито обговорюються можливі альтернативи рішення проблем;
- Г. консультант встановлює контакт (rapport) із клієнтом і досягає обопільної довіри.

***20. До найважливіших рольових функцій консультанта не відноситься:***

- А. генерування позитивних автоматичних думок клієнтів;
- Б. постійне вдосконалювання процесу консультування;
- В. створення навколо клієнтів здорового психологічного клімату;
- Г. виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів.

***21. До ознак аутентичної особистості не відноситься:***

- А. повне усвідомлення справжнього моменту;
- Б. вибір способу життя в цей момент;
- В. прийняття відповідальності за свій вибір
- Г. саморозуміння.

***22. Еклектична загальна модель консультативного процесу складається з:***

- А. шести стадій;
- Б. чотирьох стадій;
- В. восьми стадій;
- Г. п'яти стадій.

***23. До основних параметрів консультативного контакту не відноситься:***

- А. емоційність;
- Б. ефективність;
- В. інтенсивність;



Г. сумлінність.

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

- А. консультант відчуває безумовну повагу до клієнта;
- Б. консультант переживає емпатію, прийнявши точку зору клієнта, і дає це йому зрозуміти;
- В. виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів;
- Г. емпатійне розуміння й безумовна повага консультанта передаються клієнтові навіть при мінімальній виразності

**25. Унікальність природи консультативного контакту залежить від:**

- А. повного усвідомлення справжнього моменту;
- Б. свободи від болю;
- В. здатності консультанта розрізняти інтимно-особистісні й інтимно-консультантські відносини;
- Г. прийняття відповідальності за свій вибір.

**26. До фізичних компонентів терапевтичного клімату не відносяться:**

- А. обстановка консультування;
- Б. щирість консультативного контакту
- В. структурування консультативного простору;
- Г. структурування часу консультування.

**27. До основних параметрів консультативного контакту не відноситься:**

- А. інтенсивність;
- Б. реалістичність;
- В. надання підтримки;
- Г. конфіденційність.

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

- А. виявлення альтернатив саморозуміння й способів діяльності клієнтів.
- Б. «клієнт», перебуває в стані психічного розладу, ранимих і тривожний;
- В. «консультант», бере активну участь у спілкуванні;
- Г. дві особи перебувають у психологічному контакті;

**29. Консультативний контакт є асиметричним, тому що:**

- А. тільки консультант повністю усвідомлює справжній момент;
- Б. тільки пацієнт обирає спосіб життя в цей момент;
- В. тільки пацієнт приймає відповідальності за свій вибір
- Г. тільки пацієнт розкриває інтимні подробиці свого життя.

**30. До емоційних компонентів терапевтичного клімату не відносяться:**

- А. конгруентність;
- Б. безумовна повага клієнта;
- В. структурування зустрічей;
- Г. емпатія.

**31. Скарга - це:**

- А. власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки;
- Б. адресоване та висловлене консультанту невдоволення людини з приводу певних психологічних труднощів, з якими вона самотійно не може справитися;
- В. сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація;
- Г. певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги.

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

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

**33. Яке з висловлювань психолога (на першому етапі інтерв'ю) є некваліфікованим**

- А. Ми разом з Вами спробуємо побачити цю ситуацію «іншими очима».
- Б. Думаю, що з цієї задачею ефективно справиться мій колега.
- В. Я допоможу Вам вирішити Вашу проблему.
- Г. Я Вас слухаю.

**34. Еклектичне консультування:**

- А. є накопичення методів і методик, що довели свою практичну ефективність,
- Б. не є набір різних теоретичних принципів, переконань або накопичення методів і методик, що довели практичну ефективність незалежно від контексту можливого застосування.
- В. є набір різних теоретичних принципів, переконань або накопичення методів і методик, що довели практичну ефективність незалежно від контексту можливого застосування.
- Г. немає вірних варіантів.

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

- А. врахування нормативних психічних новоутворень;
- Б. аналіз специфіки взаємин з однокласниками;
- В. аналіз включення дитини у процес учіння;
- Г. діагностування розумових здібностей школярів.

**36. Причинами шкільної неуспішності і дезадаптації не є :**

- А. тип нервової системи дитини;

- Б. недоліки у підготовці дитини до школи;
- В. відставання в інтелектуальному розвитку;
- Г. соматична ослабленість дитини.

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

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

**38. Різниця між скаргою та психологічним запитом не визначається:**

- А. рівнем усвідомлення існуючих проблем;
- Б. щирістю консультативного контакту;
- В. здатністю об'ємно бачити загальну картину ситуації;
- Г. мірою проникнення консультанта в психологію переживань клієнта.

**39. Запит - це:**

- А. власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки;
- Б. адресоване та висловлене консультанту невдоволення людини з приводу певних психологічних труднощів, з якими вона самотійно не може справитися;
- В. сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація;
- Г. певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги.

**40. До особливостей консультування щодо розвитку інтелектуальних здібностей школярів не відноситься:**

- А. врахування особливостей розвитку всіх процесів мислення;
- Б. аналіз організації провідної діяльності певного вікового періоду;
- В. врахування розвитку спостережливості;
- Г. врахування загальних законів розвитку розумових здібностей;

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

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

**42. Проблема - це:**

- А. власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки;
- Б. адресоване та висловлене консультанту невдоволення людини з приводу певних психологічних труднощів, з якими вона самостійно не може справитися;
- В. сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація;
- Г. певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги.

**43. Профілактика алкоголізму та наркоманії не стосується:**

- А. організації дитячої діяльності;
- Б. гуманізації батьківської та педагогічної взаємодії;
- В. розвитку спеціальних здібностей школярів;
- Г. підвищення відповідальності батьків за коректність власної поведінки.

**44. Якщо при психологічному обстеженні дитини**

***виявляються порушення пам'яті, в першу чергу необхідно:***

- А. перевірити розвиток всіх пізнавальних процесів;
- Б. перевірити ступінь збереження різних видів пам'яті;
- В. дослідити інтелектуальний рівень;
- Г. дослідити рівень розвитку уваги.

***45. Основним напрямком рекомендацій при розладах уваги й порушеннях самоконтролю є:***

- А. застосування психокорекційних вправ для розвитку уваги;
- Б. психодіагностичне обстеження рівня розвитку уваги;
- В. перевірка рівня розвитку пізнавальних процесів;
- Г. застосування технік формування операцій й оцінки своєї роботи.

***46. Найважливіша реакція при підвищеному рівні тривожності:***

- А. використання техніки «талісману»;
- Б. застосування гри з водою;
- В. забезпечення дитині відчуття своєї успішності;
- Г. чітке планування дня.

***47. Методика «Знищення страху» малоефективна у випадку, якщо:***

- А. проводиться з дітьми старшого шкільного віку;
- Б. страхи використовуються дитиною для залучення до себе уваги дорослих;
- В. використовується батьками;
- Г. використовується в присутності батьків.

***48. При зниженому настрої дитини, субдепресії, в якості психокорекційних заходів рекомендують:***

- А. залучати дитину до різних домашніх справ;
- Б. дотримуватись чіткого розпорядку дня;
- В. застосовувати арт-терапевтичні техніки – «казкотерапія», «збагачення малюнка»;

Г. застосовувати арт-терапевтичну техніку «Знищення страху».

**49. При астенії особливого значення потребує:**

- А. організація спільних занять дітей і дорослих
- Б. правильна організація режиму дня і тривалий сон;
- В. організація діяльності дітей у різних секціях, кружках;
- Г. актуалізація емоційних переживань дитини.

**50. Техніка «гарних найменувань» застосовується на етапі:**

- А. визначення основних ліній напруги в долі людини;
- Б. розгляду важкої ситуації як можливості набуття нового досвіду;
- В. допомоги людині прийти в стан готовності до змін;
- Г. можливості зміни важкої ситуації.

**51. Перший етап роботи з депресією:**

- А. допомога в оволодінні філософією прийняття замість філософії вимоги;
- Б. стійке й по можливості радісне прийняття існуючих важких обставин, які неможливо змінити, такими, які вони є;
- В. з'ясування змісту даних важких обставин;
- Г. надання людині можливості в безпечній ситуації пережити те почуття, від зустрічі з яким її захищає депресія.

**52. 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.

**53. 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.

**54. 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.

**55. Фобія — це:**

- А. страх, що має реальну причину;
- Б. страх чого-небудь;
- В. страх без причини;
- Г. харчовий розлад.

**56. Зміст психологічної допомоги полягає:**

- А. У забезпеченні емоційної, смислової та екзистенційної підтримки людини або суспільства в ситуаціях ускладнення, які виникають у ході їх особистісного та соціального буття.
- Б. Детального розмежування сфер діяльності психолога і психотерапевта.
- В. У забезпеченні глибокого вивчення основних проблем дезадаптації та істигнації людини в суспільстві.
- Г. Детального теоретичного та практичного аналізу та пропрацювання психологічних проблем особистості.

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



- А. зима;
- Б. весна;
- В. літо;
- Г. осінь.

**58. 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.

**59. 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.

## ЗАДАЧІ ДО КУРСУ.

1. До психолога звернулись батьки дівчинки 11 років, яка ходить до спеціальної школи-гімназії з поглибленим вивченням іноземних мов. Сім'я живе у старому районі великого міста, де немає місця для прогулянок чи ігор. Наприкінці чверті дівчинка стомлюється, скаржиться на головний біль. За таких обставин вона частіше, ніж завжди, хоче ходити в кіно та дивитись детективи. Батьки ж примушують її читати серйозні книжки. Непорозуміння та напруження, що виникають внаслідок цього, пом'якшуються після канікул, але наприкінці чверті все повторюється знову.

1. Побудуйте гіпотези щодо причин повторення такої ситуації.
2. Що не враховують батьки у природі дівчинки?
3. Що можна порадити батькам?

2. До психолога-консультанта звернулася мама Ігоря В. з третього класу. Ігор дуже повільно все робить, через це часто спізнюється до школи, не встигає виконувати завдання класної роботи, і тому часто отримує погані оцінки. Суворі дисциплінарні заходи, які застосовуються мамою до хлопчика, безрезультатні.

*Дайте психологічну інтерпретацію ситуації. Які заходи з боку батьків і вчителів можуть бути ефективними?*

3. До журналу “Сімейний консультант” надійшов лист: “Шановний психолог журналу “Сімейний консультант”, пишу Вам цього листа, тому що серце моє наповнене біллю, і крім Вас ніхто не зможе мені допомогти. Моя проблема — 13-річний син. Слава останнім часом став дуже важкою дитиною: він пропускає заняття у школі, обманює, грубіянить. У мене таке враження, що він постійно щось від мене приховує, щось недоговорює... З учителями у школі практично не спілкуюсь, у них тільки одні скарги на Славу — погано

*вчиться, погано поводиться. Шкільного психолога не хочу навіть питати, тому що вони там усі заодно: їм би зробити винними у всьому батьків або сім'ю. Мій перший чоловік після розлучення тільки надсилає аліменти і не цікавиться сином. Та і зі здоров'ям у Славчика якісь проблеми: як сідаємо у транспорт — втрачає свідомість. Що мені робити? До кого звертатися по допомогу?*

*Складіть можливий перелік заходів щодо психологічної допомоги автору листа.*

4. Учениця 3-го класу Іра К. отримала напередодні 1 вересня персональне запрошення директора школи. А вже з лютого місяця вона відмовляється йти до школи... . Минулої зими, коли Ірина прийшла у клас, вона побачила, що її парту чимось забруднена. Вона сказала про це вчительці. Але вчителька відреагувала так: “Йди на місце, нема про що говорити”. Ірина за свою парту сісти відмовилася. Вчительку це розсердило: “Не принцеса — прибереш”.

Учениця так і не сіла за парту. Вчителька обурилася і ... витерла парту сама. Іра про все розповіла вдома, і мати забрала її зі школи з ультиматумом: дівчинка прийде до школи тільки після того, як вчительку звільнять за “приниження гідності учениці”. Вчительці було внесено догану за некоректність у спілкуванні з ученицею, директор вибачилася перед ученицею та її мамою. Але мати дівчинки не пускає її у школу, порушуючи тим самим Закон України “Про середню освіту”.

*Дайте психологічний аналіз ситуації. Запропонуйте свій варіант дій психолога в цій ситуації.*

5. Десятирічна учениця музичної школи має гарні музичні здібності, сама намагається писати музику. Але під час занять за фахом фортепіано поводить неадекватно. У відповідь на зауваження вчителя або його прохання виправити помилки вона може зовсім перестати працювати і сидіти, насупившись, або продовжує грати, не звертаючи уваги на те, що говорить педагог. Вчитель змушений більшу частину уроку

витрачати на вмовляння та спроби налагодити стосунки з ученицею. Поведінка дівчинки залежить від настрою, який може зіпсуватися через будь-яку дрібницю. Вчитель звернувся до психолога з проханням допомогти розібратися в тому, що робити і чого не робити у таких ситуаціях, як поводитися з ученицею?

1. Побудуйте гіпотези щодо характерологічних особливостей дівчинки.
2. Як реагувати вчителю на такі поведінкові реакції дівчинки?

6. До психологічної консультації звернулася жінка тридцяти років. Вона впевнена, що чоловік зраджує їй зі своєю співробітницею, хоча він заперечує цей факт. Жінка не знає, що їй робити. Вона кохає свого чоловіка, до того ж у них два сини. Але як бути зі зрадами чоловіка і чи можна їх пробачити?

1. Чи має право психолог-консультант у цьому випадку дати клієнтці одну з двох порад: “розлучитися” чи “зберегти сім'ю”?
2. У чому полягатиме психологічна допомога?

7. До психолога звернулася жінка зі скаргою на сина-старшокласника. За словами матері, у сина погана поведінка та різко негативне ставлення до неї. Останнім часом, за півроку до закінчення школи, син почав прогулювати заняття, а тепер і зовсім перестав вчитися. На критику матері і навіть на дружні поради відповідає грубістю. Мати впевнена, що у сина є порушення психіки. Виховувала вона його сама, без батька. З чоловіком розлучилася, коли ще дитина не народилася. “Я для сина нічого не шкодувала, все життя йому ні в чому не відмовляла. Навіть заміж вдруге не вийшла через нього”, — ця думка лунала протягом розповіді матері.

1. Сформулюйте попередні гіпотези щодо можливих причин поведінки юнака.
2. Що, на Вашу думку, потрібно з'ясувати психологу стосовно юнака?
3. Проаналізуйте причини конфлікту матері з сином.
4. Визначіть заходи щодо поліпшення психологічної ситуації.

8. До психолога-консультанта звернувся чоловік 40 років, який програв на виборах у депутати міської ради. У своїй поразці він звинувачував “нечесних конкурентів і продажних виборців”. При цьому він не відмовлявся від боротьби за депутатський мандат на наступних виборах і просив у цьому допомоги психолога.

1. Чи адекватно відображено клієнтом локус скарги?

2. На чому потрібно зосередитися під час підготовки цього претендента на виборах?

9. Батько п'ятнадцятирічного хлопчика поскаржився психологу на боягузтво та несміливість свого сина. Ці ознаки, як зазначив батько, були у сина з раннього дитинства, і батько давно намагався боротися з ними. Він змушував хлопчика перемагати свій страх — кидав його у воду у глибокому місці, щоб навчити його плавати, посилав увечері до лісу. Хлопчик у цих випадках боявся, плакав, але батько наполягав, виховував у ньому “мужчину”. Попри все, хлопчик залишався нерішучим і боязким. Він так і не навчився долати свої страхи, більше того, з роками вони посилилися.

1. Поясніть причини невдалих спроб батька.

2. Які небажані наслідки зумовив хибний стереотип виховання?

3. На що, передусім, повинна бути спрямована консультативна допомога?

10. До психолога звернулася жінка і розповіла про таке: Моя семирічна донька ревнує мене до свого молодшого братика. Коли він був зовсім маленьким, це не особливо виявлялося, а зараз наші стосунки дуже загострилися. Тільки я зроблю їй якесь зауваження, як вона починає скиглити: “Ти мене не любиш, а любиш тільки свого Сашка”. Я починаю себе ловити на тому, що як тільки візьму молодшого на руки, так відразу й опускаю, щоб дочка не приревнувала. Також менше намагаючись звертати увагу на сина при дочці. Але все одно чую: “Мама, чому ти поклала йому більший шматок торту?”, “Ти

*знову з ним граєшся, а хто гратиметься зі мною ?” та ін.*

*1. Проаналізуйте психологічний клімату сім'ї.*

*2. Що можна порадити матері?*

11. До психолога звернулись батьки дівчинки 11 років, яка ходить до спеціальної школи-гімназії з поглибленим вивченням іноземних мов. Сім'я живе у старому районі великого міста, де немає місця для прогулянок чи ігор. Наприкінці чверті дівчинка стомлюється, скаржиться на головний біль. За таких обставин вона частіше, ніж завжди, хоче ходити в кіно та дивитись детективи. Батьки ж примушують її читати серйозні книжки. Непорозуміння та напруження, що виникають внаслідок цього, пом'якшуються після канікул, але наприкінці чверті все повторюється знову.

*1. Побудуйте гіпотези щодо причин повторення такої ситуації.*

*2. Що не враховують батьки у природі дівчинки?*

*3. Що можна порадити батькам?*

12. До психолога — консультанта звернулася вчителька молодших класів зі скаргою на одного із учнів — Андрія М. Андрій — здібний учень, він швидко запам'ятовує новий матеріал, але водночас, порушує дисципліну у класі — розмовляє із сусідом, балується, б'ється. Вчителька неодноразово його наказувала, записувала зауваження в щоденник. Всі дії вчительки були безрезультатними.

*1. Чи правильно сформульовано локус жалоби?*

*2. Чи є правильними педагогічні заходи вчительки?*

*3. Запропонуйте свою гіпотезу щодо причин поганої поведінки Андрія на уроках.*

*4. Які заходи у такому випадку були б ефективними?*

13. До психолога звернулася мати 15-річного сина. Вона принесла із собою “Малюнок сім'ї”, виконаний її сином. На малюнку зображені

мати і син спиною один до одного. Незвичайним було також те, що листок складався зі склеєних шматочків. Мати пояснила: “Після того як син завершив малюнок, я його запитала, коли він в останній раз тримав пілососа (на малюнку син із пілососом). Він відповів: “Що, не подобається?!” і розірвав малюнок. Довелось клеїти”.

*Додаткова інформація.* Сім’я розпалась майже відразу після народження сина. Тривалий час жили з бабусею та дідусем, які в основному й виконували батьківські обов’язки. Недавно отримали квартиру — відселились. Матері дуже важко спілкуватись із сином. Вона скаржиться на те, що він її не слухається, грубо розмовляє з нею.

*1 Дайте психологічну інтерпретацію сімейних проблем.*

*2. Охарактеризуйте психологічний контакт матері із сином.*

*3. Як їм допомогти налагодити нормальні стосунки?*

14. 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.

*1. Як би ви повелися на місці консультанта та який би алгоритм вирішення сімейного конфлікту запропонували подружжю у зазначеній ситуації?*

15. 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?*

16. 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 несправедливо...

*Запропонуйте ваш варіант розв'язання проблеми:*

17. 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...”

*1. Назвіть причини такої поведінки клієнтки.*



*2. Якої допомоги вона потребує? Яких психологічних заходів можна взяти?*

## ЛІТЕРАТУРА

*Основна:*

1. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. – 2-е изд., - М.: Академия, 1996. – 224 с.
2. Алешина Ю.Е. - Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. - Изд. 2-е. - М., 1999. - 208 с.
3. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л., ЛГУ, 1968. – 339 с.
4. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. - М: Изд-во «Института психотерапии», 2000. - 368 с.
5. Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидерс А.Г. Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей. - М.: Изд-во МГУ, 1990. - 136с.
6. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2001. – 294 с.
7. Бэндлер Р., Гриндер Дж., Сатир В. Семейная терапия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 1999. - 160 с.
8. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). - М.:Изд-во МГУ, 1984. – 200 с.
9. Васьковская С.В., Горностай П.П. Психологическое консультирование: Ситуационные задачи. — К: Вища школа, 1996. -192 с.
10. Васьківська С.В. Основи психологічного консультивання. Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – 256 с.
11. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика. Практическое руководство. Часть 1. — М.: Генезис, 2001. — 160 с.
12. Венгер А. Л. Психологическое консультирование и диагностика. Практическое руководство. Часть 2. — М.: Генезис, 2001. — 128 с.
13. Глэддинг С. Психологическое консультирование.4-е изд. – СПб.: Питер, 2002. – 736с.
14. Горностай П.П., Васьковская С.В. Теория и практика психологического консультирования. Проблемный подход. - Киев: Наукова думка, 1995. - 128с.

15. Кашапов М.М. Психология педагогического мышления / Мергалис Мергалимович Кашапов. – СПб., 2000. – 463 с.
16. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. М.: Академический Проект: ОППЛ, 2002.-464 с.
17. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. — М.: Класс, 1994. — 133 с.
18. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. — 2-е изд., стер. — М.: Смысл, 2005. - 182 с.
19. Митник О.Я. Як навчити дитину мистецтва мислення / Олександр Якович Митник. – К.: Початкова школа, 2006. – 104 с.
20. Митник О.Я. Психолого-педагогічні засади створення розвивального освітнього середовища у ЗНЗ як чинник забезпечення успіху у подальшій професійній кар'єрі учня / О.Я. Митник // Практична психологія та соціальна робота — 2014. — № 1. — С.1 – 4.
21. Митник О.Я. Розвиток поняттєвого мислення учнів у процесі навчання / О.Я. Митник // Практична психологія та соціальна робота — 2014. — № 3. — С.12 – 16.
22. Навчання у початковій школі як цілісний творчий процес: теорія і практика / за ред. В.І. Бондаря; упорядк. О.Я. Митника. – К.: Початкова школа, 2011. - 384 с.
23. Немов Р. С. Основы психологического консультирования: Учеб. для студ. педвузов. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. - 394 с.
24. Основы возрастно-психологического консультирования // Учеб.-метод, пособие для студентов фак.психол. гос.ун-тов/ Г.В.Бурменская, О.А.Карабанова. А.Г.Лидерс, М.:Изд-во Моск. ун-та, 1991, - 134 с.
25. Петрушин С.В. Мастерская психологического консультирования. -М, 2003.Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования. —М.: Педагогика, 1989. – 144 с.
26. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной — СПб.: Питер, 2004. — 592 с.

27. Психологические основы профилактики наркомании в семье Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого --<http://books4study.org.ua/kniga6064.html>
28. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. Под ред. Силаевой Е.Г. 3-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2005 - 192 с.
29. Самоукина Н. Практический психолог в школе: лекции, консультирование, тренинги. ИНТОР, 1997. – 192 с.
30. Франкл Виктор - Сказать жизни – «Да». Упрямство Духа - <http://arhivknig.com/psikhologija-samorazvitie/69503-viktor-frankl-skazat-zhizni-da.-uprjamstvo-dukha.html>
31. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб, заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 208 с.
32. Хомич Г.О. Ткач Р.М. Основи психологічного консультивання: Навч. посіб. – К.: МАУП, 2004. – 152 с.

***Додаткова:***

1. Выготский Л. С. Проблема возраста: Собр. соч.: В 6 т. — Т. 4. — М.,
2. 1984. — С. 227–231.
3. Давыдов В. В., Слободчиков В. И., Цукерман Г. А. Младший школьник как субъект учебной деятельности // Вопр. психологии. — 1992. — № 3–4.
4. Детская практическая психология: Учебник / Под ред. Т. Д. Марцинковской. — М., 2001. — С. 109–110.
5. Практическая психология образования: Учеб. пособие. — М.: ИЦ “Академия”, 2003. — 448 с.
6. Пезешкиан Н. Психотерапия повседневной жизни: тренинг разрешения конфликтов. - СПб.: Речь, 2001. -288с.
7. Психологія діяльності та навчальний менеджмент: Навч.-метод. посіб. для самост. вивчення дисципліни / В. А. Козаков, М. В. Артюшина, О. М. Котикова та ін.; За заг. ред. В. А. Козакова. — К.: КНЕУ, 2003. — 829 с.
8. Уоллес В., Холл Д. Психологическая консультация. — СПб., 2003. — С. 264–280.

## Додаток

**СЛОВНИК ТЕРМІНІВ З КУРСУ ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ****А**

**Абреакція** – відреагування, очищення, катарсис.

**Адаптація** - підвищення або зниження чутливості аналізаторів в наслідок безперервного або тривалого впливу подразників.

**Активна (довільна) уява** – створення нових образів за допомогою вольових зусиль.

**Активність** - здатність людини , яка полягає у подоланні зовнішніх та внутрішніх обмежень у виробництві, у суспільно-значущих перетвореннях, у привласненні багатств, засвоєнні духовної культури (наполегливість, цілеспрямованість, зосередженість уваги).

**Акцентуація характеру** - це надмірне підсилення окремих рис характеру, при якому спостерігаються відхилення в психології та поведінці людини, що не виходять за межі норми, але знаходяться на межі патології.

**Акцентування** – спосіб створення образу, який полягає у тому, що у створюваному образі яка-небудь частина, деталь вирізняється або особливо підкреслюється

**Аніма та Анімус** – архетипи аніма та анімус відображають припущення Юнга, що кожна людина несе в собі певні психологічні характеристики протилежної статі. Аніма відображає жіночі (фемінні) риси в чоловічому характері, а анімус — чоловічі (маскулінні) характеристики в жіночому.

**Анкетування** – це метод для отримання первинної соціально-психологічної інформації на основі вербальної (словесної) комунікації, який являє собою опитувальний лист для отримання відповідей на заздалегідь визначену систему питань та призначений для отримання такої інформації про суб'єкт, яка не має безпосереднього відношення до його особистісних рис та особливостей.

**Апперцепція** - залежність сприймання від попереднього досвіду людини. В сприйманні одного й того ж предмету різними людьми бувають відмінності в залежності від мети, установки, психічного стану кожного з них.

**Арттерапія** – це спеціалізована форма психотерапії, заснована на образотворчому мистецтві та творчій діяльності.

**Архетип** (грец. ἀρχή (arche) — початок і грец. τυπος (typos) — тип, образ; прототип, проформа) — прообраз, початковий образ, ідея, первісна форма для наступних утворень.

**Афект** – це сильне, короткочасне збудження, що виникає раптово, оволодіває людиною такою мірою, що вона втрачає здатність контролювати свої дії та вчинки.

## Б

**Безумовне позитивне ставлення** - це терпимість до всіх аспектів суб'єктивного світу клієнта, немов ти сам є його частиною.

**Бібліотерапія** – лікувальний вплив на психіку людини творів художньої літератури.

## В

**Великі групи** – це спільноти людей, які існують в масштабах суспільства (країни) і засновуються на різного типу соціальних зв'язках, які не передбачають обов'язкових особистих контактів.

**Верхній поріг відчуттів** - максимальна величина подразника, більше якої це подразнення перестає відчуватися.

**Взаємовплив** – процес взаємного впливу людей одне на одного, який породжує їх спільні взаємини і зв'язки.

**Вибірковість сприймання** - здатність людини сприймати лише ті предмети, які являють для неї найбільший інтерес. Вона залежить від інтересів, установок і потреб особистості.

**Виразність мовлення** пов'язана з його емоційною насиченістю. За своєю виразністю воно може бути яскравим, енергійним, млявим, блідим.

**Високорозвинені групи** – це групи, що склалися давно і які відрізняються наявністю єдності цілей і загальних інтересів, стійкою системою взаємин, згуртованості тощо.

**Витримка** – уміння гальмувати дії, почуття, думки, які заважають здійсненню прийнятого рішення.

**Виховання** - це процес організованого і цілеспрямованого впливу на особистість і поведінку дитини

**Відволікання** - є наслідком відсутності вольового зусилля та інтересу до об'єкта чи діяльності.

**Відповідальність** – якість, яка характеризує особистість з точки зору виконання нею моральних вимог.

**Відтворення** – це активізація закріпленого раніше змісту психіки.

**Відчуття** - це психічний пізнавальний процес відображення в мозку людини окремих властивостей предметів та явищ матеріального світу, а також внутрішніх станів організму при безпосередньому впливові подразників на органи чуття.

**Вік** або **віковий період** - об'єктивна, історично змінна, хронологічно і символічно фіксована стадія розвитку індивіда в онтогенезі.

**Вікові новоутворення**, тобто якості або властивості, яких не було раніше в готовому вигляді.

**Внутрішнє мовлення** - фаза планування у практичній і теоретичній діяльності, здійснення плану.

**Воля** – свідоме регулювання людиною своєю поведінкою, діяльністю, спілкуванням, яке пов'язане з подоланням внутрішніх і зовнішніх перешкод. Це здатність людини, яка виявляється у самодетермінації та саморегуляції поведінкою і психічних явищ.

**Впливовість мовлення** полягає в його впливові на думки, почуття, волю інших людей, на їх переконання та поведінку.

## Г

**Гальмування** – активний процес, в результаті якого збудження нейрона припиняється або ускладнюється його виникнення.

**Галюцинації** - сприймання, що виникає без наявності реального об'єкту (привиди, уявні голови, звуки, запахи тощо).

**Гештальт** – цілісний образ, форма (нім.) – термін та поняття, що відображує специфіку сприйняття.

**Геніальність** - вищий рівень розвитку здібностей - і загальних, інтелектуальних та спеціальних. Про її наявність можна говорити лише при досягненні особистістю таких результатів творчої діяльності, які складають епоху в житті суспільства, в розвитку культури.

**Гіперболізація** – форма створення образів, яка характеризується не тільки збільшенням або зменшенням предмету (велетень - великий як скеля, хлопчик-мізинчик), але й зміною кількості частин предмета та їх зміщенням

**Гіперстезія** – це підвищення сприйнятливості до звичних зовнішніх подразників.

**Гіпостезія** - виражається у зниженні сприйнятливості до зовнішніх стимулів і пов'язаний з розумовою перевтомою. Оточуючий світ стає тьмяним, невизначеним, втрачає конкретність.

**Головне завдання психолога-консультанта** полягає у тому, щоб створити для нормального, психічно здорового клієнта умови для визначення ним усвідомлених нешаблонних способів дій, які б дозволили йому жити у відповідності з можливостями культури.

**Гра** – вид діяльності в умовних ситуаціях, спрямований на засвоєння суспільного досвіду.

**Група** - це людська спільнота, що виділяється на підставі певної ознаки, наприклад, соціальної належності, наявності та характеру, спільної діяльності, особливостей організації тощо. Серед таких груп можна виділити великі і малі.

## Д

**Динамічний стереотип** – система закріплених тимчасових зв'язків (умовних рефлексів), яка утворюється у відповідь на систему умовних подразників, що постійно повторюються, і яка дозволяє виконувати певні дії без значного напруження свідомості.

**Дискурсивне мислення** – мислення, яке опосередковане логікою міркувань, а не сприймання, розгорнуте у часі.



**Дисциплінованість** – свідоме підпорядкування своєї поведінки загальноприйнятим нормам, встановленому порядку.

**Дитинство** - етап онтогенетичного розвитку індивіда, який починається з народження дитини і закінчується її безпосереднім включенням до дорослого життя.

**Дитинство** - період, який триває від новонародженості до повної соціальної, і отже, психологічної зрілості; це період становлення дитини повноцінним членом людського суспільства.

**Диференціальний поріг відчуттів** - це мінімальна різниця в інтенсивності двох однорідних подразників, яку людина здатна відчувати

**Діалогічне мовлення** – це розмова, в якій приймають участь не менше двох співрозмовників.

**Дія** – називаються рухи, які спрямовані на предмет і передбачають певну мету.

**Діяльність** – це специфічний вид активності людини, спрямований на пізнання та творче перероблення оточуючого світу, самої себе та умов свого існування.

**Довготривала пам'ять** - пам'ять, яка здатна зберігати інформацію протягом необмеженого терміну.

**Довільна увага** – це увага, яка виникає в результаті свідомих зусиль людини, спрямованих на найкраще виконання тієї чи іншої діяльності.

## Е

**Експеримент** – метод, який передбачає активне втручання дослідника в діяльність досліджуваного з метою створення найкращих умов для вивчення конкретних психологічних явищ.

**Екзистенція**– існування.

**Екстраверсія** - особливості людини, що виражаються у переважній спрямованості активності особистості на зовнішній світ предметів, речей, людей.

**Емоції** - це безпосередня форма вираження почуттів.

**Емпатія**- співпереживання.

**Естетичні почуття** - це почуття, які виникають у людини в зв'язку із задоволенням або незадоволенням її естетичних потреб.

### З

**Заохочування** - комплекс вербальних та невербальних стимулів консультанта, які спонукають клієнта до мовлення.

**Запит** - це певним чином мотивоване звернення до психолога з проханням надати конкретну форму психологічної допомоги.

**Здібності** - це індивідуально-психологічні особливості особистості, які є умовою успішного здійснення певної діяльності в володінні необхідними для неї знаннями, вміннями та навичками.

**Змістовність мовлення** визначається кількістю виражених в ньому думок, почуттів і прагнень, їх значущістю і відповідністю дійсності.

**Зміст психологічного консультування** пов'язується з наданням емоційної підтримки, ціннісно-сислової орієнтації та відпрацюванням життєвих стратегій.

**Зона найближчого розвитку.** - це відстань між рівнем актуального розвитку дитини і рівнем можливого розвитку, яка визначається за допомогою завдань, які розв'язуються під керівництвом дорослих.

**Зрозумілість мовлення** досягається синтаксично правильною побудовою речень, а також застосуванням в відповідних місцях пауз або виділення слів за допомогою логічного наголосу

### І

**Глюзії** - помилкове сприймання реальних речей або явищ.

**Індивід** - має подвійне значення: по-перше, воно повністю еквівалентно поняттю "людина", тобто використовується для позначення одиничної природної істоти, представника виду *homo sapiens*, який є продуктом філогенетичного та онтогенетичного розвитку; по-друге, ним позначається окремий представник людської спільноти, соціальна істота, що вийшла за межі своєї біологічної обмеженості, яка здатна використовувати знаряддя, знаки, а через них опановувати власною поведінкою і психічним життям.

**Індивідуальність** – це поняття містить в собі лише ті індивідуальні та особистісні властивості людини, таке їх поєднання, яке дану людину

відрізняє від інших людей. **Індивідуальність** виявляється в рисах темпераменту, характеру, звичках, переважаючих інтересах, в якостях пізнавальних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, уяви тощо), в здібностях, індивідуальному стилі діяльності.

**Інсайт** – миттєве осяяння, вирішення проблеми або задачі.

**Інтелектуальні почуття** - – почуття, які пов'язані з пізнавальною діяльністю людини. Вони виникають в процесі навчальної та наукової праці, а також творчої діяльності в різних видах мистецтва, науки і техніки.

**Інтенсивність відчуттів** - кількісна характеристика ступеня яскравості, виразності відображення людиною властивостей предметів і явищ і визначається силою діючого подразника та функціональним станом рецептора.

**Інтерв'ю** - основний метод психологічного консультування, один з важливих методів аналізу унікальної системи замовлення клієнта, мета якого - створення для нього альтернативних варіантів дій, почуттів, думок, переживань, цілей, тобто, створення більшої мобільності його внутрішнього світу, психічної реальності.

**Інтерація** полягає в обміні діями поміж сторонами, що спілкуються, тобто в організації міжособистісної взаємодії.

**Інтерпретація** - це психологічне пояснення проаналізованого матеріалу, нова точка зору на почуте. Через інтерпретацію психолог виражає власне бачення ситуацій чи проблем клієнта.

**Інтереси** – це мотиви особистості, що виражають її спеціальну спрямованість на пізнання певних явищ оточуючого життя та визначають разом з тим її більш чи менш постійну схильність до певних видів діяльності.

**Інтроверсія** - особливості людини, що виражаються у переважній спрямованості активності особистості усередину (на явища власного суб'єктивного світу, на свої переживання та думки).

**Інтуїція** – здатність безпосереднього пізнання істини без будь-якого зв'язку з чуттєвим і раціональним пізнанням; має підсвідомий характер, усвідомлюється лише результат; здогад, проникливість, чуття.

**Інтуїтивне мислення** - мислення на підставі безпосереднього чуттєвого

сприймання і безпосереднього відображення впливів предметів і явищ об'єктивного світу.

## К

**Колектив** - різновид соціальної спільноти та сукупність індивідів, які певним чином взаємодіють одне з одним, усвідомлюють свою приналежність до даної спільноти та визнаються його членами з точки зору інших.

**Компромiс** являє собою спосiб поведiнки при якому швидко знаходиться необхідне рiшення, яке влаштовує обидвi сторони, але за рахунок деяких поступок.

**Комунікація** полягає в обміні інформацією між партнерами по спілкуванню, передаванні та сприйнятті знань, ідей, думок, почуттів.

**Комплекс** – сукупність витіснених потягів, уявлень, афектів, що впливають на поведінку індивіда та структурують її певним чином.

**Консультативний контакт** —унікальний динамічний процес, під час якого одна людина допомагає іншій використовувати свої внутрішні ресурси для розвитку в позитивному напрямку й актуалізувати потенціал осмисленого життя

**Контрперенос** – неусвідомлюване перенесення психотерапевтом ставлення до емоційно значущих для нього людей на особистість пацієнта.

**Конфронтація** - це вміння психолога піддати сумніву, не погодитися з тим, що говорить клієнт, але так, щоб не викликати захисної реакції або розриву комунікації.

**Корекційно-розвивальна діяльність** психолога – це діяльність по подоланню відхилень у психічному та особистісному розвитку та робота по розвитку здібностей.

## Л

**Лабораторні групи** – це групи, які створюються в інтересах їх наукового вивчення.

**Логотерапія** – терапія розмовою, що дозволяє вербалізувати внутрішній стан клієнта, знизити його емоційне напруження.

**Лонгитюдний** (або лонгитюдинальний) метод називається "поздовжнім дослідженням".

## М

**Методи** це ті прийоми та засоби, за допомогою яких ученні отримують вірогідні відомості, що використовуються надалі для побудови наукових теорій та вироблення практичних рекомендацій.

**Мислення** - це психічний пізнавальний процес опосередкованого й узагальненого відображення людиною предметів та явищ об'єктивної дійсності в їх істотних зв'язках і відношеннях.

**Мікрогрупи** – це групи, які виникають всередині малих груп і відрізняються особливою близькістю взаємин між їх членами.

**Моральні почуття** - почуття, в яких відображається ставлення людини до вимог суспільної моралі.

**Мотиви** – це внутрішні спонукаючі сили людини, які змушують її займатися тією чи іншою діяльністю.

**Мрія** – це образ бажаного майбутнього.

## Н

**Навички** – це злитий ланцюг закріплених в повторі операцій

**Навчальна діяльність** - процес, в результаті якого людина набуває нові або змінює вже існуючі у неї знання, уміння і навички, удосконалює і розвиває свої здібності.

**Навчання** – це процес систематичного опанування знаннями, навичками та уміннями, необхідними для виконання трудової

**Наполегливість** – уміння людини мобілізувати свої можливості для тривалого подолання труднощів.

**Настрій** - це слабо виражені емоційні переживання, які вирізняються значною тривалістю і слабким усвідомленням причин і факторів, що їх викликають.

**Нерефлексивне слухання** - уважне слухання з мінімальним мовним втручанням.

**Несвідоме** – це форма відображення дійсності, під час якого людиною не усвідомлюються його джерела, а реальність, що відображується, зливається з переживаннями.

## О

**Обдарованість** - поєднання різних високорозвинених здібностей, що обумовлюють діапазон інтелектуальних можливостей людини, рівень та своєрідність діяльності та спілкування

**Опитування** – метод, який передбачає відповіді досліджуваних на конкретні питання дослідника.

**Органи чуття** - це ті механізми, за допомогою яких інформація про оточуюче нас середовище надходить до кори головного мозку. За допомогою відчуттів відображаються основні зовнішні ознаки предметів і явищ (колір, особливості поверхні предметів, звук, смак тощо) і стан внутрішніх органів.

**Осмисленість сприймання** - демонструє, що предмети, які сприймаються людиною, має для неї певний життєвий смисл. Вони можуть бути корисними або шкідливими, бажаними або небажаними.

**Особистість** - це людина, що взята в системі таких її психологічних характеристик, які соціально обумовлені, виявляються в суспільних за природою зв'язках та взаєминах, є сталими, визначають моральні вчинки людини, мають суттєве значення для неї самої та оточуючих.

## П

**Парадоксальна інтенція** - це заміна того наміру, який характеризує патогенний спосіб реагування, на протилежний. Замість уникнення ситуацій страху суб'єкт повинен захотіти зробити те, чого він уникає й боїться.

**Паттерн** – стійкий шаблон поведінки, стійка структура в безсвідомому.

**Перефраз** - коротка поточна репліка психолога, що промовляється ним під час мовлення клієнта і призначена для прояснення, уточнення смислу сказаного.

**Переповідання** – це не повторення, а, скоріше, перефразування своїми словами сказаного партнером з використанням ключових слів.

**Перцепція** - це процес сприймання та пізнання людьми одне одного з наступним налагоджуванням на цій підставі певних міжособистісних відносин.

**Персона** – архетип за Юнгом. Персона існує на противагу Тіні — це соціальний образ людини, ідеальний з моральної та соціальної точки зору. Це певне узагальнення людини як істоти цивілізованої, колективне «я» людства як такого. Персона є тою маскою, яку кожен з нас одягає, спілкуючись з іншими людьми. Вона презентує нас такими, якими ми хочемо, щоб нас сприймали суспільство. Персона може не збігатися з справжньою особистістю індивіда.

**Позитивним результатом психологічного консультування** є поглиблене саморозуміння особистістю самої себе, прояснення ситуації, змінення соціальної або екзистенційної позиції, розробка нових психосоціальних вмінь.

**Позиція у процесі психологічного консультування** - це переживання динаміки взаємодії з іншою людиною як прояву рівності або нерівності, як прояву поваги або неповаги до себе. Види позицій психолога:

- взаємодія на рівних;
- взаємодія з позиції "зверху";
- взаємодія з позиції "знизу".

**Почуття дорослості** – ставлення підлітка до себе як до дорослого, уявлення, відчуття себе якоюсь мірою дорослою людиною

Почуття у сангвініка легко виникають і змінюються. Його міміка багата, жвава, виразна. За відсутністю серйозних цілей, глибоких думок, творчої діяльності у сангвініка формується поверхневність і непостійність

**Почуття** це специфічні людські, узагальнені переживання ставлення до людських потреб, задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції – радість, любов, гордість або сум, гнів, сором тощо.

**Практична психологія** — це галузь професійної діяльності, яка має на меті визначення психологічних особливостей життєвої ситуації та індивідуальності людини або групи, внесення позитивних змін у процес взаємодії між ними і профілактику небажаних форм поведінки для найбільш повного розкриття сутнісних сил людини.

**Принциповість** – дотримання певної ідеї у переконаннях і послідовне проведення цієї ідеї в поведінці.

**Пристрасть** - це сильні, стійкі, довготривалі почуття, які захоплюють людину, володіють нею і виявляються в орієнтації всіх прагнень особистості в одному напрямі, в зосередженні їх на одній меті.

**Провідна діяльність** - це така діяльність, розвиток якої обумовлює найголовніші зміни в окремих психічних процесах, в особистості дитини

**Проблема** - це сукупність психологічних труднощів клієнта, що переживаються як дискомфорт, дисгармонія, дезадаптація.

**Протидія** - це пряма конфронтація, за якої жодна з сторін не бажає поступитися іншій ні в чому: максимальна орієнтація на досягнення власних цілей.

**Психоаналітик** – психотерапевт, котрий працює в руслі психоаналітичної парадигми

**Психолог-консультант** - спеціаліст, який працює у галузі проблем, які стосуються соціальних ролей та позицій: проблем сім'ї та шлюбу (сімейний терапевт), проблем роботи та зайнятості (консультант служби зайнятості), шкільних проблем (шкільний психолог) та інш.

**Психологічна діагностика** – процедури для вимірювання індивідуальних властивостей особистості, а також психологічної патології та психічних розладів.

**Психологічне консультування** – це форма надання практичної психологічної допомоги на основі попереднього вивчення проблем, що турбують клієнтів, а також вивчення особистості клієнтів та їх взаємовідносин з оточуючими людьми.

**Психологічна профілактика** – це система заходів, спрямованих на охорону психічного здоров'я, попередження неблагополуччя у розвитку людини, групи та суспільства, створення психологічних умов, сприятливих для цього розвитку.

**Психотерапія** – це надання психологічної допомоги людям при різних психологічних труднощах – комплексний лікувальний вербальний та невербальний комплексний вплив на емоції, судження, самосвідомість людини при багатьох психічних, нервових та психосоматичних захворюваннях.



## Р

**Реактивність** - особливість людини, яка пов'язана з силою емоційної реакції на зовнішні та внутрішні подразнення (критичне зауваження, різкий тон).

**Реальні групи** – об'єднання людей на ґрунті реальних стосунків – ділових чи особистісних.

**Ретельність** – старанність, виконання в зазначений термін доручень і своїх обов'язків.

**Референтна група** – це реально існуюча чи уявна група, норми та цінності якої є взірцем для особистості, і за ними вона формує свої життєві ідеали, звіряє дії та вчинки.

**Рефлексивне слухання** - слухання з регулярним використанням зворотного зв'язку, який дозволяє точніше зрозуміти суть проблем співрозмовника.

## С

**Самість** – архетип за Юнгом. Поєднуючи і гармонізуючи всі аспекти несвідомого, самість створює єдність і стабільність особистості. Таким чином, завдання самості (як і психотерапії) — інтеграція різних підсистем особистості. Юнг порівнював самість з поривом або прагненням до самоактуалізації, що визначає гармонійність і цілісність, найбільш повне розкриття можливостей особистості.

**Самодіагноз** - це власне пояснення клієнтом природи тих чи інших психологічних труднощів, пов'язане з його уявленнями про самого себе, навколишній світ та людські стосунки.

**Світогляд особистості** - це система переконань, наукових поглядів на природу, суспільство, людські взаємини, що стали внутрішнім досягненням і склалися у свідомості у вигляді певних життєвих цілей та інтересів, ставлень, позицій.

**Сензитивність** - особливість людини, що виявляється у виникненні чутливості (психічної реакції на зовнішній подразник найменшої сили і у швидкості виникнення цієї реакції).

**Сенсибілізація** - підвищення чутливості аналізаторів в зв'язку з підвищенням збудження кори головного мозку під впливом одночасної діяльності інших аналізаторів.

**Сила волі** – міра необхідного вольового зусилля для досягнення мети.

**Систематична десенсибілізація** - процедура зниження страхів. Пацієнт розповідає про свою тривогу або страх. Потім його вчать розслаблюватися. У цьому стані він знову розповідає про свій симптом. Повторюючи кілька разів процедуру, домагаються асоціювання страху, тривоги з релаксацією, що усуває симптом.

**Скарга** - адресоване та висловлене консультанту невдоволення людини з приводу певних психологічних труднощів, з якими вона самотійно не може справитися.

**Соціальна ситуація розвитку** - специфічні для кожного віку взаємини між дитиною і соціальним середовищем.

**Спілкування** – це взаємодія двох або більше людей, яка полягає в обміні між ними інформацією пізнавального або афективно-оціночного (тобто емоційно-оціночного) характеру.

**Спостереження** – метод, за допомогою якого вивчають психологічні явища в різних умовах без втручання в їх перебіг.

**Сприймання** - пізнавальний психічний процес відображення у свідомості людини предметів або явищ при їх безпосередньому впливові на органи чуттів.

**Стрес** - емоційний стан, який виникає у відповідь на найрізноманітніші екстремальні дії (стресори) – загрозу, небезпеку, образу тощо. Де в чому нагадує афект

**Суггестія** – навіювання.

## Т

**Талант** - вищий ступень розвитку здібностей особистості в певній діяльності (спілкуванні)

**Тема** - це виокремлений аспект психічної реальності, що стає предметом взаємодії психолога і клієнта.

**Темп реакцій** особливість людини, яка полягає у швидкості перебігу психічних процесів, а певною мірою і психічних станів (темپ мовлення, динаміка жестів, швидкість розуму).

**Темперамент** - сукупність властивостей, які характеризують динамічні особливості перебігу психічних процесів і поведінки людини, їх силу, швидкість, виникнення, припинення та зміну.

**Тенденція до дорослості** – прагнення підлітка бути, здаватися і вважатися дорослим.

**Терапевтична взаємодія** – це такі відносини, при яких тепле прийняття людини та відсутність будь-якого тиску на неї або особистого примусу з боку психотерапевта сприяє максимальному вираженню почуттів, установок та проблем клієнта.

**Тінь** – архетип за Юнгом. У сенсі колективного несвідомого Тінь — це природна, інстинктивна людина, і вона майже не змінилася з тих часів, коли виникло людське суспільство, коли людина стала людиною розумною. Тінь не може бути до кінця перетворена вихованням, і багато в чому вона залишається чисто імпульсивною — те, що притаманно особливо дітям. Найяскравіший приклад втілення архетипу Тіні в міфології — образ Диявола. Тінь — це підсвідомі бажання, несумісні з соціальними стандартами.

## У

**Умовивід** – це така форма мислення, в якій з одного або кількох суджень виводиться нове.

**Умовний вік**, який визначається методом періодизації. Зазвичай виділяють: немовлячий вік, раннє дитинство, дошкільний вік, молодший шкільний, отрочтво, юність, молодість, зрілість, старість.

**Умовні групи** – об'єднують людей за якоюсь умовною ознакою – віком, статтю, національністю та ін.

**Уникнення** характеризується "втечею" від конфліктних ситуацій. Відмова від власного виграшу заради того, щоб і інший нічого не отримав.

**Установки особистості** – це її внутрішня налаштованість на здійснення тієї чи іншої діяльності або гальмування власної активності.

## Ф

**Фобія** (від грецького: φόβος, що означає «страх» або «хворобливий страх») — є ірраціональним, інтенсивним і постійним страхом щодо певних ситуацій, дій, речей, тварин або людей. Основним симптомом цього розладу є надмірне і необґрунтоване бажання уникнути подразника, що відлякує.

**Фрустрація** - являє собою своєрідний емоційний стан, характерною ознакою якого є дезорганізація свідомості та діяльності в стані безнадійності, втрати перспективи.

## Х

**Характер** - це сукупність стійких індивідуально-психологічних властивостей людини, які виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, у ставленні до колективу, до інших людей, до праці, навколишньої дійсності та до самої себе.

## Ц

**Цілі** – це найбільш значущі для особистості предмети, явища, завдання та об’єкти, досягнення і володіння ними складаються сенс життя і діяльності.

**Цілісність сприймання** - виявляється в тому, що образи предметів, які відображуються, виступають в свідомості людини у сукупності багатьох їх якостей і характеристик, навіть якщо окремі з цих якостей в даний момент не сприймаються.

## Ч

**Чуттєвий тон** - безпосередні переживання, які супроводжують окремі відчуття (наприклад, температурні, слухові, смакові) та спонукають суб’єкта до їх збереження або усунення.

## Я

**Я-концепція** – система внутрішніх погоджених уявлень про себе, образів “Я”.