



УЧАСНИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Тема II

- Визначення та класифікація учасників психологічного консультування.
- Основні та допоміжні учасники психологічного консультування.
- Клієнт як основний учасник консультування.
- Психолог-консультант: компетенції та професійні функції.
- Додаткові учасники консультування та їхня роль.
- Взаємодія учасників у консультативному процесі.
- Порівняльний аналіз ролей учасників консультування.
- Використання сучасних технологій у взаємодії учасників консультування.

УЧАСНИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

У процесі психологічного консультування беруть участь кілька ключових сторін, які взаємодіють для досягнення змін у житті клієнта. Їхні ролі, відповідальність та динаміка залежать від контексту консультування.

Учасники психологічного консультування – це всі особи, які беруть участь у процесі консультування, взаємодіють між собою для досягнення психологічної допомоги та підтримки клієнта. Вони можуть безпосередньо впливати на перебіг консультування та його результати.

УЧАСНИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Основні учасники психологічного консультування

- Психолог-консультант
- Клієнт

Додаткові учасники консультування (за необхідності)

- Члени сім'ї клієнта
- Коуч, кар'єрний консультант
- Психіатр
- Педагог, соціальний працівник
- Медичні фахівці

ОСНОВНІ УЧАСНИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Учасник	Роль у консультуванні	Основні функції
Психолог-консультант	Фахівець, який надає професійну психологічну допомогу	<ul style="list-style-type: none">- Встановлення контакту- Діагностика проблеми- Використання методів консультування- Допомога у вирішенні проблем
Клієнт	Особа, яка звертається за допомогою	<ul style="list-style-type: none">- Формулювання проблеми- Активна участь у процесі- Виконання рекомендацій психолога

ДОДАТКОВІ УЧАСНИКИ КОНСУЛЬТУВАННЯ (ЗА НЕОБХІДНОСТІ)

Учасник	Роль у консультуванні	Ситуації, коли залучається
Члени сім'ї клієнта	Допомагають у вирішенні сімейних чи міжособистісних проблем	Сімейне консультування, робота з дітьми, подружні конфлікти
Коуч, кар'єрний консультант	Сприяє професійному розвитку, підбору кар'єри	Кар'єрне консультування, розвиток навичок лідерства
Психіатр	Діагностує та лікує психічні розлади	У випадках депресії, тривожних розладів, ПТСР
Педагог, соціальний працівник	Підтримка психологічного розвитку дітей та підлітків	Консультування учнів, робота з підлітками в складних життєвих обставинах
Медичні фахівці	Надання інформації про фізичний стан клієнта, що впливає на психічне здоров'я	Психосоматичні розлади, хронічні захворювання

ВЗАЄМОДІЯ МІЖ УЧАСНИКАМИ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Психолог – клієнт

- Основна взаємодія, що базується на **довірі, підтримці, емпатії**.
- Психолог допомагає клієнту розібратися з проблемою, не нав'язуючи рішень.

Психолог – члени сім'ї

- Взаємодія в межах сімейної терапії або роботи з дітьми.
- Психолог допомагає покращити комунікацію між членами сім'ї.

Психолог – інші фахівці (психіатри, педагоги, коучі)

- У складних випадках консультування може проводитися **в міждисциплінарній команді**.
- Важливо дотримуватися **принципу конфіденційності** при залученні додаткових спеціалістів.

КЛІЄНТ

Роль:

Центральна фігура процесу, яка звертається за допомогою з певним запитом або проблемою.

Активний учасник, від мотивації та відкритості якого залежить успіх консультування.

Обов'язки:

Відверто ділитися своїми думками, емоціями та переживаннями.

Виконувати завдання, запропоновані консультантом.

Застосовувати набуті знання й навички в реальному житті.

Особливості:

Клієнт може бути індивідуальною особою, сім'єю, парою або групою людей залежно від формату консультування.

ТИПИ КЛІЄНТІВ, З ЯКИМИ ПРАЦЮЮТЬ ПСИХОЛОГИ:

За характером запиту

Кризові клієнти

- Знаходяться у важкій життєвій ситуації (втрата близьких, розлучення, звільнення).
- Шукають негайної підтримки для подолання емоційної напруги.

Мотиваційні клієнти

- Хочуть змінити своє життя на краще (кар'єра, відносини, особистісний ріст).
- Звертаються для отримання інструментів саморозвитку.

Проблемно-орієнтовані клієнти

- Мають чітко окреслену проблему (конфлікти у стосунках, тривожність, страхи).
- Очікують рішення або плану дій.

Клієнти без чіткого запиту

- Відчують загальний дискомфорт, але не можуть точно визначити, що їх турбує.

Потребують допомоги у формулюванні проблеми

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ТИПІВ КЛІЄНТІВ ПСИХОЛОГА ЗА ХАРАКТЕРОМ ЗАПИТУ

Критерій	Кризові клієнти	Мотиваційні клієнти	Проблемно-орієнтовані клієнти	Клієнти без чіткого запиту
Запит клієнта	Допомога у подоланні життєвої кризи.	Підтримка в особистісному чи професійному розвитку.	Рішення конкретної проблеми (конфлікти, тривога).	Усвідомлення та визначення власних потреб.
Емоційний стан	Висока емоційна напруга, стрес, розпач.	Натхнення, бажання змін.	Фокус на одній проблемі, частково обмежений.	Розгубленість, невпевненість у собі.
Підхід до встановлення контакту	Емпатійний, підтримуючий, швидке реагування.	Стимулюючий, мотиваційний, структурований.	Чіткий, орієнтований на рішення.	Терплячий, допомога у формуванні запиту.
Техніки роботи	Криза-інтервенція, підтримуюча терапія, КПТ.	Коучинг, ресурсна терапія, SMART-цілі.	КПТ, аналітичні методи, техніки розв'язання проблем.	Арт-терапія, метафоричні карти, відкриті запитання.
Особливості роботи	Висока потреба в підтримці, гостра фаза кризи.	Орієнтація на цілі, високий рівень мотивації.	Сфокусованість на одному аспекті.	Потребують більше часу для розуміння себе.
Очікувані результати	Зниження рівня стресу, стабілізація стану.	Досягнення конкретних цілей, розвиток ресурсів.	Рішення проблеми, відчуття контролю.	Усвідомлення проблеми, формулювання чітких запитів

За рівнем готовності до змін

Готові до роботи

- Відкриті до порад і готові виконувати рекомендації психолога.
- Швидше досягають позитивних змін.

Скептики

- Сумніваються в ефективності психологічної допомоги.
- Можуть сприймати консультацію як формальність або перевірку.

Опірні клієнти

- Не визнають своєї відповідальності за проблему.
- Часто намагаються перекласти провину на інших або уникнути змін.

За віковою категорією

Діти

- Можуть мати емоційні, поведінкові чи навчальні труднощі.
- Важлива робота з батьками для комплексного вирішення проблем.

Підлітки

- Проблеми самоідентифікації, конфлікти з батьками чи однолітками, тривожність.
- Потребують особливого підходу через емоційну нестабільність.

Дорослі

- Звертаються з різноманітними запитамі: від самореалізації до вирішення особистісних конфліктів.

Літні люди

- Проблеми адаптації до вікових змін, самотності, втрати близьких.
- Часто потребують емоційної підтримки та розуміння.

За емоційним станом

Тривожні клієнти

- Схильні до постійних переживань і страхів.
- Потребують технік релаксації та зниження тривожності.

Депресивні клієнти

- Відчують апатію, втрату інтересу до життя.
- Часто вимагають поступового підходу до роботи.

Агресивні клієнти

- Виражають роздратування або агресію.
- Потребують допомоги у контролі емоцій.

Емоційно нестабільні клієнти

Часті й різкі перепади настрою.

Імпульсивна поведінка.

Відчуття хаосу у внутрішньому світі.

Потреби: Виробити стійкість до емоційних змін.

Зрозуміти причини своїх переживань.

Замкнуті клієнти

Утруднення у вираженні емоцій.

Відсутність довіри до інших людей, включаючи психолога.

Уникнення глибоких розмов.

Потреби: Встановлення довіри до психолога.

Навчання відкритості та комунікації.

Перевтомлені та виснажені клієнти

Почуття постійної втоми, емоційного та фізичного виснаження.

Неможливість відновитися навіть після відпочинку.

Часто пов'язано з вигоранням або перевантаженням.

Потреби: Навчитися балансувати між роботою та відпочинком.

Відновити життєву енергію

Перелякані або травмовані клієнти

Відчуття страху чи тривоги через минулі події.

Можливі флешбеки або нічні кошмари.

Уникнення тригерів, пов'язаних із травмою.

Потреби: Подолати наслідки травматичного досвіду.

Навчитися жити в сьогоденні.

КОНСУЛЬТАНТ (ПСИХОЛОГ)

Роль:

Фахівець, який створює безпечне середовище для клієнта, діагностує проблему та сприяє її вирішенню через професійні методи.

Обов'язки:

Слухати клієнта без осуду, демонструючи емпатію.

Використовувати відповідні техніки та підходи, адаптуючи їх до потреб клієнта.

Забезпечувати конфіденційність.

Підтримувати клієнта на всіх етапах консультування.

Особливості:

Консультант має професійну підготовку в галузі психології та дотримується етичних норм.

КОМПЕТЕНЦІЇ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Професійні компетенції

✓ **Знання основних психологічних теорій** – орієнтація в різних напрямках консультування (психодинамічний, когнітивно-біхевіоральний, гуманістичний тощо).

✓ **Методологічна компетентність** – володіння методами психологічної діагностики, інтерв'ю, аналізу проблем.

✓ **Володіння техніками психологічного впливу** – використання ефективних інтервенцій для зміни поведінкових, когнітивних або емоційних патернів клієнта.

✓ **Навички кризового консультування** – здатність працювати з людьми у стані сильного стресу, травматичних переживань, депресивних станів.

✓ **Знання етичних стандартів** – дотримання професійної етики, конфіденційності та коректності у взаємодії з клієнтом.

КОМУНІКАТИВНІ КОМПЕТЕНЦІЇ

✓ **Емпатія** – здатність розуміти та приймати почуття клієнта без осуду.

✓ **Активне слухання** – уважне ставлення до слів, невербальних сигналів, почуттів клієнта.

✓ **Уміння задавати правильні запитання** – використання відкритих та закритих запитань для уточнення проблеми.

✓ **Вміння адаптувати стиль комунікації** – підлаштування під індивідуальні особливості клієнта.

ОСОБИСТІСНІ КОМПЕТЕНЦІЇ

✓ **Емоційна стійкість** – здатність витримувати емоційне навантаження, зберігати професіоналізм у складних ситуаціях.

✓ **Саморефлексія** – усвідомлення власних емоцій та реакцій у процесі консультування.

✓ **Гнучкість мислення** – здатність адаптуватися до змін у процесі роботи з клієнтом.

✓ **Об'єктивність і неупередженість** – уникнення оцінювань, проєкцій особистих переконань на клієнта.

ОРГАНІЗАЦІЙНІ КОМПЕТЕНЦІЇ

✓ **Уміння структурувати консультативний процес** – побудова ефективного плану роботи з клієнтом.

✓ **Тайм-менеджмент** – грамотне управління часом сесії, уникнення перевантаження.

✓ **Ведення документації** – оформлення консультаційних звітів, аналіз результатів роботи.

ПОРІВНЯЛЬНА ТАБЛИЦЯ КОМПЕТЕНЦІЙ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Тип компетенцій	Зміст компетенцій	Приклад застосування
Професійні компетенції	- Знання основних психологічних теорій (психодинамічний, КПТ, Аналіз проблеми клієнта, гуманістичний тощо). - Використання методів психологічної діагностики. - Володіння психотерапевтичними техніками. - Навички кризового консультування. - Дотримання етичних стандартів.	вибір оптимального методу консультування, підтримка конфіденційності.
Комунікативні компетенції	- Емпатія та розуміння емоцій клієнта. - Активне слухання та точне формулювання запитань. - Вміння адаптувати стиль комунікації до клієнта. - Навички вербальної та невербальної взаємодії.	Побудова довірливих стосунків, створення безпечного середовища для клієнта.
Особистісні компетенції	- Емоційна стійкість, контроль власного емоційного стану. - Об'єктивність і неупередженість. - Гнучкість мислення та здатність адаптуватися. - Саморефлексія та усвідомлення своїх меж.	Підтримання професійної дистанції, уникнення проєкцій особистих переживань на клієнта.
Організаційні компетенції	- Вміння структурувати процес консультування. - Тайм-менеджмент. - Ведення документації. - Робота з супервізією та постійний професійний розвиток.	Побудова плану роботи з клієнтом, дотримання часових рамок сесії, аналіз ефективності консультування.

ПРОФЕСІЙНІ ФУНКЦІЇ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Функції психолога-консультанта охоплюють основні напрями діяльності, які забезпечують ефективно надання психологічної допомоги клієнту.

Вони базуються на теоретичних знаннях, методологічних підходах, комунікативних навичках та дотриманні етичних норм

Діагностична функція

✓ **Мета:** Визначення психологічного стану клієнта, аналіз проблеми, виявлення її причин та можливих шляхів вирішення.

✓ Основні дії:

Проведення **психодіагностичних методик** (опитувальники, тести, проєктивні методики).

Аналіз особистісних особливостей клієнта, його соціального оточення та взаємодій.

Виявлення основних **патернів поведінки, мислення, емоційного реагування.**

✓ **Приклад:** Використання тестів на рівень тривожності, оцінка стилю міжособистісного спілкування.

Корекційно-розвивальна функція

✓ **Мета:** Допомога клієнту у зміні деструктивних моделей мислення, поведінки та розвитку особистісних ресурсів.

✓ **Основні дії:**

Використання технік **когнітивно-біхевіоральної терапії (КПТ), гештальт-терапії, психодинамічного аналізу.**

Навчання клієнта **ефективним механізмам саморегуляції.**

Підтримка у розвитку **особистісних якостей та соціальних навичок.**

✓ **Приклад:** Формування навичок управління стресом, корекція деструктивних переконань через когнітивну реструктуризацію.

Консультативна функція

✓ **Мета:** Надання клієнту підтримки, рекомендацій та професійної допомоги у вирішенні проблем.

✓ **Основні дії:**

Формування **оптимальних шляхів подолання труднощів.**

Підбір індивідуальних стратегій розвитку та самопідтримки.

Надання **конкретних рекомендацій та інструментів** для роботи над собою.

✓ **Приклад:** Консультація щодо міжособистісних стосунків, робота з подоланням тривоги перед важливими подіями.

Профілактична функція

✓ **Мета:** Попередження розвитку психологічних проблем, формування у клієнта навичок стресостійкості.

✓ **Основні дії:**

Проведення **профілактичних заходів** (лекції, тренінги, семінари).

Навчання клієнтів та груп ефективному **управлінню емоціями, конфліктами стресовими ситуаціями**

✓ **Приклад:** Проведення тренінгів емоційного інтелекту, профілактика вигорання у фахівців допомагаючих професій.

Освітня функція

✓ **Мета:** Підвищення рівня психологічної культури клієнта, його поінформованості щодо особистісного розвитку.

✓ **Основні дії:**

Ознайомлення клієнтів із основами **психології, саморегуляції, міжособистісних комунікацій.**

Навчання методам покращення якості життя, боротьби зі стресом.

✓ **Приклад:** Проведення лекцій з розвитку навичок комунікації, роботи з емоціями.

Організаційно-методична функція

✓ **Мета:** Планування та організація роботи психолога-консультанта, ведення документації.

✓ **Основні дії:**

Створення **індивідуальних планів роботи з клієнтом.**

Контроль ефективності психологічного консультування.

Ведення **консультаційної документації** (звіти, записи, динаміка змін клієнта).

✓ **Приклад:** Ведення журналу консультацій, розробка індивідуальних програм роботи з клієнтом.

Координаційна функція

✓ **Мета:** Взаємодія з іншими спеціалістами для забезпечення комплексного підходу до допомоги клієнту.

✓ **Основні дії:**

Направлення клієнта до **психіатра, психотерапевта, соціального працівника**, якщо це необхідно.

Взаємодія з **педагогами, медичними фахівцями** при роботі з дітьми або особами з особливими потребами.

✓ **Приклад:** Співпраця з лікарем для корекції психоемоційного стану клієнта.

ПОРІВНЯЛЬНА ТАБЛИЦЯ ПРОФЕСІЙНИХ ФУНКЦІЙ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Функція	Мета	Основні дії	Приклад застосування
Діагностична	Визначення психологічного стану клієнта, аналіз проблеми	Проведення інтерв'ю, тестування, аналіз поведінкових патернів	Використання тесту на рівень тривожності для визначення емоційного стану
Корекційно-розвивальна	Зміна деструктивних моделей поведінки, розвиток особистісних ресурсів	Використання психотерапевтичних методик, навчання навичкам саморегуляції	Робота з клієнтом над техніками подолання стресу
Консультативна	Надання психологічної підтримки та рекомендацій	Обговорення проблеми, формування стратегії подолання труднощів	Допомога клієнту у вирішенні міжособистісного конфлікту
Профілактична	Запобігання психологічним проблемам	Проведення тренінгів, навчання управлінню емоціями	Тренінг з профілактики емоційного вигорання для освітян
Освітня	Підвищення рівня психологічної грамотності клієнта	Надання інформації, роз'яснення механізмів психологічних процесів	Лекція про важливість емоційного інтелекту
Організаційно-методична	Планування та організація консультаційної роботи	Ведення документації, складання індивідуальних планів роботи з клієнтом	Аналіз ефективності консультування, оформлення звітів
Координаційна	Взаємодія з іншими спеціалістами для комплексної допомоги клієнту	Співпраця з психіатрами, соціальними працівниками, педагогами	Направлення клієнта з ознаками депресії до психіатра для додаткової підтримки

СІМ'Я АБО БЛИЗЬКЕ ОТОЧЕННЯ КЛІЄНТА (ЗА ПОТРЕБИ)

Роль:

Може бути залучене до консультування, якщо проблема клієнта стосується міжособистісних стосунків або сімейної динаміки.

Обов'язки:

Надавати емоційну підтримку клієнту.

Бути відкритими до змін у спільній взаємодії.

Особливості:

Важливість участі залежить від запиту клієнта (наприклад, у сімейній чи парній терапії роль сім'ї є ключовою).

ОРГАНІЗАЦІЯ АБО СОЦІАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ (ЗА НЕОБХІДНОСТІ)

Роль:

Може виступати ініціатором або учасником консультування, якщо робота стосується колективних чи професійних питань (наприклад, корпоративна терапія).

Обов'язки:

Надання ресурсів для підтримки клієнта.

Створення умов для реалізації змін, отриманих під час консультування.

Особливості:

Роль організації актуальна в контексті корпоративного консультування або роботи з групами.

СУПЕРВІЗОР (ЗА ПОТРЕБИ)

Роль:

Фахівець, який консультиує самого консультанта для забезпечення якості його роботи.

Обов'язки:

Надання зворотного зв'язку консультанту.

Допомога у вирішенні складних випадків або етичних дилем.

Особливості:

Супервізор залучається, якщо консультант працює з важкими випадками або потребує професійної підтримки.

ГРУПА (В ГРУПОВОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ)

Роль:

Учасники, які працюють над спільними цілями або підтримують один одного в процесі консультування.

Обов'язки:

Дотримуватися правил групової роботи (конфіденційність, повага до інших).

Активно взаємодіяти в групі, надавати підтримку.

Особливості:

Група створює динаміку, яка може сприяти взаємному збагаченню та розвитку;

ризик формування антигрупи (деструктивна динаміка, яка виникає в груповій психологічній роботі).

ВЗАЄМОДІЯ УЧАСНИКІВ У КОНСУЛЬТАТИВНОМУ ПРОЦЕСІ

Консультативний процес – це **динамічна система взаємодії** між клієнтом, психологом-консультантом та іншими можливими учасниками.

Взаємозв'язки між ними можуть мати **прямий або опосередкований характер** та залежать від контексту консультування.



ОСНОВНА ВЗАЄМОДІЯ: "ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ – КЛІЄНТ"

✓ Психолог-консультант:

Проводить **діагностику стану клієнта** та аналізує проблему.

Використовує відповідні **методи консультування** (когнітивно-біхевіоральний підхід, гештальт-терапію, психоаналіз тощо).

Підтримує клієнта, допомагає **формуванню навички подолання труднощів**.

Дотримується **конфіденційності та етичних норм**.

✓ Клієнт:

Звертається за допомогою, формулює **запит**.

Бере активну участь у консультуванні, виконує **рекомендації** психолога.

Надає **зворотний зв'язок** щодо змін у своєму стані.

↔ **Цей зв'язок є двостороннім** – консультант підтримує клієнта, а клієнт активно залучений у процес змін.

ВЗАЄМОДІЯ "ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ – ЧЛЕНИ СІМ'Ї КЛІЄНТА"

✓ Коли залучаються:

У випадках **сімейного консультування** (конфлікти в сім'ї, труднощі у вихованні дітей).

Якщо проблема клієнта пов'язана з його **сімейною динамікою**.

При консультуванні **підлітків та дітей**.

✓ **Форми взаємодії:**

Сімейна терапія, де всі члени родини залучені до спільної роботи.

Індивідуальна робота з клієнтом, під час якої вивчаються **впливи сімейного середовища**.

Консультація батьків для формування ефективних методів виховання.

⇔ **Можливі труднощі:** Опір з боку родини, невизнання проблеми, конфліктність між членами сім'ї.

ВЗАЄМОДІЯ

"ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ – МЕДИЧНІ ФАХІВЦІ"

✓ Коли залучаються:

У разі **психосоматичних розладів** (депресія, тривожні стани, хронічні хвороби, що впливають на психіку).

Якщо клієнт потребує **медичної або психіатричної допомоги** (розлади харчової поведінки, важкі депресивні стани).

У ситуаціях, де поєднується **психологічна і фармакологічна допомога**.

✓ **Форми взаємодії:**

Направлення клієнта до лікаря-психіатра для додаткової оцінки.

Консультація з лікарем щодо **стану здоров'я** клієнта, що впливає на його психоемоційний стан.

Спільна робота психолога та лікаря над **планом лікування**.

⇔ **Можливі труднощі:** Психолог не може призначати медикаменти, тому важливо налагодити професійну співпрацю з медичними спеціалістами.

ВЗАЄМОДІЯ

"ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ – СОЦІАЛЬНІ ПРАЦІВНИКИ"

✓ Коли залучаються:

Якщо клієнт **знаходиться в складних життєвих обставинах** (насильство в сім'ї, соціальна ізоляція, фінансові труднощі).

При роботі з людьми, що потребують **соціальної адаптації** (внутрішньо переміщені особи, особи з обмеженими можливостями).

У випадках **роботи з дітьми та підлітками**, які перебувають у складних умовах виховання.

✓ **Форми взаємодії:**

Співпраця у розробці **соціальних програм підтримки клієнта**.

Направлення клієнта до відповідних **державних служб або соціальних організацій**.

Участь психолога у **командній роботі** з соціальними працівниками.

⇔ **Можливі труднощі:** Недостатність соціальних ресурсів, низький рівень співпраці між установами.

ВЗАЄМОДІЯ "ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ – ПЕДАГОГИ"

✓ Коли залучаються:

При роботі з **дитячими або підлітковими проблемами** (труднощі у навчанні, поведінкові розлади).

У випадках **булінгу, конфліктів між дітьми**, складнощів у спілкуванні.

Для розробки програм **психологічної підтримки учнів та вчителів**.

✓ Форми взаємодії:

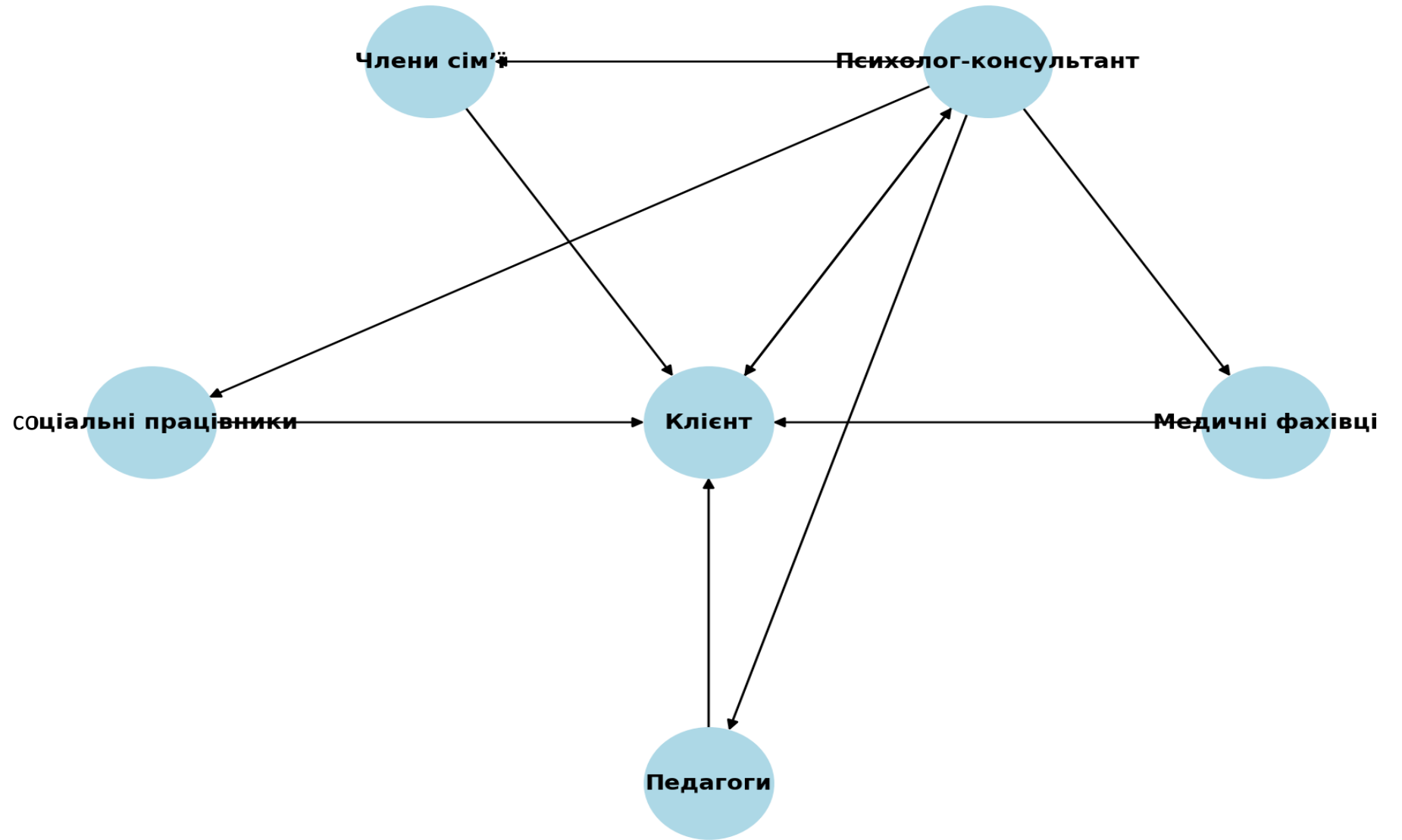
Обговорення особливостей **емоційного та поведінкового розвитку дитини**.

Надання рекомендацій щодо адаптації дитини у навчальному середовищі.

Проведення **тренінгів для вчителів**, формування навичок роботи з учнями, які мають психологічні труднощі.

⇔ **Можливі труднощі**: Опір педагогів до змін, небажання визнати проблему з боку батьків або адміністрації школи.

Взаємодія учасників у консультативному процесі



ПОРІВНЯЛЬНА ТАБЛИЦЯ ВЗАЄМОДІЇ УЧАСНИКІВ У КОНСУЛЬТАТИВНОМУ ПРОЦЕСІ

Учасники взаємодії	Мета взаємодії	Основні форми взаємодії	Можливі труднощі
Психолог-консультант – Клієнт	Виявлення та розв'язання проблем клієнта, підтримка змін	- Діагностика, психотерапія, консультування - Використання терапевтичних методик (КПТ, гештальт, психоаналіз)	- Опір змінам з боку клієнта - Недостатня мотивація до роботи
Психолог-консультант – Члени сім'ї	Робота з сімейними конфліктами, підтримка гармонійних стосунків	- Сімейне консультування - Робота з батьками у вихованні дітей	- Опір з боку членів сім'ї - Відсутність узгодженої позиції серед рідних
Психолог-консультант – Медичні фахівці	Визначення взаємозв'язку між психічним і фізичним станом клієнта	- Направлення до психіатра чи терапевта - Розробка комплексного плану допомоги	- Обмежений доступ до медичних спеціалістів - Небажання клієнта звертатися до лікаря
Психолог-консультант – Соціальні працівники	Надання соціальної допомоги, підтримка клієнтів у складних життєвих умовах	- Спільна робота над адаптацією клієнта - Направлення до соціальних служб	- Недостатність соціальних ресурсів - Формальне ставлення до проблеми
Психолог-консультант – Педагоги	Робота з дітьми та підлітками, покращення навчального процесу	- Спільна розробка програм психологічної підтримки дітей - Тренінги для вчителів	- Опір педагогів до психологічних змін - Небажання батьків визнавати проблему

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ РОЛЕЙ УЧАСНИКІВ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Учасник консультування	Основна роль	Функції та відповідальність	Взаємодія з іншими учасниками	Можливі труднощі у взаємодії
Психолог-консультант	Ведучий процесу, експерт	- Діагностика проблеми - Підбір методів консультування - Надання психологічної підтримки - Формування стратегії змін	- Основна взаємодія з клієнтом - Може співпрацювати з членами сім'ї, лікарями, соціальними працівниками, педагогами	- Опір клієнта змінам - Недостатня мотивація клієнта - Відсутність підтримки з боку інших учасників
Клієнт	Отримувач допомоги, активний учасник	- Формулювання запиту - Відкритість до змін - Виконання рекомендацій психолога - Рефлексія над проблемами	- Основна взаємодія з психологом - У сімейному консультуванні – взаємодія з членами сім'ї - Може отримувати підтримку від інших спеціалістів	- Недостатня мотивація до змін - Емоційний спротив - Вплив зовнішніх факторів (сім'я, оточення)
Члени сім'ї	Підтримка змін у клієнта	- Участь у сімейному консультуванні - Допомога в адаптації змін клієнта - Робота над сімейною динамікою	- Взаємодія з клієнтом і психологом - У сімейній терапії – активна участь у процесі	- Небажання змінювати власну поведінку - Відсутність розуміння проблеми клієнта - Вплив сімейних конфліктів
Медичні фахівці (психіатр, лікар)	Медична підтримка консультування	- Діагностика психічного та фізичного стану клієнта - Призначення медикаментозного лікування (за потреби) - Спільна робота з психологом	- Взаємодія з психологом, коли проблема клієнта потребує медичного втручання	- Недостатня комунікація між лікарем і психологом - Небажання клієнта приймати медичну допомогу
Соціальні працівники	Соціальна підтримка клієнта	- Допомога клієнтам у складних життєвих обставинах - Підтримка у соціальній адаптації - Взаємодія з іншими службами	- Співпраця з психологами у кризових ситуаціях - Взаємодія з клієнтом, сім'єю, державними установами	- Бюрократичні обмеження - Обмежені ресурси допомоги - Небажання клієнта співпрацювати
Педагоги	Підтримка психологічного благополуччя дітей	- Виявлення проблем у поведінці та навчанні - Взаємодія з психологами щодо розвитку дитини - Надання допомоги у соціальній адаптації дітей	- Взаємодія з психологом, батьками, соціальними працівниками	- Недооцінювання проблеми дитини - Опір педагогів змінам - Небажання батьків співпрацювати

ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ВЗАЄМОДІЇ УЧАСНИКІВ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Сучасні технології значно **розширили** **можливості** **психологічного консультування**, зробивши його більш доступним, інтерактивним та ефективним.

Вони сприяють **якісній комунікації** між учасниками, **оптимізації** консультативного процесу та **підвищенню** рівня психологічної підтримки.



ОНЛАЙН-ПЛАТФОРМИ ДЛЯ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Мета: Забезпечення дистанційної взаємодії між психологом і клієнтом, надання психологічної допомоги в онлайн-форматі.

✓ Застосування:

Використання платформ **Zoom, Google Meet, Skype, Microsoft Teams** для проведення онлайн-консультацій.

Використання спеціалізованих **психологічних сервісів** (BetterHelp, Rozmova.me, Mindly, Talkspace).

Дистанційна підтримка клієнтів у кризових ситуаціях.

Переваги:

- ✓ Доступність для клієнтів з віддалених регіонів.
- ✓ Комфортна атмосфера для клієнта (консультавання з дому).
- ✓ Гнучкість у виборі часу консультацій.

Обмеження:

Відсутність невербального контакту, складність у зчитуванні мови тіла.

⚠ Технічні проблеми (нестабільний зв'язок, безпека даних).



ОНЛАЙН-ПЛАТФОРМИ ДЛЯ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Мета: Забезпечення дистанційної взаємодії між психологом і клієнтом, надання психологічної допомоги в онлайн-форматі.

Застосування:

- Використання платформ Zoom, Google Meet, Skype, Microsoft Teams для проведення онлайн-консультацій.
- Використання спеціалізованих психологічних сервісів (BetterHelp, Rozmova.me, Mindly, Talkspace).
- Дистанційна підтримка клієнтів у кризових ситуаціях.

Переваги:

- ✓ Доступність для клієнтів з віддалених регіонів.
- ✓ Комфортна атмосфера для клієнта (консультавання з дому).
- ✓ Гнучкість у виборі часу консультацій. •

Обмеження:

- Відсутність невербального контакту, складність у зчитуванні мови тіла.
- ⚠ Технічні проблеми (нестабільний зв'язок, безпека даних).



ВИКОРИСТАННЯ МОБІЛЬНИХ ЗАСТОСУНКІВ ДЛЯ САМОДОПОМОГИ

✓ **Мета:** Підтримка психологічного стану клієнта між консультаціями, розвиток навичок емоційної саморегуляції.

✓ **Застосування:**

Додатки для **управління стресом і тривогою:** Headspace, Calm, Wusa, Insight Timer.

Програми для **когнітивно-біхевіоральної терапії (КПТ):** Moodfit, CBT Thought Diary.

Додатки для **моніторингу психоемоційного стану:** Daylio, Sanvello.

✓ **Переваги:**

✓ Доступність у будь-який час.

Самостійне опрацювання стресу, тривоги, депресії.

✓ Можливість клієнта відстежувати прогрес.

✓ **Обмеження:**

Додатки не можуть замінити повноцінне консультування.

⚠ Вимагають високої **самодисципліни клієнта.**



ТЕЛЕМЕДИЦИНА ТА ЕЛЕКТРОННІ ЗАПИСИ

Телемедицина та електронні записи

✓ **Мета:** Оптимізація процесу взаємодії між психологом, клієнтом та іншими спеціалістами (медичними працівниками, соціальними службами).

✓ **Застосування:**

Використання електронних **систем запису** на консультації (Calendly, Booksy, Doxy.me).

Використання **електронних карт пацієнта** для ведення історії взаємодії (Helpsy, SimplePractice).

✓ **Переваги:**

✓ Ефективне управління розкладом консультацій.

✓ Впорядкування документації, зручність у веденні історії клієнта

✓ Безпечний обмін інформацією між фахівцями.

✓ **Обмеження:**

⚠ Потребна в дотриманні **конфіденційності** та захисту і



Як вносити електронні медичні записи, щоб отримати оплату від НСЗУ

ВИКОРИСТАННЯ ЧАТ-БОТІВ ТА ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ У КОНСУЛЬТУВАННІ

✓ **Мета:** Надання базової психологічної підтримки, попередня діагностика емоційного стану клієнта.

✓ **Застосування:**

Чат-боти для **експрес-підтримки** (Wysa, Woebot, Youper).
Алгоритми **штучного інтелекту** для аналізу емоційного стану (Replika AI).

✓ **Переваги:**

✓ Доступність 24/7, миттєвий зворотний зв'язок.

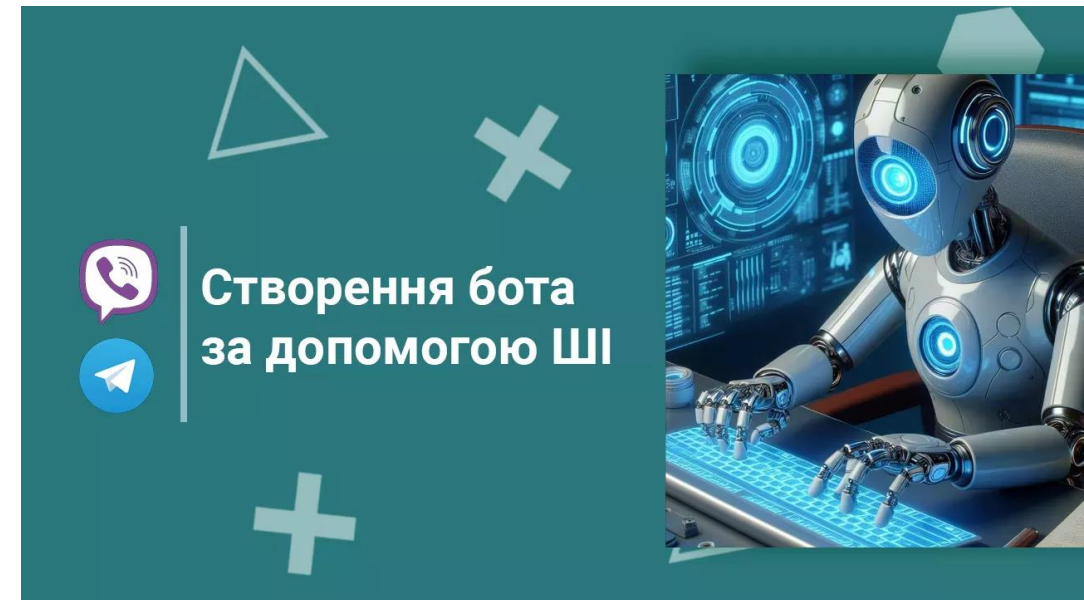
✓ Можливість обговорювати емоційний стан у безпечному середовищі.

Доступ для людей, які соромляться звертатися до психолога.

✓ **Обмеження:**

⚠ Чат-боти не можуть замінити професійну терапію.

⚠ Відсутність персоналізованого підходу



ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ ТА БЛОГІВ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

«Соціальною мережею» також може називатися послуга, яка сприяє утворенню і підтриманню соціальних кіл і мереж і працюючою допомогою Всесвітньої мережі.



✓ **Мета:** Освітня діяльність, популяризація психологічної грамотності, підтримка клієнтів через відкритий контент.

✓ **Застосування:**

Публікація матеріалів у **Facebook, Instagram, TikTok, Telegram** про психічне здоров'я.

Проведення **онлайн-вебінарів та групових консультацій**.

Використання **форумів та груп підтримки** для обміну досвідом (Reddit, психологічні чати у Telegram).

✓ **Переваги:**

✓ Доступність великій кількості людей.

✓ Освіта та психологічна профілактика.

✓ Створення спільнот підтримки.

Обмеження:

Поширення **недостовірної інформації** без перевірки.

⚠ Відсутність персонального підходу.

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У КОНСУЛЬТУВАННІ

Сфера застосування	Технології	Переваги	Можливі труднощі
Дистанційне консультування	Відеоконференції (Zoom, Skype, Google Meet), онлайн-чати (Telegram, WhatsApp, Signal)	- Доступність допомог з будь-якої локації - Гнучкість у графіку консультацій - Можливість збереження анонімності	- Відсутність невербальних сигналів у текстовій комунікації - Технічні проблеми (низька якість зв'язку)
Діагностика та оцінка клієнта	Онлайн-тести та опитувальники (PsyToolkit, SurveyMonkey, Google Forms)	- Швидке збирання та аналіз інформації - Автоматизований підрахунок результатів - Доступ до великої бази психометричних методик	- Можлива нещирість відповідей клієнта - Неможливість оцінити невербальні аспекти поведінки
Підтримка клієнта між сесіями	Мобільні додатки для самопомоги (MindDoc, Calm, Headspace)	- Розвиток навичок саморегуляції - Постійний доступ до ресурсів - Самостійна робота клієнта між консультаціями	- Недостатній рівень мотивації клієнта - Небезпека надмірної самодіагностики
Освітні програми та профілактика	Вебінари, онлайн-курси (Coursera, Udemy, YouTube), тематичні блоги	- Розширення психологічної грамотності клієнтів - Зниження рівня стигматизації психічного здоров'я - Доступність великої кількості матеріалів	- Відсутність персоналізованого підходу - Небезпека поширення ненаукової інформації
Взаємодія між фахівцями	Електронні платформи для координації роботи (Google	- Спільна робота над випадком клієнта - Збереження та обмін даними	- Питання конфіденційності даних - Потреба у навичках роботи з