

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК31- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10/1

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету
педагогічних технологій та освіти
впродовж життя

31 серпня 2023 р.,

протокол № 11

Голова Вченої ради

Оксана ЧЕРНИШ



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ»

для здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр»
спеціальності 053 «Психологія»
освітньо-професійна програма «Екстремальна психологія»
факультет педагогічних технологій та освіти впродовж життя
кафедра психології та соціального забезпечення

Схвалено на засіданні кафедри
психології та соціального
забезпечення
28 серпня 2023 р., протокол № 7

В.о. завідувача кафедри
Марина ОКСЮТОВИЧ

Гарант освітньо-професійної
програми
Марина ОКСЮТОВИЧ

Розробник: кандидат філософських наук, доцент кафедри психології та
соціального забезпечення ОКСЮТОВИЧ Марина

Житомир
2023-2024 н.р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОКЗ1 – 2023
	Екземпляр № 1	Арк 2/11

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»	Нормативна	
Модулів – 1	Спеціальність: 053 «Психологія»	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 3		3-й	–
Загальна кількість годин – 90		Семестр	
		6	–
		Лекції	
		32 год.	–
		Практичні, семінарські	
		16 год.	–
		Лабораторні	
		- год.	–
		Самостійна робота	
		42 год.	–
		Індивідуальні завдання	
		Вид контролю: залік	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 2,6	Освітній ступінь: «бакалавр»		

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 53% / 47%.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОКЗ1- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10/3

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою дисципліни «Основи психологічного консультування» є теоретичне вивчення проведення психологічного консультування, вивчення особливостей та зміст впливу професійної підготовки та діяльності на особистість консультанта, а також, ознайомлення з етичними принципами, що покладені в основу організації та проведення психологічного консультування.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є широке коло психологічних проблем людей, які не мають глибоких клінічних порушень, що включає: труднощі вікового розвитку, специфіку адаптації особистості до змінних умов повсякденності, дисгармонію міжособистісних взаємин, вікові кризи, наслідки травм і хвороби, стреси, особливості характеру, вибір професії тощо.

Завданнями вивчення навчальної дисципліни є:

- отримати цілісне уявлення про етичні принципи консультування, види, етапи та структуру процесу консультування;
- ознайомити з різними психологічними підходами, принципами та організаційними основами психологічного консультування;
- сформулювати вміння розуміти та аналізувати типові проблеми клієнтів;
- навчити проводити психологічну консультацію, використовуючи основні прийоми та техніки ведення консультативної бесіди.

Методологія вивчення навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування» будується на взаємозв'язку теоретичних концепцій та тих практичних навичок, яких набувають студенти за результатами лекційних, практичних занять та самостійної роботи.

Відповідно до Стандарту вищої освіти України (перший (бакалаврський) рівень, галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальність 053 «Психологія»), змісту освітньо-професійної програми, опанування навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування» забезпечуватиме формування **інтегральної компетентності** (здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, щопередбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов), а також таких загальних (ЗК) та спеціальних компетентностей (СК):

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
 - ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
 - ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.
 - ЗК12. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
 - СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.
 - СК6. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження.
- Отримані знання з навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування» стануть складовими таких *програмних результатів навчання*:
- РН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.
 -

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК31- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10/4

- РН16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.
- РН19. Критично мислити у сфері професійної діяльності та формулювати психологічний висновок на основі психодіагностичного обстеження.
- РН20. Знати особливості надання психолого-консультативної допомоги та психотерапевтичної допомоги.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Загальні засади психологічного консультування.

Тема 1. Специфіка психологічного консультування.

Цілі, завдання та структура психологічного консультування. Консультативний контакт. Загальні вимоги до психолога-консультанта. Відмінність психологічного консультування від інших видів психологічної допомоги. Особистісні якості психолога-консультанта. Підготовка консультанта.

Тема 2. Психологічна консультація як організаційна структура.

Вимоги до приміщення та інтер'єру консультативного кабінету і центру. Основні обов'язки психоконсультанта та взаємодія спеціалістів всередині психологічної консультації. Взаємодія психолога зі спеціалістами суміжних професій, а саме: педагоги, лікарі, соціальні працівники, представники правоохоронних органів. Етичний кодекс психолога-консультанта.

Тема 3. Структура психологічного консультування.

Основні етапи підготовки психоконсультанта до психологічного консультування: складання попереднього уявлення про клієнта і його проблему, систематизації знань з наявної проблеми, розробка плану проведення консультації, підбір психодіагностичних засобів, які можуть знадобитися в ході консультування.

Специфіка підготовки спеціаліста до зустрічі з клієнтом. Умови ефективності консультативного процесу. Чинники, що впливають на успішність консультативного процесу. Основні правила ведення консультативного процесу. Чинники, що знижують результативність консультативного процесу. Види некоректної поведінки консультанта.

Тема 4. Процедури і техніки психологічного консультування.

Процес психологічного консультування. Етапи психологічного консультування: початок роботи, збір інформації, стратегічний.

Навики консультування: перефразування, відображення почуттів клієнта, приєднання почуттів до змісту, прояснення, відображення власних почуттів, прояснення проблемної ситуації, труднощі при освоєнні нових навиків, навики активного слухання.

Змістовий модуль 2. Психологічне консультування: процес, проблеми, принципи.

Тема 5. Психодіагностики в процесі консультування.

Специфіка застосування тестів в рамках психологічного консультування. Критерії підбору тестового матеріалу. Ситуації, що вимагають

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК31- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10/5

психодіагностичного дослідження. Регулярність діагностичних зрізів. Правила проведення тестування. Табу в психодіагностичному дослідженні.

Блок тестів для психодіагностичного дослідження: вимірювання рівня тривожності; виявлення стійких внутрішніх станів особистості; вимірювання рівня астенизації; шкала зниженого настрою – субдепресії (ШЗНС); виявлення рівня агресивності; визначення рівня суб'єктивного контролю.

Тема 6. Основні психотерапевтичні напрямки в психологічному консультуванні.

Основні положення психодинамічного напрямку. Прийоми дії на особистість: метод вільних асоціацій, аналіз сновидінь (з позиції Фрейда), аналіз сновидінь (за Адлером).

Основні положення когнітивно-поведінкового напрямку. Самоконтроль, самоспостереження, складання контрактів, домашнє завдання. Прийоми дії на особистість: «Правило життя», «Самоконтроль», систематична десенсибілізація, «Мішень», стимулювання створення позитивної мотивації, основні принципи гуманістичного напрямку.

Основні поняття гуманістичного напрямку. Прийоми дії на особистість: метод парадоксальної інтенції (В. Франкл), персональне осмислення життя (В. Франкл), розвиток самосвідомості, вербалізація (компонент роджерівської психотехніки), метод А. Янова.

Тема 7. Психологічний вплив у практиці психологічного консультування.

Процес впливу, його визначення. Класифікація та види впливів. Невербальні способи взаємодії. Прямий та непрямий вплив. Особливості впливу психоконсультанта на клієнта або клієнта на психоконсультанта. Формування голосової гнучкості та сенсорної спостережливості. Вміння розрізняти темп, тембр та інтонацію і вміння відслідковувати стан клієнта за змінами голосових характеристик.

Тема 8. Методи ведення психологічної сесії.

Розмовні методи психологічного впливу. Діалог. Структура логічних доказів. Види логічних аргументів. Психологічна бесіда. Збір інформації і діагностика. Розмовна психотерапія. Терапія прямого аналізу Грюнвальда.

Метафоротерапія у консультуванні. Метафорична комунікація. Індивідуальна робота зі снами. Джерела сновидінь.

Змістовий модуль 3. Спеціальні проблеми у психологічному консультуванні.

Тема 9. Особливості сімейного та подружнього консультування.

Цілі, завдання та структура сімейного консультування. Етапи та техніки сімейного консультування. Основні питання сімейного консультування. Особливості сімейного та подружнього консультування. Ключові проблеми сімейного та подружнього консультування. Професійна позиція і роль консультанта. Основні консультативні прийоми. Діагностика в сімейному консультуванні. Стадії розвитку взаємостосунків в парі. Батьки і дитина на першій консультації. Взаємостосунки батьків з дітьми-дошкільного віку. Консультування батьків дітей юнацького віку. Основні школи сімейної терапії. Особливості консультування сімейної пари та подружжя.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК31- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10/6

Тема 10. Особливості психологічного консультуванні у сфері освіти.

Структура, етапи та принципи консультування в системі освіти. Робота з батьками майбутніх першокласників. Ставлення дитини до себе, до своєї активності, до оточення. Дитячі страхи. Надмірна збудливість дошкільника.

Психологічна допомога дітям з емоційними та поведінковими труднощами – агресивність, тривожність, неправдивість, неслухняність, гіперактивність, жадібність, надмірна вразливість, впертість. Допомога неблагополучним підліткам.

Шкільне консультування. Психологічна робота з педагогічними працівниками.

Тема 11. Особливості телефонного консультування.

Цілі, техніки та структура телефонного консультування. Активне слухання. Комунікативні бар'єри. Зворотній зв'язок. Концентрація уваги. Страхи. Перелік емоційних станів. Критерії оцінки суїцидального потенціалу клієнтів. Телефонна розмова. Конфіденційність. Закінчення телефонної розмови. Позиція консультанта кризової служби. Теорія криз. Консультування кризових абонентів. Чотири стадії кризової терапії.

Тема 12. Окремі випадки в особистісно-орієнтованому консультуванні.

Цілі, завдання, прийоми та етапи особистісно-орієнтованого консультування. Методичні принципи побудови особистісно-центрованого консультування клієнтів. Концепція тривимірної, поетапно конкретизованої психологічної структури особистості. Стратегічні принципи психологічної допомоги особистості. Психологічні технології в подоланні неконструктивних страхів: страх ситуацій, страх тривоги, страх себе.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК31- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10/7

4. Структура (тематичний план) навчальної дисципліни

Кредитні модулі	Змістові модулі	Кількість годин			
		Всього	Лекції	Практичні	Самостійна робота
№1	Змістовий модуль 1. Загальні засади психологічного консультування.				
	Тема 1. Специфіка психологічного консультування.	6	2	-	4
	Тема 2 Психологічна консультація як організаційна структура.	6	2	-	4
	Тема 3. Структура психологічного консультування.	10	4	2	4
	Тема 4. Процедури і техніки психологічного консультування.	8	4	2	2
	МКР №1	2	X	2	X
	Разом змістовий модуль 1	32	12	6	14
№2	Змістовий модуль 2. Психологічне консультування: процес, проблеми, принципи.				
	Тема 5. Психодіагностика в процесі консультування.	10	4	2	4
	Тема 6. Основні психотерапевтичні напрями в психологічному консультуванні.	10	4	2	4
	Тема 7. Психологічний вплив у практиці психологічного консультування.	6	2	-	4
	Тема 8. Методи ведення психологічної сесії.	4	2	-	2
	МКР №2	2	X	2	X
	Разом змістовий модуль 2	32	12	6	14
	Змістовий модуль 3. Спеціальні проблеми у психологічному консультуванні.				
	Тема 9. Особливості сімейного та подружнього психологічного консультування.	6	2	-	4
	Тема 10. Особливості психологічного консультуванні у сфері освіти.	8	2	2	4
	Тема 11. Особливості телефонного консультування.	6	2	-	4
	Тема 12. Особливості особистісно-орієнтованого психологічного консультування	4	2	-	2
	МКР №3	2	X	2	X
	Разом змістовий модуль 3	26	8	4	14
РАЗОМ		90	32	16	42

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК31- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10/ 8

5. Теми семінарських (практичних, лабораторних) занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Особливості процедур і технік у психологічному консультуванні.	2
2	Роль психодіагностики в процесі консультування.	2
3	МКР №1	2
4	Голос як інструмент психологічної дії.	2
5	Особливості психологічного консультування школярів.	2
6	МКР №2	2
7	Структура клінічного консультування.	2
8	МКР №3	2
	Разом	16

6. Завдання для самостійної роботи

Передбачається, що в період вивчення дисципліни студент самостійно виконує ситуаційні вправи, вивчає матеріал курсу в процесі підготовки до практичних занять та семінарів, а також в цілому перед сесією. Частка самостійної роботи при вивченні навчальної дисципліни складає 47 % (42 год).

7. Індивідуальні завдання

Метою виконання індивідуальних завдань є: закріплення, поглиблення й узагальнення знань, отриманих студентами на теоретичних і практичних заняттях.

Індивідуальна робота студентів з навчальної дисципліни «Основи психологічного консультування» включає:

- анотування вивченої додаткової літератури;
- формування словника термінів з проблем психологічного консультування;
- опрацювання визначених проблемних питань та їх обговорення на практичних заняттях.

8. Методи навчання

Під час навчання використовуються такі методи і прийоми як лекції-візуалізації, дискусія, самоаналіз, тестування, виконання професійно-орієнтованого завдання, дослідницько-пошукові, практико-орієнтовані методи, консультації, методи обробки, аналізу, синтезу, мозкового штурму.

У ході семінарських занять з даної дисципліни передбачено використання викладачем активних методів: навчально-ділові ігри, тренінги, розв'язування психологічних завдань та аналіз різноманітних психологічних проблемних ситуацій, які виникають при взаємодії різних психічних явищ у ході поведінки та діяльності людини, а також самостійне проведення простих психологічних досліджень та ін.

9. Методи контролю

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОКЗ1- 2023
	Екземпляр № 1	Арк 10/10

11. Рекомендована література

Основна література:

1. Васильєв Я. В. Психокорекція позицій цільової спрямованості особистості: навч. посіб. / Я. В. Васильєв, В. І. Каневський. Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. 88 с.
2. Бурлакова І.А., Оксютівич М.О., Сабадуха В.О. Військова девіантологія. Навчальний посібник. - Житомир : Державний університет "Житомирська політехніка", 2023. 142 с.
3. Федоренко Р, Мушкевич М., Коширець В. Психологічне консультування та психотерапія: зміст, прийоми, технології: навч. посіб. [для студентів вищ. навч. закл.]. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 368 с. (5,11 авторських аркушів).
4. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція. Навч. Посібн. Модульнорейтинговий курс. 3-тє вид. К.: Видавничий дім „Персонал”, 2019. 544 с.

Допоміжна література:

5. Приходько Ю., Юрченко В. Психологічний словник-довідник. Київ:Каравела, 2020. 418 с.
6. Важливі навички в періоді стресу: ілюстроване керівництво: Копенгаген: Європейський регіональний офіс Всесвітньої організації охорони здоров'я; 2020. Ліцензія ес BY-NC-SA 3.0 IGO. 128 с.
7. Міжвідомчий постійний комітет (МПК), Посібник щодо координації у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки (ПЗПСП), МПК, Женева, 2022. 75 с.
8. Всесвітня організація охорони здоров'я. Інструмент самопомоги з планування людиноорієнтованого процесу відновлення психічного здоров'я та благополуччя. Ініціатива ВООЗ QualityRights. Копенгаген: Європейське регіональне бюро ВООЗ; 2022. Ліцензія: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. 64 с.
9. Поліщук В. М. Віковий кризовий розвиток людини від народження до дорослості. Суми: Університетська книга, 2020. 460 с.

Інформаційні ресурси в Інтернеті:

1. Електронна бібліотека Державного університету «Житомирська політехніка» <http://eztuir.ztu.edu.ua/>
2. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>.
3. Українські підручники он-лайн: <http://pidruchniki.ws/>.
4. Наукова бібліотека національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова: <http://hklіb.npu.edu.ua/>.
5. Портал професійних психологів України «У психолога»: <http://upsihologa.com.ua/>.
6. Платформа для персонально розвитку та кар'єрного зростання -<http://growth.in.ua>.