

Теми семінарських занять з «Основ психологічного консультування»

Семінарське заняття № 1

Психологічна модель консультування

План обговорення

1. Сучасні підходи до визначення змісту консультування.
2. Мета та завдання психологічного консультування.
3. Відмінні риси психологічного консультування від психотерапії.
4. Види психологічного консультування.
5. Принципи психологічного консультування.
6. Професійна позиція консультанта відносно клієнта.
7. Умови ефективної консультативної допомоги.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. – С. 38-48, 140-150.
2. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэн-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.: Проект, 2006. – С. 28 – 31.
3. Блазер А., Хайм Э., Рингер Х., Томмен М. Проблемно-ориентированная психотерапия. – СПб.: Питер, 2001.

4. Горноста́й П.П., Васьковская С.В. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. – К.: Наук.думка, 1995.
5. Калина Н.Ф. Основы психотерапии. – М.: Рефлбук; К.: Ваклер, 1997.
6. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб: Питер, 2000. – С. 13 – 27.
7. Шостром Э., Браммер Л. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии. – СПб.: Сова; М.: Эксмо, 2002. – С. 15 – 44, 164 – 172.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондаренко А.Ф. Психологічна допомога особистості: Навч. посібник для студ. вузів. – Х.: Фоліо, 1996.
2. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – С.8 – 26.
3. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия.- М.: Академический Проект; ОППЛ, 2003. – С. 9-15.
4. Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учеб. для студ. педвузов. – М.: ВЛАДОС, 2000. – С. 14 – 25.
5. **Основи практичної психології / В.Панок, Т.Титаренко, Н.Чепелєва на ін. Підручник.- К.: Либідь, 2003. – С.267-272.**
6. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психокоррекции: Учебн.пособие для студентов высш.пед.учеб.заведений. – М.: Академия, 2001.

7. Шнейдер Л.Б., Вольнова В.Г., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебн. пос. для студ. вузов. М.: Ижица, 2002. – С. 4 – 8.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Кісарчук З.Г. Особливості розвитку практичної психології на сучасному етапі // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – № 3. – С. 10 – 12.
2. Ліщинська О. Основи психологічного консультивання. Основні правила індивідуально-психологічного консультивання // Психолог. – 2006. - № 19. – С.6-14.
3. Мей Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье. – М.: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2001. – С.11-15.
4. Основи психолого-управлінського консультивання: Навч.посіб./ Л.М.Карамушка, Н.Л.Коломінський, М.В.Войтович та ін. – К.: МАУП, 2002. – С.14 – 23.
5. Роджерс К.Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы: Монография. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – С.9 – 18.
6. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С.26-31.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

Які позиції існують щодо визначення “психологічного консультування”?

2. Що таке психологічна допомога? Назвіть основні види психологічної допомоги.
3. За якими суттєвими ознаками відрізняється психологічне консультування від інших видів психологічної допомоги?
4. Як схематично можна зобразити взаємозв'язок між психологічним консультуванням і психотерапією?
5. Сформулюйте універсальні цілі консультування.
6. Визначте мету процесу консультування й мету клієнта в консультуванні.
7. За якими критеріями визначають види психологічного консультування?
8. Схарактеризуйте принципи психологічного консультування.
9. Визначте умови, що забезпечують ефективність консультування?

Завдання для самостійної роботи

I. Практичні завдання:

- а) наведіть приклад звернення потенційного клієнта за психологічною допомогою;
- б) користуючись відомою класифікацією, визначте вид психологічного консультування;
- в) дайте власний метафоричний опис наступним основним поняттям практичної психології: консультування, консультант, клієнт.

II. Гносеологічні завдання:

- а) підготуйте цитати і/або передайте зміст висловлювань відомих психотерапевтів про психологічне консультування й психотерапію;

б) запишіть висловлювання відомих філософів, які відповідають принципам психологічного консультування;

в) обміркувати теми і запитання для дискусії;

г) підготувати виступ (повідомлення), користуючись додатковою літературою.

II. Дидактичні завдання:

Дайте відповіді на запитання запропонованого нижче експрес-тесту.

ЕКСПРЕС-ТЕСТ

1. Виберіть правильні варіанти відповідей.

Видами психологічної допомоги є:

- а) психотерапія;**
- б) психокорекція;**
- в) профорієнтація;**
- г) всі відповіді правильні.**

2. Вкажіть “так” чи “ні”.

Філософія консультування передбачає повну відмову від концепції хвороби.

3. Замість крапок вставте пропущені слова.

Індивідуальне консультування – це вид спеціально організованого ..., у процесі якого психолог-консультант допомагає ... дослідити і прояснити свою , актуалізувати додаткові сили і здібності, щоб знайти вихід із складних для нього обставин (С.Васьківська).

4. Назвіть спільне поняття, що об'єднує наступні положення:

- а) надання психологічної інформації;**
- б) активізація психічних ресурсів клієнта;**

- в) професійні підтримка і порада;
- г) вироблення адекватних форм поведінки в різних життєвих ситуаціях та ін.

5. Замість крапок напишіть пропущені слова.

... .. – це рольова стратегія, яку обирає ..., будуючи стосунки з

Семинарське заняття № 2

Особистість консультанта. Етика і відповідальність

План обговорення

1. Етичні засади діяльності консультанта.
2. Модель ефективного консультанта.
3. Індивідуальний стиль консультування.
4. Порівняльна характеристика кваліфікованого і некваліфікованого консультанта.
5. Феном професійного вигорання.
6. Рівні професійної підготовки психолога-консультанта.
7. Професійна ідентифікація.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. – Екатеринбург: “Деловая книга”, 1998. – С. 32 – 38.
2. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэн-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М., 1999. – С.9 – 33.

3. **Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический Проект; ОППЛ, 2003. – С.24 – 45.**
4. **Мэй Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье. – М.: Апрель Пресс. – С. 171 – 200.**
5. **Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб: Издательство Питер, 2000. – С. 13 – 27.**

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. **Зеер Э.Ф. Психология профессий: Учебн. пос. для студ. вузов. – М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003.**
2. **Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – С.8 – 26.**
3. **Майстерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. – СПб.: Речь, 2006. – С.66-72, 178-184.**
4. **Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учеб. для студ. вузов. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2000. – С. 29 – 56.**
5. **Основи практичної психології / В.Панок, Т.Титаренко, Н.Чепелєва на ін. Підручник. К.: Либідь, 2003. – С.49-58, 236-249, 393-402, 504-510.**
6. **Таланов В.Л., Малкин-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С.80 – 89.**

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Британська Асоціація консультування та психотерапії // Психолог. – 2005. - № 34. – С.6-15.
2. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2001. – 231-250.
3. Ємельянова Т. Емпатія – основа взаємодії // Психолог. – 2005. - № 13. – С.13 - 14.
4. Ліщинська О. Основи психологічного консультування. Вимоги до особистості психолога-консультанта // Психолог. – 2006. - № 19. – С.6-7.
5. Ліщинська О. Професійна деформація особистості психолога // Психолог. – 2006. - № 13. – С.8-9.
6. Собкова С., Романовська Д. Допоможу іншим людям. Становлення психолога-фахівця // Психолог. – 2006. - № 34. – С.3-7.
7. Ялом И. Дар психотерапії. – М.: Эксмо, 2006.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Порівняйте етичні засади діяльності консультанта в Україні та закордоном.
2. Визначте і проаналізуйте основні риси професійної діяльності кваліфікованого і некваліфікованого психолога.
3. Як ви гадаєте, чи існує щось таке, що заважає вам стати ефективним психологом?
4. Як ви розумієте метафоричне висловлювання Дж.Бьюджентала “я-як-інструмент”?
5. Розкрийте зміст поняття “синдром вигорання”.
6. Як розрізняють поняття “професійна ідентифікація” та “самооцінка професійно значущих якостей”?

7. Як ви гадаєте, чи є у вас особисті якості, які потрібні професійному психологу?
8. Як ви розумієте метафору К.Роджерса – “увійти у шкіру клієнта”?
9. Що для вас означає самопізнання?
10. Які особистісні якості повинні домінувати у того, хто обрав один із напрямів професійної психологічної діяльності – викладання психології, науково-дослідна робота, практична психологія.

Завдання для самостійної роботи

I. Дидактичні завдання:

. Визначте, до якої категорії професійних знань належать наступні твердження консультанта:

- “немає однакових людей”;
- “які батьки, такі й діти”;
- “будь-яка людина, у тому числі й дитина, має право на таємницю”;
- “не нашкодь”;
- “деяких клієнтів слід вчити правильно жити”;
- “особисті проблеми консультанта не впливають на стосунки з клієнтом”;
- “найкращий консультант – розумний консультант”.

. Із наведених нижче висловлювань, які належать кваліфікованому, а які – некваліфікованому консультантові:

- 1) “Якщо ви не будете прислухатися до моїх порад, то наші зустрічі слід припинити”;
- 2) “Зараз має значення лише те, що ви відчуваєте”;
- 3) “Вам не слід хвилюватися через такі дрібниці”;
- 4) “У вас вистачить власних сил, щоб вийти з цієї ситуації”;
- 5) “Гадаю, той досвід, який ви отримали під час консультування знадобиться в майбутньому”;
- 6) “Спробуйте зробити свій вибір”.
- 7) “Ви звернулися за адресою. Я чудовий спеціаліст у цих питаннях!”

II. Творче завдання:

Написати есе на тему “Я – психолог”.

III. Ігрове завдання:

Уявіть, що ви режисер і вам необхідно підібрати акторів на роль студента-психолога, психолога-консультанта, викладача психолога. Опишіть основні атрибути цих персонажів, вказуючи на їхні позитивні і негативні сторони.

Семінарське заняття № 3

Вербальні й невербальні засоби консультативного процесу

План обговорення

1. Визначення і риси консультативного контакту.
2. Навички підтримки консультативного контакту (вербальне і невербальне спілкування).
3. Перенесення і контр-перенесення в консультуванні.
4. Елементи невербальної поведінки:
 - а) позиція “обличчям до обличчя”;

- б) відкрита поза;
 - в) вираз обличчя;
 - г) візуальний контакт;
 - д) кивання головою;
 - е) інтонація й темп мови;
 - є) паузи і мовчання;
5. Види невербальних проявів:
- а) підтвердження й повторення;
 - б) заперечення або заплутування;
 - в) посилення й акцентування;
 - г) контроль та регуляція.
6. Техніка дзеркального відображення невербальної поведінки.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. **Абрамова Г.С. Практическая психология. – Екатеринбург: “Деловая книга”, 1998. – С. 309 - 312.**
2. **Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэн-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.:, 1999. – С. 141 – 146.**
3. **Дж.Бюджендаль. Искусство психотерапевта. – СПб: Питер, 2001.– С.37 – 39.**
4. **Таланов В.Л., Малкин-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С. 64 - 74.**

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Бурлачук Л.Ф., Грабская И.А., Кочарян А.С. Основы психотерапии: Учебн.пособие для студ. вузов. – К.: Ника-Центр; М.: Алетейа, 1999. – С.294 - 305.
2. Дж.Бюдженталь. Искусство психотерапевта. – Спб: Питер, 2001. – С.37 – 39.
3. **Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический Проект; ОППЛ, 2003. – С.47-74.**
4. Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учеб. для студ. вузов. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2000. – С. 103 – 105, 522 - 525.
5. **Шнейдер Л.Б., Вольнова Г.В., Зыкова М.Н. Психологическое консультирование. Учебн.пос. для студ. вузов.– М.: Ижица, 2002. – 50, 78.**

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Атватер И.Я. Я Вас слушаю: Советы руководителю, как правильно слушать собеседника. – М., 1984.
2. Легейла І.І., Тименко В.М. Як ми оцінюємо людей, а люди – нас // Практична психологія та соціальна робота. - № 5, 2000. – С.38 – 40.
3. Пиз А. Язык телодвижений. – М., 2005.
4. **Столяренко А.В. Основы психологии. Ростов-на-Дону: Фенікс, 2000. – С. 419 – 423.**
5. Щекин В.Г. Визуальная психодиагностика: познание людей по их внешности и поведению. – К: МАУП, 1995.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

. Назвіть загальні риси консультативного контакту.

1. Яке значення консультативного контакту для психологічного консультування?
2. Проаналізуйте взаємодію “консультант-клієнт” з урахуванням існуючих відмінностей у сучасних теоретичних підходах.
3. Розкрийте зміст понять “фізичний і емоційний компоненти” консультативного контакту.
4. Наведіть приклади перенесення і контр-перенесення.
5. Прокоментуйте умовивід К.Юнга: “Перенесення – альфа і омега терапії”.
6. Як ви розумієте наступні висловлювання відомих психотерапевтів:
“Вислухайте клієнта, бо він каже вам діагноз” (В.Ослер);
“Я ціную тепле, емпатійне, уважне вислуховування” (К.Роджерс)?
7. Схарактеризуйте основні види невербальних проявів у консультуванні.
8. Які невербальні комунікативні канали найчастіше використовуються людьми?

Завдання для самостійної роботи

I. Інтерактивні завдання:

а) підберіть 2-3 вправи на розвиток навичок невербальної взаємодії для застосування в групі з навчальною метою.

Наприклад, вправа “Дотик”.

Мета: розвивати тактильну сенситивність, виявити невербальні погладжування.

Завдання: всі студенти сідають у коло, а один - у центрі: кладе руки долонями вгору і закриває очі. Всі підходять до нього, аби покласти руки йому на долоні. Треба відгадати того, хто підійшов.

б) виберіть собі партнера у групі студентів і покажіть застосування техніки “віддзеркалення”.

II. Навчально-експериментальне завдання:

Провести цілеспрямоване спостереження в буденних умовах; зробити психологічний аналіз невербальної поведінки.

Мета спостереження: емпірично дослідити невербальні прояви поведінки людей в буденних умовах.

Методичне забезпечення: “Схема спостереження: невербальна комунікація” (за Дж.Бюдженалем).

Практичне завдання: використовуючи *техніку цілеспрямованого підслуховування*, зробити письмовий аналіз буденного спостереження за схемою:

- . Описати спостереження.
- . Виділити окремі фрагменти, в яких відображено зміст невербальної поведінки.

Інтерпретувати фрагменти опису невербальної поведінки.

Зробити висновки на основі описаного спостереження.

Загальні рекомендації до організації спостереження: в школі, поліклініці, кафе, салоні краси й т.п. місцях розташуйтеся так, щоб слухати (і частково бачити) двох людей, які спілкуються. Виконуючи це завдання, ви не порушите правил етикету, якщо будете лише спостерігати *процес* взаємодії, не звертаючи уваги на *зміст*. Коли ви знаходитесь у ситуації, що дозволяє вам ненав’язливо слухати і спостерігати, зверніть увагу на те, як люди між собою розмовляють.

А) Спершу відзначте свої безпосередні враження:

Хто більше говорить?

Хто більше проникнутий розмовою?

Б) Відповідаючи на ці питання, вкажіть на ознаки, які підтверджують ваші висновки. При цьому зверніть увагу на мову тіла співрозмовників, їхні жести, вираз обличчя, рухи, тембр голосу, швидкість мови тощо – тобто на все, крім слів та їх значень. Допоможе Вам запропонована Дж.Бюдженталем

Схема спостереження: невербальна комунікація:

Яка послідовність рухів або інтеракцій спостерігається в співрозмовників?

Наприклад, коли один нахилиється вперед, інший теж, зазвичай, нахилиється, або навпаки відхиляється.

Які невербальні канали найбільше задіяні (руки, поза, зміна темпу мови тощо)?

Чи помітили ви якусь тенденцію в одного (або в обох) співрозмовників?

Наприклад, зберігалася нерухомість стосовно іншого, пасивність тощо.

Наскільки вербальна комунікація кожного співрозмовника відповідала невербальній?

Чи підтверджує спостереження за мовою тіла ваші попередні враження? (див. п. А)). Що саме в поведінці одного (або обох) співрозмовників змінило ваші враження?

Спробуйте передбачити, що далі будуть робити співрозмовники (наприклад, якщо вони сперечаються, хто з них змінить свою точку зору; якщо вони діляться враженнями з приводу якоїсь події, то хто з них змінить тему розмови).

Семінарське заняття № 4

Зміст процесу психологічного консультування

План обговорення

1. Процедура першої зустрічі з клієнтом.
2. Процес формування контакту.
3. Психологічний інструментарій консультанта: методи і прийоми.
4. Причини відмови від консультування.
5. Умови ефективності психологічного консультування.
6. Рекомендації консультантам-початківцям.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. – С.150-163.
2. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэн-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М., 1999. – С.44.
3. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье. – М.: Апрель Пресс. – 121 – 169.
4. Роджерс К.Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – С. 143-283.
5. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С.32-47.
6. Шостром Э., Браммер Л. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии. – СПб.: Сова; М.: ЭКСМО, 2002. – С.142 -183.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Бурлачук Л.Ф., Грабская И.А., Кочарян А.С. Основы психотерапии: Учебн.пособие для студ. вузов. – К.: Ника-Центр; М.: Алетейа, 1999. – С.274 – 294.
2. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – С.45 – 81.
3. **Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический Проект; ОППЛ, 2003. – С. 19 - 23.**
4. **Майстерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной, - СПб.: Речь, 2006 . – С.12-57.**
5. **Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учеб. для студ. вузов. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2000. – С. 78 - 80.**
6. **Основи практичної психології / В.Панок, Т.Титаренко, Н.Чепелєва на ін.: Підручник.- К.: Либідь, 2003. – С.272-281.**

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Бьюдженталь Д. Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапии. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998.
2. Бьюдженталь Д. Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2001. – С. 37-75.
3. Василюк Ф.Е. Психотехнический анализ психотерапевтического процесса // Вопросы психологии. – 1998. - № 6. – С. 40 – 43.
4. Васьківська С. Психологічна ситуація як інтелектуальне завдання. Ідентифікація проблеми // Психолог. - № 1, 2006. – С.21 – 27.

5. Васьківська С. Техніка добре сформульованої мети // Психолог. – 2005. - № 40. – С.17-18.
6. Васьківська С. Первинна діагностика проблеми. // Психолог. – 2005. - № 43. – С.25-26.
7. Ліщинська О. Основи психологічного консультування. Етапи індивідуального психологічного консультування // Психолог. – 2006. - № 19. – С.9-14.
8. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М.:Апрель Пресс, 2001. – 121-152.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Вкажіть особливості проведення першої зустрічі з клієнтом.
2. Як ви розумієте наступне висловлювання К.Юнг: “Добра порада – це сумнівні ліки, але не особливо небезпечні через незначну ефективність”?
3. Що може слугувати причиною(ми) відмови клієнтові в консультуванні?
4. Як би ви могли відповісти клієнтові на запитання: “Що таке консультування (психотерапія)?
5. Якою метафорою ви можете описати процес консультування?
6. Як ви розумієте наступні поняття: “запит” і “проблема” клієнта?
7. Поміркуйте над афоризмом Ф.Ніцше: “Нема істини є лише інтерпретація”.
8. Схарактеризуйте директивні й недирективні терапевтичні методи.
9. Які з них ви вважаєте найбільш ефективними? Обґрунтуйте відповідь.

Завдання для самостійної роботи

I. Експериментально-прикладне завдання:

. У спілкуванні зі знайомими людьми застосуйте наступні прийоми відображення змісту: перефразування й узагальнення. Запишіть їх і проаналізуйте.

. Використайте в повсякденному житті наступні прийоми підтримки: підбадьорювання і заспокоєння. Запишіть їх і проаналізуйте.

. Наведіть приклади застосування наступних технік: відкриті й закриті запитання, інтерпретація, конфронтація, відображення почуттів, саморозкриття, зворотний зв'язок, резюме.

II. Ігрове завдання:

. Із числа студентів вашої групи виберіть собі партнера для проведення психологічного консультування. Уявіть себе психологом-консультантом і розпочніть першу бесіду з клієнтом.

III. Консультативний практикум:

. Написати від першої особи розповідь (сповідь) клієнта про особистісну проблему. Вимоги до оформлення: об'єм – приблизно 1-2 друк.сторінки (див. Додаток 2).

. Зробити письмовий аналіз консультативного випадку за схемою:

) Проаналізувати скаргу клієнта, розкриваючи її явний та прихований зміст.

) Вказати психологічний запит.

) Сформулювати самодіагноз.

) Опис психологічного синдрому (запропонуйте ваш набір симптомів).

) Визначити проблему клієнта.

) Сформулювати гіпотезу(и) стосовно причин виникнення проблеми.

-) Визначити мету і завдання консультування.
-) Вказати теми, які б ви обрали для обговорення.

Семінарське заняття № 5
Структурування процесу консультування
План обговорення

1. Зміст і завдання Еклектичної моделі консультування (Б. Гілланд та співробітники, 1989).
2. Застосовування П'ятикрокова модель інтерв'ю.
3. Основні етапи психологічного консультування (за Р.С. Немовим).
4. Загальна характеристика ПО-консультування.
5. Правила структурування процесу консультування.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэн-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.:, 1999. – С.44.
2. Блазер А., Хайм Э., Рингер Х., Томмен М. Проблемно-ориентированная психотерапия. Интегративный подход. – М.: Независимая фирма Класс, 1998. – С.88 - 108.
3. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический Проект; ОППЛ, 2003. – С. 19 - 23.
4. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М.:Апрель Пресс, 2001. – 121-152.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Бурлачук Л.Ф., Грабская И.А., Кочарян А.С. Основы психотерапии: Учебн.пособие для студ. вузов.– К.: Ника-Центр; М.: Алетейа, 1999. – С.274 – 294.
2. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004. – С.45 – 81.
3. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М.:Апрель Пресс, 2001. – 121-152.
4. **Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учеб. для студ. вузов. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2000. – С. 78 - 80.**
5. Основи практичної психології / В.Панок, Т.Титаренко, Н.Чепелева на ін. Підручник. К.: Либідь, 2003. – С.272-281.
6. **Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С.32-47.**

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. – С.150-163.
2. Васьківська С. Психологічна «кухня» консультування // Психолог. – 2005. - № 34. – С.16-17.
3. Василюк Ф.Е. Психотехнический анализ психотерапевтического процесса // Вопросы психологии. – 1998. - № 6. – С. 40 – 43.
4. Ліщинська О. Професійна деформація особистості психолога. Етапи індивідуального психологічного консультування // Психолог. – 2006. - № 19. – С.9-14.

5. Кочюнас Р. Со-бытие как главное событие в психотерапии (по следам семинара Эрнесто Спинелли) // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. – 2004. - № 1. – С. 121-125.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Як ви гадаєте, чи існують відмінності між терапевтичною бесідою і буденною приватною бесідою?
2. Яка структура еkleктичної моделі консультування?
3. Які чинники вказують на умовний характер структурування процесу консультування?
4. Визначте загальні правила і установки, які впливають на ефективність процесу консультування.
5. У чому полягають відмінності у структуруванні процесу консультування орієнтованого на проблему, особистість і рішення?
6. Розкрийте зміст стосунків “консультант-клієнт” в консультативному процесі.
7. Чому важливе обопільне розуміння заявленої проблеми?
8. Як відбувається аналіз проблеми клієнта в консультуванні?
9. Як ви можете схарактеризувати інсайт у консультуванні?
10. Якою повинна бути тривалість консультативних зустрічей? Інтервал між бесідами?
11. Назвіть загальні соціальні й особистісні цінності, на які орієнтується консультант в психотерапевтичному процесі?

Завдання для самостійної роботи

- I. Консультативний практикум:

Провести і описати одну консультативну зустріч з потенційним клієнтом.
Методичне забезпечення: Еклектична модель консультативного процесу.
Вимоги до оформлення: назва роботи “Опис консультативної зустрічі з клієнтом”, об’єм 5–6 друк.стор. (див.Додаток 3).

Семінарське заняття № 6
Психометрія і консультування
План обговорення

1. Функції тестування.
2. Правила підбору тестів.
3. Принципи застосування тестів у консультуванні.
4. Вимоги до психологічного тестування у консультуванні.
5. Тести когнітивних процесів сприймання, уваги, уяви, мови і загальних інтелектуальних здібностей.
6. Тести пам’яті.
7. Тести комунікативних здібностей.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический Проект; ОППЛ, 2003. – С. 19 - 23.
2. **Мэй Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье. – М.: Апрель Пресс. – 152 – 154.**
3. Шостром Э., Браммер Л. Терапевтическая психология. Основы консультирования и психотерапии . – СПб.: Сова; М.: Эксмо, 2002. – С. 401 – 420.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

- 1. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье. – М.: Апрель Пресс. – 152 – 154.**
- 2. Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учеб. для студ. вузов. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2000. – С.119 - 151.**
- 3. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Диагностико-консультативная деятельность психолога образования: Метод.пособие. – М.: Айрис-пресс, 2004.**
- 4. Фрейджер Р., Фейдимен Дж. Личность. Теории. Упражнения. Эксперименты: Психологическая энциклопедия. – СПб., М, 2002**

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

- 1. Барко В., Панок В., Лазаревський С. Діагностика творчого потенціалу особистості учня // Психолог. – 2005. - № 5 – С.7 - 18.**
- 2. Литвинова Н. Мотивація успіху як засіб подолання тривожності // Психолог. – 2006. - № 30. – С.22- 24.**
- 3. Немов Р.С. Психология. В трёх книгах. Книга 3. Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика. – М.: ВЛАДОС, 2000.**
- 4. Спецвыпуск. Зустрічаймо шестирічок у школі // Психолог. – 2006. - № 16. – С. 31.**
- 5. Спецвыпуск. Обдаровані діти – майбутнє України // Психолог. – 2006. - № 25-28. – С.117.**

6. Федько О. Механізми вдосконалення пам'яті, уваги і мислення старшокласників // Психолог. – 2005. - № 26 - 28. – С.63.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

- 1. Яке значення психологічного тестування в практиці консультування?**
- 2. Як здійснюється вибір тестів у психологічному консультуванні?**
- 3. Як ви гадаєте, чи доцільно залучати клієнтів до підбору тестів?**
- 4. Продовжіть наступне міркування К.Роджерса: “Якщо психолог починає свою роботу з цілої батареї тестів, то напрошується висновок, що він ...”.**
- 5. Яким вимогам повинні відповідати психологічні тести і тестування в умовах консультування?**
- 6. Яким вимогам повинні відповідати опитувальники, що застосовуються в консультуванні?**
- 7. При аналізі яких сфер особистості клієнта доцільно застосовувати результати тестів і опитувальників?**
- 8. Які психологічні тести застосовують для оцінювання загальних, інтелектуальних і комунікативних здібностей у дітей і у дорослих?**
- 9. Які психологічні тести застосовують для оцінювання пізнавальних процесів?**
- 10. Які проєктивні методики можна застосовувати в консультуванні?**
- 11. Вкажіть переваги комп'ютерного тестування.**

Завдання для самостійної роботи

I. Провести самоаналіз:

. Підберіть тести і опитувальники для самодіагностики. Зробіть висновок про ймовірні проблеми, пов'язані з діагностованими сферами.

II. Консультативний практикум:

Підберіть тестові методики і проведіть психологічне консультування з потенційним клієнтом. Зробити письмовий аналіз консультативного випадку.

Методичне забезпечення: етапи консультування за Р.Немовим.

Вимоги до оформлення: назва роботи “Опис консультативної зустрічі з клієнтом”, об'єм 5–6 друк.стор., тести і опитувальники помістити в додаток.

Семінарське заняття № 7

Окремі випадки консультування клієнтів

План обговорення

- 1.** Робота консультанта з тривожними клієнтами. Механізми захисту від тривоги.
- 2.** Консультування при реакціях страху і фобіях.
- 3.** Консультування “немотивованих” клієнтів, вороже налаштованих і агресивних клієнтів.
- 4.** Консультування шизоїдних осіб.
- 5.** Консультування асоціальних осіб.
- 6.** Консультування клієнтів, що переживають провину.
- 7.** Консультування клієнтів з депресіями і суїцидальними намірами.

8. Особливості консультування клієнтів, які пережили втрату (смерть, розлучення).
9. Особливості консультування істеричних осіб.
10. Особливості консультування алкогольно залежних осіб.
11. Консультування клієнтів з психосоматичними розладами.
12. Консультування клієнтів з сексуальними проблемами.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Кочюнас Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. – М.: Академический Проект; ОППЛ, 2003. – С. 145 – 226.
2. Блазер А., Хайм Э., Рингер Х., Томмен М. Проблемно-ориентированная психотерапия. Интегративный подход. – М.: Класс, 1998. – С.204 – 219.
3. Титаренко Т.М. Кризове психологічне консультування. – К.: Главник, 2004.
4. Франкл В. Психотерапия на практике. – СПб.: Ювента, 1999. – С.107 – 237.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Астапов В.М. Тревожность у детей. – СПб.: Питер, 2004.
2. Бьюдженталь Д. Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапии. – М.: Класс, 1998.
3. Мэй Р. Проблема тревоги. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. – С.276 – 381.

4. Мастерство психологического консультирования / Под ред. А.А. Бадхена, А.М. Родиной. – СПб.: Речь. – С.88-111, 184-221.
5. Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учеб. для студ. вузов. – М.: Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2000. – С.154- 421.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Варга А., Жорняк Є. Час після трагедії. До подій у Беслані // Психолог. – 2006. - № 33. – С.11-12.
2. Васьківська С. Допомога жертвам сексуального насильства // Психолог. – 2006. - № 10. – С.23 - 25.
3. Вовк А. Психокорекційна робота з екзистенційно-фрустрованими особами // Педагогіка і психологія освіти. – 2001. – № 4. – С. 118 – 125.
4. Жестерев С. Згубна дія алкоголю. “Зелений змії” під мікроскопом // Психолог. – 2005. - № 44. – С.25-26.
5. Живаєва Н. Психологічна допомога молоді, яка схильна до суїциду // Психолог. – 2006. - № 2-3. – С.42 - 44.
6. Качаєв А. Шкільна тривожність: її вплив на учня // Психолог. – 2006. - № 13 – С.16 - 17.
7. Нервные и психические болезни / З.Н.Драчёва, В.М.Блейхер, И.В.Крук. – К.: Вища школа, 1986. – С.226 – 308.
8. Опухова Н. Застосування психодрами в психотерапії з дітьми, що пережили насильство // Психолог. – 2006. - № 12. – С.2 - 32.
9. Корнієнко І., Католик Г. Психологічна допомога дітям, що зазнали травми внаслідок катастрофи // Психолог. – 2004. - № 46. – С.8 - 12.
10. Козина Н. Як допомогти дітям пережити втрату близької людини // Психолог. – 2004. - № 45. – С.29 - 30.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Розкрийте погляди З.Фрейда на природу тривоги. Що означає термін “angst”?
2. Вкажіть засоби і способи, за допомогою яких клієнти маскують тривогу.
3. Які соматичні симптоми вам доводилося спостерігати у житті і, які причини їх виникнення?
4. Яка відмінність між страхом і тривогою?
5. У яких випадках людина може відчувати нормальний страх?
6. Що вирізняє істеричну особистість від інших людей?
7. У яких випадках екзистенційна провина може стати невротичною і навпаки?
8. Як ви розумієте висловлювання Кеннеді, що “депресія – це повернута лють”.
9. Чому для опису процесу скорботи і розлучення консультанти застосовують одну і ту саму модель?
10. Якими принципами керується консультант, працюючи з алкогольно залежними?

Завдання для самостійної роботи

I. Експериментально-дослідницьке завдання:

Визначте проблеми ваших однолітків методом опитування. Вкажіть, до яких сфер життя вони відносяться. Запишіть психологічні проблеми, що потребують допомоги консультанта.

II. Підготувати доповідь на одну із запропонованих тем:

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

Класичний психоаналіз З.Фрейда

План обговорення

1. Загальна характеристика основних підходів до розуміння функціонування психіки у психоаналітичній теорії:
 - а) топографічний підхід;
 - б) структурний підхід;
 - в) енергетичний підхід;
 - г) динамічний підхід.
2. Значення та функції захисних механізмів для психіки людини.
3. Погляди З.Фрейда на генезис неврозу.
4. Методологічні інновації З.Фрейда.
5. Техніки психоаналізу (вільне асоціювання, перенесення, опір, інтерпретація).
6. Підхід З.Фрейда до інтерпретації сновидінь.
7. Первинне інтерв'ю як психодіагностичний та психотерапевтичний метод.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.: Психотерапевтический колледж, 1999. – С. 233 – 266.
2. Гринсон Р.Р. Практика и техника психоанализа. – Новочеркасск, 1994.
3. Кутер П. Современный психоанализ . – СПб.: Б.С.К., 1997.

4. Нельсо-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2000. – С. 188 – 214.
5. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Карвасорского Б.Д. – СПб.: Питер Ком, 1999.
6. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. – М.: Наука, 1991.
7. Фрейд З. Психология бессознательного. – М.: Просвещение, 1989.
8. Фрейд З. Толкование сновидений. Пер. с нем. – К.: Здоров'я, 1991.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. – Острог-Київ: Острозька академія, Кондор, 2004. – С.70-83.
2. Левчук Л.Т. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика: Навч.посібник. – К.: Либідь, 2002.
3. Психотерапевтичний практикум. Випуск 1. Класичний психоаналіз / Редактор-упорядник З.С.Карпенко. – Івано-Франківськ: Гостинець, 2004.
4. Психотерапія: Учебник для вузов / Л.Бурлачук, А.Кочарян, М.Жидко. – СПб.: Питер, 2003. – С. 60 – 72.
5. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С. 243-317.
6. Яценко Т.С., Чобітько М.Г., Доцевич Т.І. Малюнок у психокорекційній роботі психолога-практика (на матеріалі психоаналізу конмплексу тематичних малюнків). – Черкаси.: Брама. – 2003. – 216 с.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. – М.: КСП+, СПб.: Ювента, 1999.
2. Гуменюк О. Проблематика «Я» у психоаналітичній теорії // Психолог. – 2005. - № 7. – С.3 - 7.
3. Сандлер Дж., Дэр К., Холдер А. Пациент и психоаналитик: основы психоаналитического процесса. – Воронеж: НПО “Модэк”, 1993.
4. Урсано Р., Зонненберг С., Лазар С. Психодинамическая психотерапия: Краткое руководство. – М., 1992.
5. Фрейд А. Детский психоанализ. – СПб.: Питер, 2003.
6. Фрейд А. Психология “Я” и защитные механизмы. – М.: Педагогика-Пресс, 1993.
7. Фрейд З. Психоаналитические этюды. – Минск: Беларусь, 1991.
8. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследование и применение). – СПб.: Питер Пресс, 1997. – С. 105 – 160.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Вкажіть основні підходи до розуміння функціонування психіки у теорії З.Фрейда.
2. Чому психоаналіз відносять до динамічного підходу?
3. Опишіть стадії психосексуального розвитку.
4. Які функції захисних механізмів?
5. Обґрунтуйте погляди З.Фрейда на генезис неврозу.
6. Визначте зміст і значення терміну “перенесення” в контексті психоаналізу.

7. Визначте зміст і значення терміну “опір” в контексті психоаналізу.
8. Визначте зміст і значення терміну “інтерпретація” та вкажіть джерела отримання матеріалу для інтерпретацій.
9. Розкрийте підхід З.Фрейда до аналізу сновидінь.
10. Як вплинув психоаналіз З.Фрейда на ваші погляди щодо практики консультування?

Завдання для самостійної роботи:

I. Провести самоаналіз:

1. Перелічіть власні інстинкти. Які з них можна віднести до руйнівних?
2. Наведіть приклади з вашого життя, які можуть свідчити про перебіг позасвідомих психічних процесів.
3. Проаналізуйте власний психосексуальний розвиток. Чи помітили ви ознаки витіснення?
4. Вкажіть, як ваше Его контактує з кожним із трьох керівників: а) з вищими інстинктивними імпульсами; б) із зовнішнім світом; в) з вищим Супер-Его.
5. Запишіть 2-3 приклади застосування вашим Его механізмів захисту, аби позбутися тривоги. Якщо усвідомлюєте, то назвіть ці механізми захисту.

II. Консультативний практикум:

1. Виконати наступні психоаналітичні вправи: “Чи існують приклади у вашому житті”, “Ранні спогади”, “Захисні механізми” (див.Додаток 4).
2. Провести первинне інтерв’ю за схемою.

Семінарське заняття № 8

Аналітична психологія К.Юнга

План обговорення

1. Порівняльний аналіз стрижневих понять аналітичної психології К.Юнга та психоаналізу З.Фрейда.
2. Генезис неврозу та спосіб виникнення комплексу.
3. Механізм психотерапевтичної роботи.
4. Етапи терапевтичного процесу.
5. Техніки аналітичної психології:
 - а) аналіз серії сновидінь;
 - б) активна уява;
 - в) метод ампліфікації.
6. Невербальні техніки аналітичної психології. Юнгівська піщана терапія.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Холл Дж. А. Юнгианское толкование сновидений: Практическое руководство. – СПб.: Б.С.К., 1996.
2. Юнг К.Г. Психология бессознательного. – М.: Канон, 1994.
3. Юнг К.Г. Психоаналитические типы. – СПб.: Ювента; Прогресс-Универс, 1995.
4. Юнг К.Г. Символ и архетип. – М.: Канон, 1991.
5. Юнг К.Г. Аналитическая психология (Тавистокские лекции). – СПб.: Питер Ком, 1994.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. – Острог-Київ: Вид-во Острозька академія, 2004. – С. 116 – 145.
2. Бурлачук Л.Ф., Грабская И.А., Кочарян А.С. Основы психотерапии: Учебн.пособие для студ. вузов. – К.: Ника-Центр; М.: Алетейа, 1999. – С.101 – 132.
3. Сэмьюэлз., Шортер Б., Плот Ф. Клинический словарь аналитической психологии К.Г. Юнга. – М.: Прогресс, 1994.
4. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Личность: теории, эксперименты, упражнения. – Спб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2001.
5. Холл Кэлвин С., Линдсей Гарднер. Теории личности. Пер. с англ. И.Б. Гриншпун. – М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – С. 79 – 115.
6. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследование и применение). – СПб.: Питер Пресс, 1997. – С. 105 – 160.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. К.Г. Юнг и современный психоанализ. Хрестоматия по глубинной психологии. – Вып.1. – М.: Наука, 1996.
2. Завершнева Е.Ю. Превращение формы в теории архетипов К.Г.Юнга // Вопросы психологии. – 1999. - № 6. – С.70 - 77.
3. Юнг К.Г. Воспоминания. Сновидения. Размышления. – К.: Наукова думка, 1994.
4. Юнг К.Г. Либи́до, его метаморфозы и символы. – СПб.: Пресс, 1994.

5. Юнг К.Г. Об архетипах коллективного бессознательного // Вопросы философии. – 1988. – № 1. – С. 34 – 41.
6. Юнг К.Г. Понятие коллективного бессознательного // Психоанализ и культурология. – Харьков, 1991. – С. 192 – 203.
7. Юнг К.Г. Божественный ребёнок: Аналитическая психология и воспитание. – М.: Олимп; АСТ-ЛТД, 1997.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

- . Чому аналітичну психологію називають “глибинною”?
- . Як ви гадаєте, чи є спільні поняття в психоаналізі і в аналітичній психології?
- . Обґрунтуйте розбіжності у поглядах З.Фрейда і К.Юнга на природу психічного несвідомого.
- . Розкрийте зміст структури буття в аналітичній психології.
- . Дайте визначення архетипу.
- . Що означає в теорії К.Юнга принцип полярності?
- . Порівняйте терапевтичний зміст перенесення в психоаналізі і в аналітичній психології.
- . Яке значення інсайту в аналітичному процесі.
- . У чому полягає відмінність між методом вільних асоціацій і методом ампліфікації?
- . Розкрийте терапевтичний зміст піщаної терапії.

Завдання для самостійної роботи:

- I. Провести самоаналіз:

1. Пригадайте життєві ситуації, в яких ви діяли не за власною волею? Чи усвідомлюєте, що керувались позасвідомими імпульсами?
2. Чи усвідомлюєте ви власні комплекси? Якщо – так, то яких сфер життя вони стосуються?
3. Пригадайте ваші сновидіння. Виберіть один із фрагментів, який найбільше запам'ятався чи вразив і пропрацюйте над ним, застосовуючи метод активної уяви. Зробіть відповідні записи.

II. Виконати творчі завдання:

1. Героєм якої казки ви можете себе уявити?
2. Складіть казку, вводячи в текст наступні слова: дракон, змія, ліс, сніг, день, палац, світло, перстень, валіза, річка. Завдання: вказати архетипи.
3. Проінтерпретуйте сновидіння, застосовуючи невербальні методи (наприклад, протанцювати або намалювати сновидіння).

III. Консультативний практикум:

1. Виконати вправу “Щоденник сновидінь” (Додаток 5).

Семінарське заняття № 8

Індивідуальна психологія А.Адлера

План обговорення

1. Погляди А.Адлера на генезис неврозу.
2. Види перешкод на шляху до досконалості.
3. Умови виникнення “комплексу неповноцінності”. Компенсація.
4. Концепція сімейної ієрархії.

5. Характеристика “життєвого стилю”.
6. Мета індивідуальної психології.
7. Консультативний контакт.
8. Техніки індивідуальної психології.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии. – М.: Когнито-Центр, 2002. – 220 с.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. – М.: Мысль, 1993.
3. Адлер А. Лекции по аналитической психологии. – М.: Рефлбук, К.: Ваклер, 1996.
4. Адлер А. Индивидуальная психология / История зарубежной психологии. 30-60-е годы XX в.) / Под ред. П.Я. Гальперина, А.Н. Ждан. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1986. – С.130-140.
5. Дрейкус-Фергюссон Е. Введение в теорию Альфреда Адлера. – Минск, 1995.
6. Сидоренко Е.В. Терапия и тернинг по Альфреду Адлеру. – СПб.: Питер Пресс, 2000.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. – Острог-Київ: Вид-во Острозька академія, 2004. – С. 92 – 114.

2. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – С.33-43.
3. Психотерапия: Учебник для вузов / Л.Бурлачук, А.Кочарян, М.Жидко. – СПб.: Питер, 2003. – С. 180-223.
4. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова; М.: ЭКСМО, 2003. – С.321-384.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Наука жить. – К.: Port-Royal, 1997.
2. Адлер А. О нервическом характере. – СПб.: Питер Пресс, 1997.
3. Виттельс Ф. Фрейд: его личность, учение и школа. Глава X. А.Адлер. – М.: Прогресс, 1991.
4. Масенко В. Індивідуальні чинники життєвого шляху та їх рання діагностика // Психолог. – 2004. - № 41 – С.27 - 29.
5. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследование и применение). – СПб.: Питер Пресс, 1997.
6. Шилловська О. Породження історій життя. Психокорекційна та психопрофілактична робота з дітьми // Психолог. – 2005. - № 42 – С.12 - 17.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Як ви розумієте наступне міркування А.Адлера: “Бути людиною – означає відчувати свою недостатність”.
2. Вкажіть джерела виникнення неврозу з позиції індивідуальної психології.

3. Розкрийте зміст наступних трьох варіантів стилю життя: адаптивний, компенсаторний та невротичний.
4. Як ви гадаєте, чи може бути у двох людей однаковий стиль життя?
5. Який вплив сімейної соціалізації на формування життєвого стилю дитини?
6. Розкрийте зміст концепції сімейної ієрархії. Яке її значення для педагогіки і прикладної психології?
7. Які психологічні прийоми розвитку соціального інтересу ви знаєте?
8. Як креативне Я впливає на формування стилю життя людини?
9. Поміркуйте над наступними висловлюваннями Матері Терези

Калькутської:

Життя – це шанс. Скористайся ним.

Життя – це краса. Милуйся нею.

Життя – це виклик. Прийми його.

Життя – це гра. Стань гравцем.

Життя – це цінність. Цінуй його.

Життя – це скарб. Бережи його.

Життя – це любов. Насолоджуйся нею.

Життя – це тайна. Пізнай її.

Життя – це юдоль бід. Перебори все.

Життя – це пісня. Доспівай її.

Життя – це боротьба. Почни її.

Життя – це безодня невідомого. Не бійся вступити в неї.

Житті – це удача. Шукай цю мить.

Життя таке чудове. Не погуби його.

Це твоє життя. Борони його.

Завдання для самостійної роботи:

I. Провести самоаналіз:

Виконати вправи “Влада”, “Розуміння цілей”, “Три бажання” (Додаток б).

II. Консультативний практикум.

. Застосувати і описати процедуру, запропоновану Л.Хайером і колегами при обстеженні ветеранів війни у В’єтнамі. Вона полягає у тому, що досліджуваного просять розповісти два ранніх спогади про якісь одиничні випадки, які сталися у віці до 8 років і “засіли” в голові так, що їх можна добре уявити. Спогади спершу фіксують на диктофон, а пізніше розшифровують. Після запису кожного спогаду клієнта просять зробити наступні кроки:

- 1) Дати йому *назву*.
- 2) Виявити свої *почуття* з приводу цієї події.
- 3) Внести будь-які *зміни* у подію, що запам’яталася.

. Застосувати і описати метод візуалізації ранніх спогадів (М.Лінг і Т.Коттман). Спершу клієнта просять дисоціювати ранній спогад, наприклад сприймати, як сцену з фільму. Далі він повинен описати те, що спостерігає і передати свої відчуття. Наступний крок – клієнт повинен уявити себе дорослим, який стає учасником цієї сцени: його доросле “Я” контактує з дитячим “Я” (втішає, заспокоює, надає ресурси, яких клієнтові не вистачало в дитинстві). Таким чином візуалізований дорослий допомагає відпрацювати помилкові уявлення дитини.

. Змодельуйте спробу дискредитації помилкової аперцептивної схеми “Мені не щастить”.

Семінарське заняття № 9
Поведінкове консультування
План обговорення

- . Основні поняття біхевіоризму:
- 1) Класичне обумовлювання І.Павлова.
 - 2) Біхевіоризм обумовлювання Дж.Вотсона.
 - 3) Теорія оперантного біхевіоризму Б.Скіннера.
 - 4) Теорія реципрокного гальмування Дж.Вольпе.
 - 5) Теорія інкубації Г.Айзенка.
2. Зміст і мета поведінкового консультування.
 3. Консультативний контакт.
 4. Поведінкова оцінка.
 5. Процедури релаксації.
 6. Біхевіоральний аналіз.
 7. Методи і техніки.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.: Психотерапевтический колледж, 1999. – С. 339 – 373.
2. Нельсо-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2000. – С. 215 – 285.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. – Острог-Київ: Острозька академія, Кондор, 2004. – 29-35.
2. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Карвасорского Б.Д. – СПб.: Питер Ком, 1999.
3. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С.480 - 571.
4. Эволюция психотерапии: Сборник статей. Т. 2. Осень патриархов: психоаналитически ориентированная и когнитивно-бихевиоральная терапия / Под ред. Дж.К. Зейга. — М.: Класс, 1998.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Лазарус А. Мысленным взором: Образы как средство психотерапии. — М.: Независимая фирма “Класс”, 2000. — 144 с.
2. Павлов И.П. Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных. Л.: Медгиз, 1951.
3. Смит М.Дж. Тренинг уверенности в себе. – СПб.: Косплект, 1997.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Розкрийте зміст експериментів І.Павлова.
2. Як вплинула експериментальна діяльність І.Павлова на формування поведінкового підходу до консультування?
3. Розкрийте погляди Дж.Вотсона на стимул, реакцію і обумовлювання.

4. Як Дж.Вотсон і його колеги експериментально обумовлювали емоційні реакції й звільняли від них?
5. Як ви розумієте наступний фундаментальний принцип, яким керувався Б.Скіннер: “Поведінка формується й зберігається її наслідками”.
6. У чому полягає основна розбіжність у поглядах І.Павлова і Б.Скіннера на обумовленість?
7. Схарактеризуйте погляди Б.Скіннера на психотерапію й консультування.
8. Як Дж.Вольте визначає страх і тривогу?
9. Як люди набувають невротичного страху?
10. Розкрийте підхід Айзенка на джерела виникнення невротичних реакцій страху/тривоги.
11. Як відбувається інкубація реакції страху/тривоги?
12. Розкрийте зміст поняття “реципроктне гальмування”.
13. Як ви гадаєте, які цілі поведінкового консультування можна вважати слухними для клієнта?
14. Вкажіть джерела отримання інформації для поведінкової оцінки?
15. Розкрийте процедуру проведення СРН-аналізу.
16. Які процедури релаксації ви знаєте?
17. Розкрийте зміст систематичної десенсибілізації в консультуванні.
18. Як консультанти і клієнти застосовують підкріплення в консультуванні?
19. Дайте визначення процедурам покарання.
20. У чому полягає зміст аверсивного методу і методу „наводнення”?
21. Назвіть етапи біхевіорального аналізу.

Завдання для самостійної роботи:

I. Вправи для самоаналізу:

. Наведіть приклади різних видів поведінки, яку ви набули під впливом класичного обумовлювання.

. Наведіть приклади емоційного реагування, яке ви можете спершу обумовити, а потім зняти з нього обумовленість.

. Наведіть приклади:

а) засвоєння і збереження поведінки під впливом оперантного обумовлювання;

б) згасання певної поведінки через недостатність підкріплення.

в) „невротичної” поведінки, яка не лише не згасала, а фактично посилювалась з часом?

II. Консультативний практикум.

. Підберіть вправи на релаксацію:

а) прогресуюча м'язова;

б) коротка м'язова релаксація;

в) ментальна релаксація;

г) вербальна релаксація;

д) диференційована релаксація.

. Визначте, яку поведінку ви хотіли би змінити. Протягом тижня ведіть записи в щоденнику спостережень („Щоденник поведінкового моніторингу”), оформлюючи матеріал за схемою СРН-аналізу.

Приклад фрагменту запису в щоденнику поведінкового моніторингу:

Страх публічно виступати

Стимул	Реакція	Наслідки
12.35. Перед групою студентів	Почувався тривожно. Говорив	Студентська група не дуже

<p>потрібно було у стислій формі викласти зміст реферату. Студенти сиділи за партами, стояв за кафедрою.</p>	<p>швидкому темпі, втратив контакт з аудиторією. Зумів викласти основний зміст реферату. На запитання відповідав зобразу, невдоволеність труднощами (часто зупинявся, важко було підібрати потрібні слова, мова тиха і нечітка).</p>	<p>зацікавленою. Студенти задавали мало запитань. Викладач оцінила мою підготовку нижче, ніж я очікував. Я відчуваю зобразу, невдоволеність своїм виступом. Гадаю, що мені заважає невпевненість, яку я хочу подолати.</p>
--	--	--

4.

5. Зіграйте роль консультанта, застосовуючи в роботі з клієнтом метод систематичної десенсибілізації, зокрема ієрархію десенсибілізації.

Приклад:

Ієрархія десенсибілізації страху перед екзаменом

	Суб'єктивна оцінка тривоги (0-100 балів)	Ієрархія психотравмуючих ситуацій
	5 балів	Роздуми про модуль у процесі підготовки (за три місяці до модуля).
	балів	Роздуми про модуль у процесі підготовки (за два місяці до модуля).
	балів	Роздуми про модуль у процесі

		підготовки (за місяць до модуля).
	балів	Роздуми про модуль у процесі підготовки (за тиждень до модуля).
	балів	Роздуми про модуль у процесі підготовки (за добу до складання модуля).
	балів	Прокидання вранці перед модулем.
	балів	Проїзд в автобусі на модуль.
	балів	Уточнення аудиторії в розкладі складання модулів.
	балів	Очікування за межами аудиторії.
	балів	Перші хвилини перебування в аудиторію.
	балів	Розміщення в аудиторії і роздуми про неминучість складання модуля.
	балів	Поява викладача.
	балів	Ознайомлення зі змістом тестових завдань.
	балів	Сильне переживання паніки і поява бажання покинути приміщення.
	балів	Вимушена втеча з аудиторії через сильну паніку.

Семінарське заняття № 10

Когнітивно-біхевіористичний підхід у консультуванні

План обговорення

1. Рационально-эмоциональное поведенческое консультирование (РЕПК):
 - 1) Основные положения.
 - 2) ABC (АПН)-теория личности.
 - 3) Мета и задания РЕПК.
 - 4) Консультативный контакт.
 - 5) Техники.
2. Когнитивное консультирование:
 - 1) Основные положения.
 - 2) Мета и задания когнитивного консультирования.
 - 3) Консультативный контакт) Методы, техники, упражнения.

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.: Психотерапевтический колледж, 1999. – С. 339 – 373.

1. МакМаллин Р. Практикум по когнитивной терапии. – СПб.: Речь, 2001.
2. Нельсо-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2000. – С. 215 – 380.
3. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход. – СПб.: Сова; М.: ЭКСМО-Пресс, 2002.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. – Острог-Київ: Вид-во Острозька академія, 2004. – С. 116 – 145.
2. Психотерапия: Учебник для вузов / Л.Бурлачук, А.Кочарян, М.Жидко. – СПб.: Питер, 2003. – С. 395 – 409.
3. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред.Карвасорского Б.Д. – СПб.: Питер Ком, 1999.
4. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С.480 - 571.
5. Эволюция психотерапии: Сборник статей. Т. 2. Осень патриархов: психоаналитически ориентированная и когнитивно-бихевиоральная терапия / Под ред. Дж.К. Зейга. — М.: Класс, 1998.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Гулдинг М., Гулдинг Р. Психотерапия нового решения. Теория и практика. - М.: Класс, 1997. — 288 с.
2. Дилтс Р. Изменение убеждений с помощью НЛП. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000. — 192 с.
3. Лазарус А. Мысленным взором: Образы как средство психотерапии. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000. — 144 с.
4. Смит М.Дж. Тренинг уверенности в себе. – СПб.: Косплект, 1997.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Назвіть фундаментальні й первинні цілі людини.

2. Як ви гадаєте, чому Елліс вважає, що Ц, А, П і Н впливають один на одного? Наведіть приклад впливу П на А.
3. Як впливають на збереження, можливо, і на підкріплення ірраціональних переконань наступні чинники:
 - а) біологічні тенденції;
 - б) сильні емоційні переживання;
 - в) некритичність мислення;
 - г) підкріплення наслідків дій;
 - д) акцент на “жахливих” подіях минулого;
 - е) нереалістичні установки щодо процесу змін;
 - є) недостатня перевірка переконань за допомогою дій.
- . Розкрийте зміст стосунків консультант-клієнт в РЕПК.
6. Яке значення гумору в РЕПК?
7. Яке значення навчання навичкам у РЕПК?
8. Яке значення вирішення проблем у РЕПК?
9. Як ви гадаєте, де ще, окрім індивідуального консультування, можна застосовувати РЕПК?
10. Який зв'язок між когніціями і емоціями?
11. Які чинники підсилюють когнітивну уразливість?
12. Критично поміркуйте над визначенням мети когнітивного консультування.
13. Визначте характер стосунків консультант-клієнт у когнітивному консультуванні.
14. Які методи застосовують для виявлення й ідентифікації автоматичних думок?
15. Які методи застосовують для перевірки правдивості й виправлення автоматичних думок?

16. З якою метою застосовують поведінкові методи в когнітивному консультуванні?

Завдання для самостійної роботи:

I. Вправи для самоаналізу (РЕПК):

1. Ідентифікуйте ірраціональну установку стосовно:
 - а) себе;
 - б) інших;
 - в) умов, в яких ви живете.
2. Дайте відповідь на запитання:
 - Звідки у вас з'явилися такі переконання?
 - Яким чином ви їх підтримуєте?
3. Наведіть приклад з власного життя:
 -) АПН раціонального мислення.
 -) АПН ірраціонального мислення.
4. Додайте до АПН-схеми елемент Д, застосовуючи:
 - а) когнітивні техніки;
 - б) емоційні техніки;
 - в) поведінкові техніки.
5. Вкажіть, до якої нової ефективної філософії (Е) ви дійшли.

II. Завдання для самоаналізу (когнітивне консультування):

1. Складіть список чинників, які в період вашого дорослішання, можливо, вплинули на засвоєння помилкових способів обробки інформації.
2. Сформулюйте вашу проблему. Спробуйте виявити й ідентифікувати автоматичні думки, пов'язані з виникненням цієї проблеми.

3. Вкажіть на когнітивні помилки в обробці інформації, якщо такі є.
4. Спростуйте виявлену вами автоматичну думку, застосувавши техніки когнітивного консультування, зокрема “сократівський діалог”.
5. Виділіть пов’язану з проблемою думку, реалістичність якої можна перевірити шляхом зміни поведінки. Сплануйте і проведіть поведінковий експеримент, щоб переконатися у правильності вашої думки.

III. Консультативний практикум: Застосуйте методи РЕПК чи когнітивного консультування в роботі з потенційним клієнтом.

Семінарське заняття № 11

Трансактний аналіз (ТА)

План обговорення

1. Основні положення ТА:
 - а) типи „окей-позицій”;
 - б) Его-стани; трансакційні діаграми;
 - в) структурування часу;
 - г) типи трансакцій;
 - д) ігри і сценарії.
2. Характеристика підходів до практики ТА:
 - структурний аналіз;
 - трансактний аналіз;
 - аналіз гри;
 - аналіз сценарію.
3. Мета ТА.
4. Консультативний контакт.

5. Сучасні психотехніки ТА (застосування егограм, трансформація матриці сценарію, застосування гештальт-методів і вправ).

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. – СПб: Лениздат, 1994.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. – СПб.: Лениздат, 1992. – 400 с.
3. Нельсо-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2000. – С. 86 – 113.
4. Стюарт Я., Джонс В. Современный трансактный анализ. СПб.: Социально-психологический центр, 1996.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.: Психотерапевтический колледж, 1999. – С. 339 – 373.
2. Карпенко З.С. Герменевтика психологічної практики. – К.: РУТА, 2001. – С.79 – 91.
3. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – С.108-116.
4. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С.574 - 659.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Берн Э. Секс в человеческой любви. – М.: Прогресс, 1990.
2. Берн Э. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986.
3. Берн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных. – СПб: Лениздат, 1991.
4. Гулдинг М., Гулдинг Р. Психотерапия нового решения. Теория и практика. - М.: Класс, 1997.
5. Джеймс М., Ждонгвард Д. Рожденные выигрывать. – М.: Класс, 1993.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Дайте визначення Его-стану.
2. Розкрийте основний зміст наступних Его-станів: Батько, Дорослий, Дитина.
3. Чи є ТА динамічною теорією особистості? Обґрунтуйте відповідь.
4. Яким чином, вважає Е.Берн, люди структурують час?
5. Які типи трансакцій ви знаєте? Наведіть приклади.
6. Вкажіть, що Е.Берн має на увазі під сценарієм?
7. Що таке ігри і як люди розгортають їх?
8. Якими є розплата за гру і за сценарій?
9. Як можна застосовувати гештальт-методи в практиці ТА?
10. Що таке егограма і як її застосовувати?

Завдання для самостійної роботи

I. Вправи для самоаналізу:

1. Проведіть власний структурний аналіз БдДДт першого порядку, зазначаючи думки, почуття і вчинки, що надходять від вашого:
 - а) Батька (Батька);
 - б) Дорослого;
 - в) Дитини.
2. Наведіть приклади з власного життя, що відповідають наступним транзакціям:
 - а) додаткова;
 - б) перехресна;
 - в) прихована
3. Розгляньте ваші стосунки зі значущою людиною (один із батьків, чоловік (дружина), друг, колега, дитина, сестра, брат і т.д.), при цьому визначіть і проаналізуйте транзакцію, що характерна для спілкування з цією людиною, враховуючи різні Его-стани, особливо той Его-стан, що є катектичним для даної людини.
4. Ідентифікуйте деякі з ігор, в які ви граєте, включаючи конкретні кроки, які ви робите, і розплату за ігри. Придумайте назву для кожної вашої гри.
5. Уявіть, що ви маєте 100 одиниць енергії, розподіліть її між наступними Его-станами: Виховуючий Батько, Турботливий Батько, Дорослий, Природня Дитина і Адаптована Дитина. При цьому слід взяти до уваги те, як ви зазвичай почуваетесь і поведетеся. Намалюйте егограму, розділюючи 100 одиниць енергії між п'ятьма Его-станами.

III. Консультативний практикум:

Застосуйте методи РЕПК чи когнітивного консультування в роботі з потенційним клієнтом.

Гештальт-консультування

План обговорення

1. Основні положення: гештальт, холізм, гомеостаз, границя контакту, самість, емоції.
2. Механізми розвитку неврозу: інтродекція, проєкція, злиття, ретрофлексія.
3. Рівні розвитку неврозу.
4. Мета гештальт-консультування.
5. Консультативний контакт.
6. Практика гештальт-консультування: техніки і методи.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Невис Э. Организационное консультирование. Гештальт-метод.- СПб.: Издательство Пирожкова, 2001.
2. Перлз Ф., Гудмен П., Хефферлин Р. Практикум по гештальттерапии. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2001.
3. Перлз Ф. Практика гештальт-терапии. М.: Ин-т общегуманит. Исследований, 2001.
4. Перлз Ф. Гештальт-семинары. – М.: Пресс, 1998.
5. Польстер И., Польстер М. Интегрированная гештальт-терапия: Контуры теории и практики. – М.: Класс, 2001.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники:

- практическое руководство. – М.: Психотерапевтический колледж, 1999. – С. 339 – 373.
2. Карпенко З.С. Герменевтика психологічної практики. – РУТА, 2001. – С.91-100.
 3. Нельсо-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2000. – С. 62 – 85.
 4. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – С.116-121.
 5. Психотерапия: Учебник для вузов / Л.Бурлачук, А.Кочарян, М.Жидко. – СПб.: Питер, 2003. – С.353-369.
 6. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. – СПб.: Сова, М.: ЭКСМО, 2003. – С.388 - 478.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Кемплер У. Основы семейной гештальттерапии. – СПб.: Издательство Пирожкова, 2002.
 2. Нарахно К. Техники гештальт-терапии. Практическое руководство для профессионалов. – СПб., 1995.
 3. Перлз Ф. Гештальт-подход и свидетель терапии. – М.: Либрис, 1996.
 4. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. – М.: Смысл, 2000.
 5. Стивенс Д. Сознание: исследуем, экспериментируем, упражняемся. – М.: Эксмо, 2002.
 6. Шоттенлоэр Г. Рисунок и образ в гештальттерапии. – СПб.: Издательство Пирожкова, 2001.
- Адреса сайту www.gestalt.sp.ru

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Як Ф.Перлз тлумачить поняття "гештальт"?
2. Як ви розумієте гештальт-молитву Ф.Перлза:
Я роблю своє, ти робиш своє.
Я в цьому світі не для того, аби жити у відповідності до твоїх очікувань,
І ти в цьому світі не для того, аби жити у відповідності до моїх очікувань.
Ти – це ти, а я – це я,
І якщо ми випадково знаходимо одне одного, це чудово,
Якщо ж ні, то в цьому випадку нічим не можна зарадити.
3. Сформулюйте основну мету гештальт-консультування.
4. Що таке автентичність.
6. Як впливає на розвиток людини переривання контакту й придушення емоцій?
7. Визначте основні теоретичні принципи гештальт-консультування.
8. Які три зони усвідомлення описав Ф.Перлз?
9. Вкажіть порушення границі контакту на кожній із терапевтичних стадій.
10. Яким є погляд Ф.Перлза на роль тривоги в збереженні неврозу?
11. Які рівні неврозу ви знаєте?
12. Як гештальт-консультанти застосовують метод усвідомлення?
13. Що означають терміни „гарячий стілець”, „порожній стілець”?
14. Чому в гештальт-консультуванні корисно виявляти фантазії клієнта?

15. Як Ф.Перлз застосовує діалог між „собакою зверху” і „собакою знизу”?
16. Визначте мету роботи зі сновидіннями. Які стадії застосовують?
17. Опишіть основні техніки гештальт-консультування. Яким чином в них реалізуються основні теоретичні принципи цього підходу?

Завдання для самостійної роботи

I. Вправи для самоаналізу:

1. Пригадайте життєві ситуації, коли вам доводилось керуватись розумом, незважаючи на почуття.
2. Спробуйте оцінити, як ваше ставлення до оточуючого середовища пов'язане з кожним із перелічених нижче механізмів порушення на границі контакту:
 -) з інтроекцією;
 -) з проекцією;
 -) з конфлуенцією (злиттям);
 -) з ретрофлексією;
 -) з дефлексією.
3. Ідентифікуйте ігри й фіктивні ролі, які використовуєте, аби отримати підтримку з боку оточуючого середовища, натомість розвитку самостійності.

II. Консультативний практикум.

. Виконайте спочатку самі, а потім застосуйте у роботі з потенційним клієнтом наступні ігрові вправи:

) Розмістіться зручно в кріслі й намагайтеся усвідомити мову тіла, дихання, емоції та різні думки. При цьому протягом трьох хвилин промовляйте: „Зараз я усвідомлюю ...”. Наприклад: „Зараз я усвідомлюю, що

посміхаюся”, „Зараз я усвідомлюю, що затиснула кулаки”, „Зараз я усвідомлюю, що мені сумно”.

) Пригадайте якусь життєву ситуацію й протягом трьох хвилин зосередьтеся на ваших способах реагування на неї. Залишаючись „тут і тепер”, коментуйте кожну пережиту мить словами: „ ... і я несу відповідальність за це”. Наприклад: „Я знаю, що закриваю очі, і я беру відповідальність за це”, „Я знаю, що постукую пальцями, і я беру відповідальність за це”, „Я знаю, що гніваюсь, і я беру відповідальність за це”.

) Застосуйте техніки драми і фантазування. Для цього клієнт займає „гарячий стілець”, інший – „порожній стілець” – призначений для переміщення клієнта від однієї частини свого „Я” до іншої або переходу від одного персонажу драми до іншого.

) Застосуйте техніку „човника”. Для цього консультанти використовують фантазію і порожній стілець. Клієнт повинен почергово переключати увагу з однієї сфери на іншу, або переходити від візуалізації якоїсь минулої події до її організмичного переживання „тут і тепер”.

) Проведіть діалоги „собаки зверху-собаки знизу”. Для цього застосуйте техніку „човника”.

Семінарське заняття № 12

Особистісно-центрованої підхід до консультування

План обговорення

- 1.** Теорія консультування.
- 2.** Генезис неврозу.
- 3.** Мета клієнт-центрованого консультування.

4. Консультативний контакт.
5. Методи вислуховування.
6. Сучасні тенденції розвитку клієнт-центрованого консультування.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Роджерс К.Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы: Монография. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
2. Роджерс К. Взгляд на психотерапию: Становление человека. – М.: Прогресс-Универс, 1994.
3. Роджерс К. Клиент-центрированная терапия. – М.: ЭКСМО-Пресс, 1997.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.: Психотерапевтический колледж, 1999. – С. 339 – 373.
2. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. – Острог-Київ: Вид-во Острозька академія, 2004. – С. 45 – 64.
3. Нельсо-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2000. – С. 30 – 59.
4. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – С.47-54.
5. Психотерапия: Учебник для вузов / Л.Бурлачук, А.Кочарян, М.Жидко. – СПб.: Питер, 2003. – С.370-392.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Орлов А.Б., Хазанова М.А. Феномены эмпатии и конгруэнтности // Вопросы психологии. – 1993. - № 4, - С.68-73.
2. Роджерс К. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1984. – С.235-237.
3. Роджерс К. О групповой психотерапии. – М.: Гиль-Эстель, 1993.
4. Роджерс Н. Творчество как усилие себя // Вопросы психологии. – 1990. - № 1. – С.164-168.
5. Роджерс Н. Путь к целостности: человекоцентрированная терапия на основе экспрессивных искусств // Вопросы психологии. – 1995. -№ 1. – С.132-139.
6. Трач Р. Вповні функціонуюча особа: психологічний ідеал // Сучасність. – 1996. – № 6. – С. 127 – 132.

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Чому К.Роджерс назвав розроблений ним консультативний підхід особистісно-орієнтованим?
2. Як К.Роджерс пояснює наступні поняття: тенденція актуалізації, організмичний оціночний процес, досвід і його переживання, усвідомлення?
3. Розкрийте зміст концепції умовних цінностей.
4. Як впливають умовні цінності на Я-концепцію?
5. Назвіть чотири типи реакцій людини на отриманий досвід.

6. Наведіть приклади неконгруентності між Я-концепцією і досвідом.
7. Як К.Роджерс описує повноцінно функціонуючу людину?
8. Розкрийте необхідні умови для росту клієнта і реінтеграції.
9. Як ви гадаєте, чому К. Роджерс у рекомендаціях з консультування застосовує термін „умови стосунків”, а не описи конкретних методик?
10. Розкрийте основні аспекти терапевтичної взаємодії в клієнт-центрованому консультуванні.
11. Яке значення має для клієнтів те, що в результаті консультування вони стають більш конгруентними, більш емпатійними і починають більш позитивно відноситися до інших людей?
12. Обгрунтуйте сильні й слабкі сторони моделі практики клієнт-центрованого консультування.
Обміркуйте наскільки ви конгруентні в консультуванні, і на основі чого ви робите такі висновки?

Завдання для самостійної роботи

I. Запитання для самоаналізу:

1. Проаналізуйте свої стосунки зі значущими людьми, які допомагали чи допомагають вам формувати більш адекватну Я-концепцію. Які характерні риси інших людей ви вважаєте корисними?
2. Проаналізуйте свої стосунки зі значущими людьми, які заважали чи заважають вам формувати більш адекватну Я-концепцію. Які характерні риси інших людей ви вважаєте шкідливими?

3. Оцініть, в якій мірі у вас виявляється кожна із вище перелічених ознак повноцінно функціонуючих або самоактуалізуючих людей: відкритість переживанням, раціональність, особиста відповідальність, почуття власної гідності, здатність підтримувати добрі міжособистісні стосунки, етичне життя.
4. Наскільки ви конгруентні в консультуванні, і на основі чого робите такі висновки?
5. Наскільки вам вдається проявити безумовно позитивне ставлення і на що опираєтесь у своїх висновках?
6. Наскільки ви емпатійні і чому так вважаєте?

II. Консультативний практикум:

1. Запишіть приклади виникнення умовних цінностей у потенційних клієнтів.
2. Запишіть фрагменти консультативної роботи, застосовуючи техніки рефлексивних і емпатійних відповідей, техніку терапевтичної метафори.

Семінарське заняття № 12

Екзистенційне консультування

План обговорення

1. Основні положення екзистенційного консультування:
 - а) форми буття у світі;
 - б) види тривоги;
 - в) види вини;
 - г) поняття трансценденції;
 - д) межові екзистенційні тривожності.

2. Екзистенційна модель механізмів захисту.
3. Особливості консультативного контакту.
4. Техніки і методи.
5. Логотерапія В.Франкла.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Братченко С.Л. Екзистенціальна психологія глибокого об'єднання: уроки Джеймса Бюджентала. – М.: Смысл, 2001.
2. Бюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2001.
3. Лэнгле А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности: Сборник статей. – М.: Генезис, 2006.
4. Лэнгле А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия. – М.: Генезис, 2004.
5. Мэй Р. Искусство психологического консультирования: Пер с англ. – М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. – 256 с.
6. Тихонравов Ю.В. Экзистенциальная психология. – М.: ЗАО «Бизнес-школа Интел-Синтез», 1998.
7. Франкл В. Психотерапия на практике. – СПб.: Ювента, 1999.
8. Франкл В.Э. Основы логотерапии. Психотерапия и религия. – СПб.: Речь, 2000.
9. Экзистенциальная психология / Под ред. Р.Мея // Экзистенция / Под ред. Р.Мея, Э.Энджела, Г.Элленбергера. – М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001.
10. Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии. – СПб.: Питер, 2000. – 640 с.

11. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Независимая фирма «Класс», 1999.

НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М.: Психотерапевтический колледж, 1999. – С. 339 – 373.
2. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. – Острог-Київ: Вид-во Острозька академія, 2004. – С. 151 –190.
3. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб: Питер, 2000. – С.138-186.
4. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – С.56-65.
5. Психотерапия: Учебник для вузов / Л.Бурлачук, А.Кочарян, М.Жидко. – СПб.: Питер, 2003. – С.291-351.
6. Холл К., Линдсей Г. Экзистенциальная психология // Теории личности. – М.: ЭКСМО-Пресс, 1999. – С. 257 – 288.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА:

1. Братченко С. Конференция по проблемам экзистенциально-гуманистического подхода в психотерапии // Вопросы психологии. – 1997. – № 3. – С. 147 – 150.
2. Бьюдженталь Д. Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапии. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998.

3. Леонтьев Д.А. О предмете экзистенциальной психологии // 1-ая Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии: Материалы сообщ. / Под ред. Д.А. Леонтьева, Е.С. Мазур, А.И. Сосланда. – М.: Смысл, 2001. – С. 3 – 6.
4. Леонтьев Д.А. Что такое экзистенциальная психология? // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. – М.: Смысл, 1997. – С. 40 – 54.
5. Летуновский В.В., Есельсон С.Б. Экзистенциализм в психологии // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия // Журнал Ассоциации консультирования и восточно-европейской терапии. – 2002. – Вып 1(1). – С. 91 – 116.
6. Маноха И.П. Человек и потенциал его бытия. – К.: Стимул, 1995.
7. Мэй Р. Проблема тревоги. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2001, - 432 с.
8. Теодоропулос И. Феномен боли и нестабильные формы воспитания: (Экзистенциально-социологический анализ) // Вопросы психологии. – М., 2002. - № 4. – С. 170 – 177.
9. Франк С.Л. Духовные основы общества. – М.: Республика, 1992.
10. Франкл В. Воля к смыслу. – М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000.
11. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник. – М.: Прогресс, 1987.
12. Эволюция психотерапии: сборник статей. Т. 3. "Let it be...": Экзистенциально-гуманистическая психотерапия / Под ред. Дж.К. Зейга. — М.: Независимая фирма "Класс", 1998.
13. Ялом И. Дар психотерапии. – М. – Изд-во Эксмо, 2006.
14. Ялом И. Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы. – М.: Независимая фирма "Класс", 2001.

Адреса Східно-Європейської Асоціації екзистенційної терапії в Інтернеті: www.existentialtherapy-easteurope.lt

Запитання для самоконтролю, роздумів і дискусії

1. Розкрийте змістове навантаження терміну „екзистенційний”?
2. Дайте загальну характеристику трьом формам „буття-у-світі”.
3. Як можна відрізнити нормальну тривогу від невротичної?
4. Схарактеризуйте кожну з чотирьох основних екзистенційних тривожностей.
5. Яким чином дорослі вчаться долати тривогу, пов’язану зі смертю?
6. Які чинники життя сучасного суспільства сприяють виникненню екзистенційної тривоги, пов’язаної зі свободою, ізоляцією і безглуздістю?
7. Як ви розумієте наступне визначення І.Ялома: „Екзистенційна психотерапія – це динамічний підхід до терапії, який зосереджується на тривожностях, що коріняться в існуванні індивіда”?
8. Що являє собою екзистенційна модель механізмів захисту?
9. Розкрийте види захисту від тривоги, пов’язаної зі свободою, смертю, ізоляцією і безглуздістю.
10. Визначте мету екзистенційного консультування.
11. Що для вас означає поняття „екзистенційно орієнтований консультант”?
12. Якими повинні бути стосунки екзистенційний консультант-клієнт?
13. Які методи і техніки застосовують е екзистенційному консультуванні?

14. Як ви розумієте наступне міркування В.Франка: „Бути людиною означає стати відповідальною за здійснення смислу, потенційно властивого у даній життєвій ситуації”?
15. Розкрийте зміст свідомого і несвідомого в логотерапії.
16. Як В.Франкл визначає поняття „самотрансценденція”?
17. Вкажіть основні джерела сенсу, за допомогою яких людина досягає самотрансценденції.
18. Як виникає екзистенційний вакуум?
19. Наведіть приклади застосування техніки парадоксальної інтенції.
20. Розкрийте зміст техніки дерефлексії.

Завдання для самостійної роботи

I. Запитання для самоаналізу:

1. Чи сповна ви переживаєте своє існування як реальне? Відповідаючи, намагайтесь бути максимально конкретними.
2. Як ви відчуваєте екзистенційну тривогу? Які механізми захисту застосовуєте?
3. Оцініть рівень особистої відповідальності за формування власного буття. Яким чином ви могли би зменшити частку уникнення відповідальності за власне життя?
4. Чи задумувались ви про безглуздість життя? Який її вплив на існування людей?
5. Визначте міру власного відчуття екзистенційного вакууму. Чи потерпаєте від екзистенційної фрустрації?
6. Визначте наповненість вашого життя сенсом, якщо його потенційними джерелами є: робота, кохання, страждання, минуле і надсенс.

7. Якщо ви зараз втратили сенс життя, то в якій спосіб можете собі допомогти його віднайти?

II. Консультативний практикум.

1. Спробуйте вирішити якусь свою проблему, скориставшись технікою парадоксальної інтенції й/або технікою дерефлексії.
2. Опишіть те, як ви застосували згадані вище техніки в роботі з потенційним клієнтом.
3. Застосуйте з клієнтами методи, що допомагають сфокусуватись на пошуках сенсу життя й усвідомити важливість особистої відповідальності за знаходження сенсу:
 - а) аналіз сновидінь;
 - б) постановка запитань про сенс життя;
 - в) пошуки нових джерел сенсу;
 - г) сократівський діалог;
 - д) логодрама.
4. Виконайте вправи (див.Додаток 7).
5. Зробити аналіз консультативного випадку за схемою (див.Додаток 8).

ПРОГРАМОВІ ВИМОГИ З КУРСУ

„ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ”

1. Визначення, зміст та завдання психологічного консультування.
2. Сучасні уявлення про мету психологічного консультування.
3. Відмінні риси психологічного консультування й психотерапії.

4. Теорії особистості та практика психологічного консультування.
5. **Принципи психологічного консультування.**
6. **Види психологічного консультування та їх загальна характеристика.**
7. **Умови результативності психологічного консультування.**
8. **Чинники ефективного консультування.**
9. **Основні етапи психологічного консультування (за Р.С.Немовим). Процедури і техніки кожного етапу.**
10. **П’ятикрокова модель інтрв’ю (визначити завдання консультанта й психотехніки до кожної стадії).**
11. **Збалансована таблиця альтернативних рішень (завдання консультанта, психотехніки).**
12. **Загальна структура консультативного процесу (еклектична) (Б.Е.Гілланд у співавт.). Завдання консультанта та основні психотехніки до кожної стадії.**
13. **Морально-етичні принципи та відповідальність психолога-консультанта.**
14. **Основні вимоги до особистості консультанта.**
15. **Вплив професійної діяльності на особистість консультанта.**
16. **Зміст поняття “синдром вигорання” та способи його уникнення.**
17. **Професійна підготовка консультанта.**
18. **Особливості організації роботи психологічної консультації.**
19. **Фізичні компоненти терапевтичного клімату (обстановка психологічної консультації, структурування консультативного простору і часу).**
20. **Процедури і техніки психологічного консультування.**

21. **Методи впливу та їх функції в структурі процесу консультування.**
22. **Методи вислуховування та їх функції в структурі процесу консультування.**
23. **Директива як метод впливу, її застосування в різних теоретичних напрямках.**
24. **Визначення поняття “консультативного контакту”. Риси консультативного контакту.**
25. **Перенос у консультуванні: визначення, риси та значення.**
26. **Контрперенос у консультуванні: причини та значення.**
27. **Загальна характеристика невербальних засобів консультативної роботи.**
28. **Поведінкові ознаки позитивного ставлення клієнта в консультативному контакті.**
29. **Поведінкові ознаки негативного ставлення клієнта в консультативному контакті.**
30. **Значення невербальної поведінки клієнта для консультативного процесу.**
31. **Умови застосування психометричних методів у практиці психологічного консультування.**
32. **Вимоги до психологічного тестування у консультуванні.**
33. **Види тестів та особливості їх застосування в практиці психологічного консультування.**
34. **Консультування тривожних клієнтів. Механізми психологічного захисту.**
35. **Консультування клієнтів, у яких реакції страху й фобії.**
36. **Консультування вороже налаштованих й агресивних клієнтів.**

37. Консультування “немотивованих” клієнтів.
38. Консультування істеричних осіб.
39. Консультування клієнтів, що переживають вину.
40. Консультування клієнтів з депресіями і суїцидальними намірами.
41. Консультування у випадку смерті близької людини.
42. Консультування клієнтів, що переживають втрату через розлучення.
43. Консультування клієнтів при алкоголізмі.
44. Загальна характеристика основних підходів до розуміння функціонування психіки у психоаналітичній теорії З.Фрейда.
45. Методологічні інновації З.Фрейда
46. Техніки класичного психоаналізу.
47. Підхід З.Фрейда до інтерпретації сновидінь.
48. Первинне інтерв'ю як психодіагностичний та психотерапевтичний метод психоаналізу.
49. Стрижневі поняття аналітичної психології К.Г. Юнга.
50. Техніки аналітичної психології.
51. Невербальні техніки аналітичної психології.
52. Застосування методу юнгіанської піскової терапії в практиці психологічного консультування.
53. Підхід К.Г.Юнга до аналізу сновидінь.
54. Стрижневі поняття індивідуальної психології А.Адлера.
55. Психотехнічні прийоми та методи індивідуальної психології А.Адлера.
56. Стрижневі поняття, мета та завдання трансактного аналізу (ТА).

57. Загальна характеристика основних підходів до практики ТА (структурний аналіз, трансактний аналіз, аналіз гри, аналіз сценарію).
58. Сучасні психотехніки ТА. Застосування егограм у консультуванні.
59. Гештальт-підхід у психологічному консультуванні: стрижневі поняття, мета та завдання.
60. Техніки гештальт-консультування.
61. Ігри та вправи як психотехнічні прийоми гештальт-консультування.
62. Особливості роботи зі сновидіннями в гештальт-консультуванні.
63. Основні поняття поведінкового консультування.
64. Техніки і методи поведінкового консультування.
65. Стрижневі поняття, мета та завдання раціонально-емотивного поведінкового консультування (РЕПК).
66. Застосування АВС – схеми в практиці психологічного консультування.
67. Техніки і методи РЕПК.
68. Базові поняття екзистенційного консультування.
69. Зміст роботи, мета та завдання психолога в екзистенційному консультуванні.
70. Прикладна логотерапія: техніки і методи.
71. Клієнт-центрований підхід у консультуванні: стрижневі поняття, мета та завдання.
72. Характеристика недирективних методів роботи з клієнтами.