

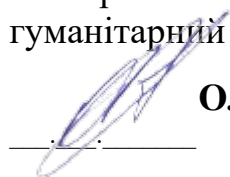
**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Ректор ВНПЗ «Дніпровський
гуманітарний університет»



Олег КИРИЧЕНКО

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Теорія та практика психологічного консультування в умовах
невизначеності та ризику**

(назва навчальної дисципліни)

Освітній ступінь

Магістр

(назва ступеня вищої освіти – бакалавр або магістр)

Спеціальність

С4 Психологія

(шифр і назва)

Освітня програма

«Психологія»

(назва, дата і № наказу про затвердження ОП)

Наказ від 24.04.2025 № 32-02

Статус навчальної дисципліни

обов'язкова

(обов'язкова або вибіркова)

Мова навчання:

українська

Дніпро – 2025

Теорія та практика психологічного консультування в умовах невизначеності та ризику // Робоча програма навчальної дисципліни. Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2025. 12 с.

РОЗРОБНИК(-И):

Салюк М.А., кандидат психологічних наук, доцент
Гарець Н.О., Старший викладач кафедри психології

Розглянуто на засіданні кафедри психології 19.08.2025, протокол №1.

Схвалено Вченою радою університету, рекомендовано для використання в освітньому процесі протягом п'яти років. 29.08.2025, протокол №13.

Метою вивчення навчальної дисципліни «Теорія та практика психологічного консультування в умовах невизначеності та ризику» є визначення концептуальних засад і особливостей психологічного консультування осіб в умовах невизначеності та ризику; ознайомлення здобувачів із сучасними підходами до практики психологічного консультування; вироблення відповідних практичних умінь і навичок; формування морально-етичних норм і відповідальності; усвідомлення професійної ідентичності та становленні професійної компетентності.

Передумови для вивчення навчальної дисципліни: для опанування дисципліни «Теорія та практика психологічного консультування в умовах невизначеності та ризику» необхідні базові знання та навички, отримані в процесі вивчення наступних дисциплін: є такі обов'язкові дисципліни: «Загальна психологія», «Експериментальна психологія», «Психодіагностика».

За підсумками вивчення навчальних дисциплін та успішного складання підсумкового контролю мають бути набуті наступні компетентності:

Загальні (ЗК)

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК2. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.
- ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо

Спеціальні (фахові) (СК):

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

СК12. Здатність надавати оперативну психологічну допомогу та використовувати методи психологічного захисту людини в умовах надзвичайних ситуацій.

Програмні результати навчання (ПРН)

ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР14. Надавати оперативну психологічну допомогу особистості з гострими стресовими реакціями.

ПР15. Керувати людськими ресурсами, робочими процесами та поведінкою фахівців у складних і екстремальних професійних ситуаціях.

ПР16. Надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у кризовому стані для активізації ресурсів її життєстійкості.

Обсяг навчальної дисципліни: Додатки 1.1, 1.2.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕМА 1. ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Сутність психологічного консультування. Визначення і цілі психологічного консультування. Психологічне консультування та психотерапія. Теорії особистості та практика консультування. Структура процесу консультування. Етичні принципи та проблеми психологічного консультування. Прикладні аспекти консультування. Роль та місце консультанта у консультуванні. Вимоги до особистості консультанта. Модель ефективного консультанта. Система цінностей консультанта. Вплив професійної діяльності а особистість консультанта

ТЕМА 2. ОСНОВНІ ЕТАПИ ТА МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Визначення консультативного контакту. Терапевтичний клімат. Фізичні компоненти терапевтичного клімату. Емоційні компоненти терапевтичного клімату. Навички підтримання консультативного контакту. Оцінка проблем клієнтів. Процедура та техніки консультування. Основні етапи консультації.

ТЕМА 3. ПРОБЛЕМА НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА РИЗИКУ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Психологічний зміст поняття невизначеності. Прийняття рішень в умовах невизначеності. Психологічний зміст поняття ризику та ризикованої поведінки. Індивідуальні чинники схильності до ризикованої поведінки.

ТЕМА 4. КРИЗОВЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Поняття кризи та кризового стану. Нормативні та ненормативні кризи. Особливості проживання кризового періоду. Консультування з приводу втрати, горювання. Загальна типологія кризових станів. Кризові стани за П.П. Горностаєм. Стратегії психосоціальної допомоги в умовах кризи. Дослідження кризових станів. Кризова інтервенція. Психологічний дебрифінг як форма кризової інтервенції. Втрата як причина життєвої кризи. Горе як реакція людини на втрату.

ТЕМА 5. РОБОТА З ТРАВМОЮ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Психологічна травма та її особливості. Допомога людині з психологічною травмою. Визначення «травма» та «травматична подія». Гостра стресова реакція. Основи надання допомоги в гострому періоді

травми. Гострий стресовий розлад. Посттравматичний стресовий розлад. Методологія роботи з травмою. Мультимодальна модель подолання basic ph. Психоедукація та робота з моделлю basic ph. Відновлення безперервності життя. Основні складові консультативної та терапевтичної роботи з травмою.

ТЕМА 6. КОНСУЛЬТУВАННЯ З ПРОБЛЕМ ТРИВОГИ ТА СТРАХУ

Тривожність та її причини. Тривога та тривожність. Консультування тривожних клієнтів. Страх та його психологічне розуміння. Теорії виникнення страху. Консультування клієнтів з проблемами страхів.

ТЕМА 7. ПСИХОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА РИЗИКУ

Шкала оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R). Симптоматичний опитувальник (SCL-90-R). Госпітальна шкала тривоги і депресії (HADS). Шкала депресії Гамільтона (HAM-D). Шкала депресії Бека. Діагностика копінг-стратегій. Діагностика стресостійкості та резилієнс. Шкала резилієнс Коннора-Девідсона (K. Connor, J. Davidson, 2003). Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10. Опитувальник професійної життєстійкості (Кокун О.). 1. Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Т.Холмса і Р.Пей (Social Readjustment Rating Scale, SRRS).

ТЕМА 8. ОСОБЛИВОСТІ КРИЗОВОГО ТЕЛЕФОННОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Мета та завдання телефонного консультування. Вимоги до телефонного консультанта. Алгоритм телефонного консультування. Базові навички телефонного консультанта.

ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ

Підсумковий контроль проводиться з метою встановлення відповідності (вимірювання, оцінювання) здобутих особою результатів навчання вимогам освітньої програми у частині відповідного освітнього компонента. З навчальної дисципліни «Теорія та практика психологічного консультування в умовах невизначеності та ризику» передбачено:

- для денної форми навчання – екзамен;
- для заочної форми навчання – екзамен.

ПОЛІТИКА КУРСУ, КРИТЕРІЇ ТА ЗАСОБИ ОЦІНЮВАННЯ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ

Для здобувачів вищої освіти очної форми навчання відвідування занять є обов'язковим. Поважними причинами для неявки на заняття є хвороба або академічна мобільність, які необхідно підтверджувати документами. Відсутність здобувача на заняттях передбачає самостійне опрацювання матеріалу та не звільняє здобувача від виконання завдання на самостійну підготовку або завдання поточного та підсумкового контролю.

Якщо здобувач вищої освіти не згоден з оцінюванням його знань, то він може оскаржити виставлену викладачем оцінку в установленому порядку. Порядок повторного проходження здобувачами вищої освіти контрольних заходів урегульовані процедурами університету.

Поточний контроль проводиться викладачами на всіх видах аудиторних занять. Основне завдання поточного контролю – перевірка рівня підготовки студентів за визначеною темою. Основна мета поточного контролю – забезпечення зворотного зв'язку між викладачами та студентами, управління навчальною мотивацією студентів. Інформація, одержана при поточному контролі, використовується як викладачем – для коригування методів і засобів навчання, – так і студентами – для планування самостійної роботи.

Поточний контроль може проводитися у формі усного опитування, письмового експрес-контролю, виступів студентів при обговоренні теоретичних питань, а також у формі тестування.

Критерії оцінювання рівня знань за видами навчальної роботи здобувачів визначені кафедрою психології та знайшли своє відображення у «Стандарті організації та критеріїв оцінювання навчальної роботи здобувачів вищої освіти з дисциплін, що закріплені за кафедрою психології». Зі змістом документу можна ознайомитися на сайті Університету в розділі «Силабуси навчальних дисциплін/ Магістр / 053 Психологія» або за посиланням: <https://surl.li/fdotxa> або за QR-кодом.



Політика доброчесності. Під час вивчення дисципліни студенти мають дотримуватися політики академічної доброчесності університету, графіку відвідування занять та термінів виконання робіт поточного та підсумкового контролю. У разі виявлення плагіату у виконаних письмових видах робіт вони не зараховуються; у разі списування під час заходів з оцінки знань здобувач відстороняється від здачі роботи та спрямовується на перескладання.

За дотримання студентом політики академічної доброчесності під час виконання поставлених завдань кафедрою може бути прийняте рішення про надання здобувачу вищої освіти додаткових балів у період підсумкового контролю.

**Інформаційне та методичне забезпечення навчальної дисципліни
(рекомендовані джерела інформації). Додаток 2.**

Додаток 1.1.

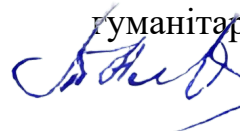
до Робочої програми з навчальної
дисципліни

ЗАТВЕРДЖУЮ

Перший проректор

ВНПЗ «Дніпровський

гуманітарний університет»

 **Тетяна АЛФЬОРОВА**

ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Теорія та практика психологічного консультування в умовах
невизначеності та ризику**

(назва навчальної дисципліни)

Освітній ступінь магістр Спеціальність С4 Психологія
(назва ступеня вищої освіти) (шифр і назва)

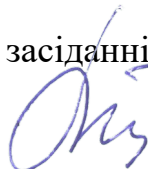
на 2025/2026 навчальний рік

Форма навчання ДЕННА Обсяг 4 кредити ЄКТС, (120 годин)

Курс перший Групи ПМ-25

№ теми згідно з	Назва теми (згідно з РПНД)	Загальний обсяг годин	Аудиторна робота				Самостійна (інд.) робота
			Всього	Лекції	Семінари	П	
1	Основи психологічного консультування	12	6	2	2	2	6
2	Основні етапи та методи психологічного консультування	12	6	2	2	2	6
3	Проблема невизначеності та ризику в сучасній психології	18	6	2	2	2	12
4	Кризове консультування	16	6	2	2	2	10
5	Робота з травмою в умовах невизначеності	18	6	2	2	2	12
6	Консультування з проблем тривоги та страху	16	6	2	2	2	10
7	Психологічна діагностика в умовах невизначеності та ризику	14	6	2	2	2	8
8	Особливості кризового телефонного консультування	14	6	2	2	2	8
	Разом за семестр	120	48	16	16	16	72
	Форма підсумкового контролю	екзамен					

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології, протокол від 19.08.2025 № 1.



Завідувач кафедри

Людмила ПРИСНЯКОВА

Додаток 1.1.

до Робочої програми з навчальної дисципліни

ЗАТВЕРДЖУЮ

Перший проректор

ВНПЗ «Дніпровський

гуманітарний університет»

Тетяна АЛФЬОРОВА

ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**Теорія та практика психологічного консультування в умовах невизначеності та ризику**

(назва навчальної дисципліни)

Освітній ступінь

магістр

Спеціальність

С4 Психологія

(назва ступеня вищої освіти)

(шифр і назва)

на 2025/2026 навчальний рік

Форма навчання

заочна

Обсяг

4кредити ЄКТС, (**120** годин)

Курс

перший

Групи

ПМЗ-25

№ теми згідно з	Назва теми (згідно з РПНД)	Загальний обсяг годин	Аудиторна робота				Самостійна (інд.) робота
			Всього	Лекції	Семінари	П	
1	Основи психологічного консультування	12	2	2			10
2	Основні етапи та методи психологічного консультування	12					12
3	Проблема невизначеності та ризику в сучасній психології	18	2	2			16
4	Кризове консультування	16	4	2	2		12
5	Робота з травмою в умовах невизначеності	18	4	2	2		14
6	Консультування з проблем тривоги та страху	16	2	2			14
7	Психологічна діагностика в умовах невизначеності та ризику	14	4	2	2		10
8	Особливості кризового телефонного консультування	14					14
Разом за семестр		120	18	12	6		102
Форма підсумкового контролю		екзамен					

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології, протокол від 19.08.2025 № 1.

Завідувач кафедри

Людмила ПРИСНЯКОВА

Додаток 2
до Робочої програми з навчальної
дисципліни

ІНФОРМАЦІЙНЕ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Теорія та практика психологічного консультування в умовах невизначеності та ризику

(назва навчальної дисципліни)			
Освітній ступінь	магістр	Спеціальність	С4 Психологія
	(назва ступеня вищої освіти)		(шифр і назва)
на 2025/2026 навчальний рік			

Основні нормативні акти:

1. Європейська соціальна хартія від 18 жовтня 1961 року.
2. Декларація прав дитини від 20 листопада 1959р.
3. Конвенція ООН про права дитини від 2.09. 1990 р.
4. Закон України „Про охорону дитинства” від 26.04.2001 р.
5. Закон України від 07.12.2017 № 2229-VIII «Про запобігання та протидію домашньому насильству»
6. Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» (№ 2801-XII від 19.11.1992 р.)

- постанови, інші рішення, роз'яснення судів (Конституційного, Верховного):

1. Постанова Кабінету Міністрів України 1993-11-03 №896 «Про Державну національну програму «Освіта» («Україна XXI століття»)
2. Положення про психологічну службу системи освіти України (03.05.99, № 127 у новій редакції наказу МОН України від 02.07.2009 №616).
3. Лист МОН України «Щодо планування діяльності, ведення документації і звітності усіх ланок психологічної служби системи освіти України» (27.08.2000 № 1/9 – 352).
4. Про затвердження Положення про психологічний кабінет дошкільних, загальноосвітніх та інших навчальних закладів (№ 691 від 19.10.2001).
5. Положення про експертизу психологічного і соціологічного інструментарію, що застосовується в навчальних закладах Міністерства освіти і науки України (наказ МОН України від 20.04 2001р. №330).
6. Лист Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України «Про перелік діагностичних методик щодо виявлення та протидії домашньому насильству відносно дітей» (30.10.2018 № 1/9-656)

Підручники:

1. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
2. Риженко М. Ю. Психологія ризику : підручник. Київ ; Центр навчальної літератури, 2019.

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали:

1. Агапова І. П. Психологія прийняття рішень : навч. посіб.: Київ : Каравела, 2018.
2. Булах І.С. Психологія життєвих криз особистості : навч. посіб. Вінниця: «Нілан-ЛТД», 2015. С. 8-35.
3. Васьківська С. В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. К. : Четверта хвиля, 2004. 256 с.
4. Коваль І. С., Шибрук О. В. Методичні рекомендації на тему: «Телефонне консультування як екстрена психологічна допомога». Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, Львів. 2014 р. 29 с.
5. Магдисюк Л. І. Основи психологічного консультування : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 360 с.
6. Панок В. Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультування : навч. посібник / В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. – Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.
7. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. / Уклад. О. Ю. Овчаренко. К. : Університет «Україна», 2023. 266 с
8. Федоренко Р. П., Шкарлатюк К. І. Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. III - IV рівнів акредитації. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. 199 с.

Інші джерела:

1. Афанасьєва Н.Є. Психологічне консультування представників екстремальних професій: теорія, методологія, практика: монографія. Х.: НУЦЗУ, 2017. 315 с.
2. Бондзик Д. Психологічні концепції ризику та ризикованої поведінки. Scientific Bulletin of Kherson State University Series Psychological Sciences. 2025. 56-63 с.
3. Гусєв А. И. Толерантність до невизначеності як чинник розвитку ідентичності особистості : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2009. 233 с.

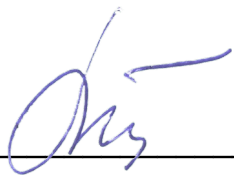
4. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
5. Кощинець В. В., Галич М. Ю. Особливості надання екстреної психологічної допомоги за різних психофізіологічних реакцій особи. *Ůridiřna psiřologiâ*. 2020. № 2 (27). с. 54-60.
6. Лазос Г. Професійні ризики в роботі психолога з постраждалими внаслідок травматичних подій. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 2015. (2), 68-75.
7. Лісова О. С. Психологія суїцидальної поведінки Чернівці : АНТ Лтд, 2004. 233 с.
8. Макаревич О.П. Психологія регуляції поведінки особистості у складних ситуаціях; К.: Оріяни, 2001. 223 с.
9. Мельник Ю. В. Психологічна характеристика ситуації невизначеності в життєвому просторі особистості. ГАБІТУС. Загальна психологія. Історія психології. Вип.21. 2021. с. 83-87.
10. Пашко Т., Гліченко О. Телефонне консультування : Пам'ятка для працівників на місцях / за ред. В. Чернобровкіної ; Нац. ун-т «КиєвоМогилянська академія». Київ : НаУКМА, 2023. 16 с.

Інтернет-ресурси:

1. Гершанов О. Основи роботи з травмою. URL: <https://rm.coe.int/osnovu-raboty-z-travmoi-ukr/1680a035d8>
2. Кризове психологічне консультування в умовах війни. Серія лекцій від М. Шкробута, 2024 р. URL: <https://christian-psychology.org.ua/kryzove-psychologichne-konsultuvannya-v-umovah-vijny-seriya-lekcij/>
3. Перша психологічна допомога: онлайн-курс URL: <https://prometheus.org.ua/prometheus-free/first-psychological-aid/>

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології, протокол від «19» серпня 2025 року № 1.

Завідувач кафедри



Людмила ПРИСНЯКОВА

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

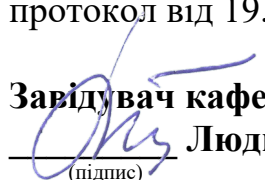
**ПЛАНІ СЕМІНАРСЬКИХ (ПРАКТИЧНИХ) ЗАНЯТЬ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Теорія та практика психологічного консультування в умовах
невизначеності та ризику**

Освітній ступінь	(назва навчальної дисципліни)		
	магістр	Спеціаліст	С4 Психологія
	Б		
	(назва ступеня вищої освіти)		(шифр і назва)
Освітня програма	«Психологія»		
	(назва, дата і № наказу про затвердження ОП)		
	наказ від 24.04.2025 № 32-02		
Форма навчання	денна		
	(денна/заочна)		
	у 2025/2026 навчальному році		

Плани семінарських (практичних)
занять обговорені та схвалені на
засіданні кафедри психології
протокол від 19.08.2025 №1

Завідувач кафедри


(підпис) Людмила ПРИСНЯКОВА

Теорія та практика психологічного консультування в умовах невизначеності та ризику // Плани семінарських (практичних) занять для денної форми навчання. Дніпро: ВВПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2024. 16 с.

РОЗРОБНИК(-И):

Гарець Н. О., старший викладач кафедри психології

ТЕМА 1. ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Семінарське заняття №1 – 2 год.

План

1. Теорії особистості та практика консультування.
2. Етичні принципи та проблеми психологічного консультування.
3. Вимоги до особистості консультанта.
4. Модель ефективного консультанта.
5. Система цінностей консультанта.
6. Вплив професійної діяльності на особистість консультанта.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню: психологічне консультування, психолог-консультант, психотерапія, психоаналіз, конфіденційність, обізнана згода, етичний кодекс, емоційне вигорання, вторинна травматизація.

Практичне заняття № 1– 2 год.

План

1. Вирішення етичних дилем в роботі психолога.
Приклади дилем:
А: Протягом кількох зустрічей клієнт відчув зростаючу довіру до психолога, теплі та дружні почуття. В одну із зустрічей він запрошує психолога на сімейне свято.
Б: При консультуванні підлітка настав час для батьківської зустрічі. На ній батьки прагнуть дізнатися якомога більше про те, що казав син, «слово в слово».
В: Психолог працює з сімейною парою, але один із партнерів прагне паралельно мати і індивідуальну терапію із ним, посиляючись на «особливий зв'язок» із терапевтом.
Г: До шкільного психолога звернувся вчитель першого класу, який переймається проблемами успішності окремих учнів шестирічного віку. Складна навчальна програма не дається дітям в силу слабкості довольної регуляції пізнавальних процесів, однак адміністрація школи вимагає зростання якісних показників успішності, в той же час батьки дітей ставлять питання про позаурочне репетиторство за додаткову платню.
Д: За консультацією звернулася клієнтка, яка одночасно є студенткою вузу, у якому викладає психолог. Клієнтка стверджує, що ніхто крім цього конкретного консультанта не в змозі їй допомогти. Його компетентність і ті довірчі стосунки, які склалися між ними – запорука успіху консультації.
2. Брейн-шторм «Необхідні якості для психолога»

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття: **уміння:** використовувати знання стосовно етичних принципів у прийнятті рішень; орієнтуватися в теоретичних основах практичної роботи психолога-консультанта. **Навички:** вирішення етичних дилем; планування професійного розвитку та профілактики негативних впливів професійної діяльності на особистість психолога.

Завдання для самостійної роботи до Тем 1:

Створіть презентацію на одну із тем:

1. «Емоційне вигорання в роботі психолога та його профілактика»
2. «Вторинна травматизація осіб допомагаючих професій»

Індивідуальні завдання до Тем 1:

1. Прочитайте та законспекуйте основні ідеї статті Чуніхіної С. Етичні дилеми кризової психологічної допомоги під час війни URL: https://www.researchgate.net/publication/366201440_Eticni_dilemi_krizovoi_psiho_logicnoi_dopomogi_pid_cas_vijni

ТЕМА 2. ОСНОВНІ ЕТАПИ ТА МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Семінарське заняття №2 – 2 год.

План

1. Навички підтримання консультативного контакту.
2. Оцінка проблем клієнтів.
3. Процедура та техніки консультування.
4. Основні етапи консультації.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:
консультативний контакт, методи консультування, етапи консультації, активне слухання, техніка постановки питань.

Практичне заняття №2 – 2 год.

План

1. Опанування методу активного слухання.
2. Опанування принципів перефразування, ехо-техніки, резюмування.
3. Техніки постановки питань.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття. Уміння: використовувати основні методи психологічного консультування. Навички: активно слухати; формулювати питання; резюмувати; перефразувати, зберігаючи основну думку клієнта.

Завдання для самостійної роботи до Тем 2:

1. Проаналізуйте та порівняйте 2-3 погляди стосовно основних етапів консультації.
2. Складіть порівняльну таблицю відповідності методів консультації та основних етапів їх застосування.

Індивідуальні завдання до Теми 2:

1. Оберіть не менше ніж 10-ти хвилинний епізод консультації, представлений в популярній культурі. Проаналізуйте та опишіть методи та техніки, використані консультантом. Доведіть їх доцільність та ефективність в даному епізоді.

ТЕМА 3. ПРОБЛЕМА НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА РИЗИКУ В СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Семінарське заняття №3 – 2 год.

План

1. Психологічний зміст поняття невизначеності.
2. Прийняття рішень в умовах невизначеності.
3. Психологічний зміст поняття ризику та ризикованої поведінки.
4. Індивідуальні чинники схильності до ризикованої поведінки.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:
невизначеність, ризик, толерантність до невизначеності.

Практичне заняття № 3– 2 год.

План

1. Діагностика схильності до ризику.
2. Діагностика толерантності до невизначеності.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття: уміння: визначати індивідуальні особливості сприйняття невизначеності та схильності до ризику. Навички: використання об'єктивних методів визначення особливостей сприйняття невизначеності та ризику.

Завдання для самостійної роботи до Теми 3:

1. Виконайте доповідь та презентацію на одну із тем:
 - а) «Професійні ризики в професії психолога»
 - б) Індивідуальні чинники схильності до ризику
 - в) Особистість як суб'єкт ситуації ризику

Індивідуальні завдання до Теми 3:

1. Ознайомтеся із статтею: Лазос Г. Професійні ризики в роботі психолога з постраждалими внаслідок травматичних подій. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 2015. (2), 68-75.

Складіть конспект за ключовими ідеями.

ТЕМА 4. КРИЗОВЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ

Семінарське заняття №4 – 2 год.

План

1. Загальна типологія кризових станів.
2. Кризові стани за П.П. Горностаєм.
3. Стратегії психосоціальної допомоги в умовах кризи.
4. Дослідження кризових станів.
5. Кризова інтервенція.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню: криза, нормативна криза, ненормативна криза, кризовий стан, інтервенція, дебрифінг.

Практичне заняття № 4– 2 год.

План

1. Ознайомлення із структурою дебрифінгу.
2. Складання сценарію дебрифінгу.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття: уміння: визначати теоретичні основи уявлень про сутність криз; визначати ознаки кризового стану особистості. Навички: планування та розробка методів кризової інтервенції.

Завдання для самостійної роботи до Теми 4:

Підготуйте презентацію та доповідь на одну із тем:

- а) Психологічний дебрифінг як форма кризової інтервенції.
- б) Втрата як причина життєвої кризи.
- в) Горе як реакція людини на втрату.

Індивідуальні завдання до Теми 4:

1. Знайдіть та порівняйте різні рекомендації стосовно психологічної допомоги особистості, що переживає втрату (не менше 200 слів).

ТЕМА 5. РОБОТА З ТРАВМОЮ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Семінарське заняття №5 – 2 год.

План

1. Гостра стресова реакція.
2. Основи надання допомоги в гострому періоді травми.
3. Гострий стресовий розлад.
4. Посттравматичний стресовий розлад.
5. Методологія роботи з травмою.
6. Мультимодальна модель подолання basic ph.
7. Відновлення безперервності життя.

8. Основні складові консультативної та терапевтичної роботи з травмою.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню: психологічна травма, гостра стресова реакція, гострий стресовий розлад, ПТСР.

Практичне заняття № 5– 2 год.

План

1. Психоедукація та робота з моделлю basic ph.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття: уміння: виявляти ознаки психологічної травми особистості, враховувати їх при плануванні психологічної допомоги. Навички: оволодіти елементами консультативної роботи з травмою.

Завдання для самостійної роботи до Тем 5:

1. Підготуйте презентацію та доповідь на тему «Принципи та методи першої психологічної допомоги».

Індивідуальні завдання до Тем 5:

1. Знайдіть та проаналізуйте мінімум 2 моделі роботи із психологічною травмою.
2. Підготуйте есе-аналіз (не менше 200 слів) на тему «Підходи до роботи із дитячими травмами клієнта»

ТЕМА 6. КОНСУЛЬТУВАННЯ З ПРОБЛЕМ ТРИВОГИ ТА СТРАХУ

Семінарське заняття №6 – 2 год.

План

1. Страх та його психологічне розуміння.
2. Теорії виникнення страху.
3. Консультування клієнтів з проблемами страхів та фобій.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню: тривога, тривожність, страх, фобія, особистісна тривожність, ситуативна тривожність.

Практичне заняття № 6– 2 год.

План

1. Методи діагностики рівня тривоги.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття: уміння: аналіз та добір методик згідно до мети дослідження; аналізувати та інтерпретувати отримані дані. Навички:

написання психологічного заключення за результатами проєктивного методу діагностики агресивності

Завдання для самостійної роботи до Теми 6:

1. Підготуйте презентацію та доповідь на одну із тем:
 - а) «Види фобій»
 - б) Психологічна допомога при наявності фобій: систематична десенсибілізація, експозиція.

Індивідуальні завдання до Теми 6:

1. Порівняйте погляди на природу тривоги представників психоаналітичного (З. Фройд, А. Адлер, К. Хорні) та екзистенційного (Р. Мей, В. Франкл) напрямків.
2. Опишіть 5-6 технік релаксації, які можуть використовуватися для зниження тривоги. Проаналізуйте їх ефективність.

ТЕМА 7. ПСИХОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА РИЗИКУ

Семінарське заняття №7 – 2 год.

План

1. Поняття копінг-стратегій, відмінність від механізмів психологічного захисту.
2. Поняття стресостійкості та резильєнтності.
3. Поняття та критерії соціальної адаптації.
4. Місце психодіагностики в процесі психологічної консультації.
5. Візуальна діагностика.

***Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:** психодіагностика, копінг-стратегії, механізми психологічного захисту, стресостійкість, резильєнтність, соціальна адаптація.*

Практичне заняття № 7– 2 год.

План

1. Опанування методиками:
 - Шкала резилієнс Коннора-Девідсона (K. Connor, J. Davidson, 2003).
 - Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10.
 - Опитувальник професійної життєстійкості (Коун О.).
 - Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Т.Холмса і Р.Паге (Social Readjustment Rating Scale, SRRS).

***Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:** уміння: добір психодіагностичного інструментарію виходячи із особливостей ситуації консультування. Навички: використання відповідного психодіагностичного інструментарію; формулювання психодіагностичного висновку.*

Завдання для самостійної роботи до Теми 7:

1. Підготуйте доповідь на тему: «Переваги та недоліки комп'ютеризованих тестів»
2. Виконайте добірку (2-4) методик для визначення:
 - а) особливостей копінг-поведінки;
 - б) особливостей соціально-психологічної адаптації;
 - в) особливостей емоційного стану та настрою.

Завдання для індивідуальної роботи до Теми 7:

Складіть аналіз-есе (не менше 200 есе) про переваги та недоліки використання психологічної діагностики під час консультацій. Обґрунтуйте, на якому етапі та за яких умов психодіагностика клієнта може бути використана з найбільшою користю.

ТЕМА 8. ОСОБЛИВОСТІ КРИЗОВОГО ТЕЛЕФОННОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

Семінарське заняття №8 – 2 год.

План

1. Мета та завдання телефонного консультування.
2. Вимоги до телефонного консультанта.
3. Алгоритм телефонного консультування.
4. Базові навички телефонного консультанта.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:
телефонне консультування, телефонний консультант.

Практичне заняття № 8– 2 год.

План

1. Використання кейс-методу: складання та аналіз алгоритму телефонного консультування в умовах невизначеності та ризику.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття: Уміння: визначення психологічної сутності проблеми клієнта, аналіз та вибір алгоритму дій; врахування вікових, етичних та індивідуальних особливостей клієнта. Навички: критичний аналіз методів та технік консультування на різних етапах консультації, обґрунтування вибраного інструментарію відповідно до визначених завдань.

Завдання для самостійної роботи до Теми 8:

1. Запропонуйте алгоритм телефонної розмови в ситуації сексуального насилля.
2. Запропонуйте алгоритм телефонної розмови в ситуації втрати.
3. Особливості роботи із суїцидальними абонентами.

Завдання для індивідуальної роботи до Теми 8:

1. Порівняйте та проаналізуйте спільні та відмінні риси очного консультування, онлайн консультування та телефонного консультування, користуючись таблицею:

	Очне консультування	Онлайн консультування	Телефонне консультування
Доступність та зручність			
Роль невербальної комунікації			
Вимоги до психолога			
Конфіденційність та безпека			
Розуміння емоцій та довіра			
Вартість та економічна доступність			

2. Підготуйте графічно насичений буклет із 5-7 контактами безкоштовної психологічної допомоги і коротким роз'ясненням.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Рекомендована література до Теми 1:

Основні нормативні акти [1-6]

Підручники [1, 2]

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали [3, 5,6,8]

Інші джерела [1]

Інтернет-ресурси [1-3]

Рекомендована література до Теми 2:

Основні нормативні акти [1-6]

Підручники [1, 2]

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали [3, 5,6,8]

Інші джерела [1]

Інтернет-ресурси [1,2]

Рекомендована література до Теми 3:

Основні нормативні акти [1-6]

Підручники [1,2]

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали [1]

Інші джерела [2,3,6,9]

Інтернет-ресурси [1,3]

Рекомендована література до Теми 4:

Основні нормативні акти [1-6]

Підручники [1,2]

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали [2,7]

Інші джерела [4,5,8,9]

Інтернет-ресурси [1-3]

Рекомендована література до Теми 5:

Основні нормативні акти [1-8]

Підручники [1,2]

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали [2,7]

Інші джерела [4,5,8,9]

Інтернет-ресурси [1,2]

Рекомендована література до Теми 6:

Основні нормативні акти [1-6]

Підручники [1,2]

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали [3, 5,6,8]

Інші джерела [1]

Інтернет-ресурси [1,3]

Рекомендована література до Теми 7:

Основні нормативні акти [1-6]

Підручники [1,2]

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали [6]

Інші джерела [4]

Інтернет-ресурси [2,3]

Рекомендована література до Теми 8:

Основні нормативні акти [1-6]

Підручники [1,2]

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали [4,5,8]

Інші джерела [5-7,9]

Інтернет-ресурси [1,2]

ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Сутність психологічного консультування.
2. Визначення і цілі психологічного консультування.
3. Психологічне консультування та психотерапія.
4. Теорії особистості та практика консультування.
5. Структура процесу консультування.
6. Етичні принципи та проблеми психологічного консультування.
7. Прикладні аспекти консультування.
8. Роль та місце консультанта у консультуванні.
9. Вимоги до особистості консультанта.
10. Модель ефективного консультанта.
11. Система цінностей консультанта.
12. Вплив професійної діяльності на особистість консультанта.
13. Визначення консультативного контакту.
14. Терапевтичний клімат.
15. Фізичні компоненти терапевтичного клімату.
16. Емоційні компоненти терапевтичного клімату.
17. Навички підтримання консультативного контакту.
18. Оцінка проблем клієнтів.
19. Процедура та техніки консультування.
20. Основні етапи консультації.
21. Психологічний зміст поняття невизначеності.
22. Прийняття рішень в умовах невизначеності.
23. Психологічний зміст поняття ризику та ризикованої поведінки.
24. Індивідуальні чинники схильності до ризикованої поведінки.
25. Консультування тривожних клієнтів.
26. Консультування клієнтів з проблемами страхів.
27. Консультування клієнтів з суїцидальними думками.
28. Поняття кризи та кризового стану.
29. Нормативні та ненормативні кризи.
30. Особливості проживання кризового періоду.
31. Консультування з приводу втрати, горювання.
32. Загальна типологія кризових станів
33. Кризові стани за П.П. Горностаєм
34. Стратегії психосоціальної допомоги
35. Дослідження кризових станів
36. Кризова інтервенція
37. Психологічний дебрифінг як форма кризової інтервенції
38. Втрата як причина життєвої кризи.
39. Горе як реакція людини на втрату
40. Психологічна травма та її особливості.
41. Допомога людині з психологічною травмою.
42. Мета та завдання телефонного консультування
43. Вимоги до телефонного консультанта

44. Алгоритм телефонного консультування
45. Базові навички телефонного консультанта
46. Визначення «травма» та «травматична подія».
47. Гостра стресова реакція.
48. Основи надання допомоги в гострому періоді травми.
49. Гострий стресовий розлад.
50. Посттравматичний стресовий розлад.
51. Методологія роботи з травмою.
52. Мульти模альна модель подолання basic ph.
53. Психоедукація та робота з моделлю basic ph.
54. Відновлення безперервності життя.
55. Основні складові консультативної та терапевтичної роботи з травмою.
56. Методи психологічної діагностики в умовах невизначеності та ризику.

ІНФОРМАЦІЙНЕ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Основні нормативні акти:

1. Європейська соціальна хартія від 18 жовтня 1961 року.
2. Декларація прав дитини від 20 листопада 1959р.
3. Конвенція ООН про права дитини від 2.09. 1990 р.
4. Закон України „Про охорону дитинства” від 26.04.2001 р.
5. Закон України від 07.12.2017 № 2229-VIII «Про запобігання та протидію домашньому насильству»
6. Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я»
7. (№ 2801-ХІІ від 19.11.1992 р.)

Постанови, інші рішення, роз'яснення судів (Конституційного, Верховного):

1. Постанова Кабінету Міністрів України 1993-11-03 №896 «Про Державну національну програму «Освіта» («Україна ХХІ століття»)
2. Положення про психологічну службу системи освіти України (03.05.99, № 127 у новій редакції наказу МОН України від 02.07.2009 №616).
3. Лист МОН України «Щодо планування діяльності, ведення документації і звітності усіх ланок психологічної служби системи освіти України» (27.08.2000 № 1/9 – 352).
4. Про затвердження Положення про психологічний кабінет дошкільних, загальноосвітніх та інших навчальних закладів (№ 691 від 19.10.2001).
5. Положення про експертизу психологічного і соціологічного інструментарію, що застосовується в навчальних закладах Міністерства освіти і науки України (наказ МОН України від 20.04 2001р. №330).
6. Лист Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України «Про перелік діагностичних методик щодо виявлення та протидії домашньому насильству відносно дітей» (30.10.2018 № 1/9-656)

Підручники:

1. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
2. Риженко М. Ю. Психологія ризику : підручник. Київ ; Центр навчальної літератури, 2019.

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали:

1. Агапова І. П. Психологія прийняття рішень : навч. посіб.: Київ : Каравела, 2018.

2. Булах І.С. Психологія життєвих криз особистості : навч. посіб. Вінниця: «Нілан-ЛТД», 2015. С. 8-35.
3. Васьківська С. В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. К. : Четверта хвиля, 2004. 256 с.
4. Коваль І. С., Шибрук О. В. Методичні рекомендації на тему: «Телефонне консультування як екстрена психологічна допомога». Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, Львів. 2014 р. 29 с.
5. Магдисюк Л. І. Основи психологічного консультування : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 360 с.
6. Панок В. Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультування : навч. посібник / В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. – Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.
7. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. / Уклад. О. Ю. Овчаренко. К. : Університет «Україна», 2023. 266 с
8. Федоренко Р. П., Шкарлатюк К. І. Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології : навч.посіб. для студ. вищ. навч. закл. III - IV рівнів акредитації. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. 199 с.

Інші джерела:

1. Афанасьєва Н.Є. Психологічне консультування представників екстремальних професій: теорія, методологія, практика: монографія. Х.: НУЦЗУ, 2017. 315 с.
2. Бондзик Д. Психологічні концепції ризику та ризикованої поведінки. Scientific Bulletin of Kherson State University Series Psychological Sciences. 2025. 56-63 с.
3. Гусєв А. И. Толерантність до невизначеності як чинник розвитку ідентичності особистості : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2009. 233 с.
4. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
5. Коцинець В. В., Галич М. Ю. Особливості надання екстреної психологічної допомоги за різних психофізіологічних реакцій особи. Ūridiĉna psiĉologiĉa. 2020. № 2 (27). с. 54-60.
6. Лазос Г. Професійні ризики в роботі психолога з постраждалими внаслідок травматичних подій. Організаційна психологія. Економічна психологія, 2015. (2), 68-75.
7. Лісова О. С. Психологія суїцидальної поведінки Чернівці : АНТ Лтд, 2004. 233 с.
8. Макаревич О.П. Психологія регуляції поведінки особистості у складних ситуаціях; К.: Оріяни, 2001. 223 с.

9. Мельник Ю. В. Психологічна характеристика ситуації невизначеності в життєвому просторі особистості. ГАБІТУС. Загальна психологія. Історія психології. Вип.21. 2021. с. 83-87.

10. Пашко Т., Гліченко О. Телефонне консультування : Пам'ятка для працівників на місцях / за ред. В. Чернобровкіної ; Нац. ун-т «КиєвоМогилянська академія». Київ : НаУКМА, 2023. 16 с.

Інтернет-ресурси:

1. Гершанов О. Основи роботи з травмою. URL: <https://rm.coe.int/osnovu-raboty-z-travmoi-ukr/1680a035d8>

2. Кризове психологічне консультування в умовах війни. Серія лекцій від М. Шкробута, 2024 р. URL: <https://christian-psychology.org.ua/kryzove-psyhologichne-konsultuvannya-v-umovah-vijny-seriya-lekczij/>

3. Перша психологічна допомога: онлайн-курс URL: <https://prometheus.org.ua/prometheus-free/first-psychological-aid/>