Міністерство освіти і науки України

ЛУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІННОВАЦІЙНІ ТРЕНІНГОВІ ТА КОНСУЛЬТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ

Методичні вказівки до практичних занять та самостійної роботи
для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти
освітньої програми «Психологія»
галузі знань С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини
спеціальності С4 Психологія
денної та заочної форм навчання

Луцьк 2025

УДК 159.9 (07)
І - 66
До друку
Голова вченої ради факультету цифрових, освітніх та соціальних технологій ЛНТУ _____Г.А. Герасимчук

Затверджено вченою радою факультету цифрових, освітніх та соціальних технологій ЛНТУ, протокол № __ від «__»_____ 2025 року

Електронна копія друкованого видання передана для внесення в репозитарій ЛНТУ
Директор бібліотеки _____ Поліщук Наталія Петрівна

Рекомендовано до видання на засіданні кафедри соціогуманітарних технологій ЛНТУ, протокол № __ від _____2025 року.
Завідувач кафедри соціогуманітарних технологій _____ О.М. Жук

Укладач: _____ К.І. Шкарлатюк, кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціогуманітарних технологій ЛНТУ
Рецензент: _____ А.М. Губіна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри іноземної та української філології ЛНТУ

Відповідальний за випуск: _____ О.М. Жук, кандидат історичних наук, доцент кафедри соціогуманітарних технологій ЛНТУ

І - 66 **Інноваційні тренінгові та консультаційні технології**: методичні вказівки до практичних занять та самостійної роботи для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти освітньої програми «Психологія» галузі знань С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини спеціальності С4 «Психологія» денної та заочної форм навчання / уклад. К.І. Шкарлатюк. Луцьк : відділ іміджу та промоцій ЛНТУ, 2025. 52 с.

Методичні рекомендації спрямовані на допомогу студентам денної та заочної форм навчання за спеціальністю С4 «Психологія» в підготовці практичної та самостійної роботи і містять різноманітні форми та методи навчальної роботи, що сприяє їх самоосвіті і формуванні професійних умінь і навичок, необхідних у професійній діяльності. Для перевірки засвоєних знань запропоновано тестові завдання.

© Шкарлатюк К.І. 2025

ПЕРЕДМОВА

Трансформаційні процеси в сучасному суспільстві, стрімкий розвиток соціальних інституцій, бізнесу та освіти висувають принципово нові вимоги до професійної підготовки практичного психолога. Сьогоднішній фахівець - це гнучкий, внутрішньо мотивований практик, здатний оперативно реагувати на запити клієнтів, інтегрувати інноваційні технології у свою діяльність та ефективно керувати груповою динамікою.

Навчальна дисципліна «Інноваційні тренінгові та консультаційні технології» посідає чільне місце у системі підготовки майбутніх психологів, оскільки виступає містком між академічною теорією та живою практичною взаємодією. Запропоновані методичні рекомендації покликані стати для здобувачів освіти надійним навігатором у просторі вивчення цього курсу, систематизувати процес підготовки до занять та оптимізувати позааудиторну роботу.

Логіка побудови методичних рекомендацій підпорядкована головній меті дисципліни - формуванню цілісної системи професійних компетенцій щодо проектування, організації та проведення сучасних психологічних тренінгів, а також надання висококваліфікованих консультаційних послуг.

Курс «Інноваційні тренінгові та консультаційні технології» спрямований на формування компетенцій щодо розробки та проведення сучасних тренінгів і надання консультаційних послуг. Учасники вивчають сучасні методи індивідуальної та групової роботи, організацію та специфіку ведення психотренінгових груп, психологію роботи в освіті та бізнесі, а також інструменти профілактики професійного вигорання.

Мета - підготовка спеціалістів до ефективної тренінгової та консультаційної діяльності з використанням інноваційних психологічних технологій.

Саме тому сучасний психолог повинен мати високий рівень теоретичної підготовки, внутрішню мотивацію та готовність до взаємодії із різними категоріями клієнтів. Представлено основні різновиди професійної діяльності психолога, розкрито сфери

професійної діяльності, форми організації професійної взаємодії, визначено місце наукових досліджень у діяльності психолога.

У фокусі уваги - практичне застосування напрямів роботи психолога (просвітницький, профілактичний, консультативний, психодіагностичний, психокорекційний); етичні принципи діяльності психолога, документи, що регламентують його роботу, етичний кодекс, стандарти професійної взаємодії; аналіз досвіду провідних професійних міжнародних і вітчизняних асоціацій, зокрема діяльність наукових установ, що провадять і координують психологічну діяльність в Україні; вивчення особливостей професійної підготовки психологів, зокрема загальним і професійним компетентностям, перспективам професійного зростання; інформація про ризики професії: професійну деформацію та професійне вигорання.

Завдання вивчення дисципліни передбачають формування здатності самостійно проектувати тренінги, використовувати інноваційні методи взаємодії, проводити індивідуальні та групові консультації, застосовувати технології психологічної допомоги.

Викладання дисципліни здійснюється шляхом читання лекцій, проведення практичних занять, самостійної роботи і написання рефератів, що містять аналіз ступеня висвітлення певного питання в підручниках та наукових дослідженнях.

Підготовка до практичного заняття передбачає опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу; пошук додаткових джерел інформації по темі практичного заняття в друкованому вигляді (монографії, науково-популярні видання, наукові та популярні статті) – в бібліотеках та в електронному вигляді – в мережі INTERNET; розширення кола використовуваних джерел: використання науково популярних фільмів, телепередач, аудіо записів, художніх фільмів – з обов'язковим записом на електронні носії та анотуванням щодо змісту і можливостей використання; складання конспектів (з дотриманням правил конспектування та чіткими посиланнями на літературу), структурних схем по темі практичного заняття. Самостійна робота спрямована на опрацювання тих питань теми, що не висвітлювалися в лекціях та не опрацьовувалися на практичних заняттях: у формі детального конспекту першоджерела чи

реферативного повідомлення, що містить аналіз ступеня висвітлення певного питання в підручниках та наукових дослідженнях.

Самостійна робота здобувача освіти є одним із способів активного, цілеспрямованого набуття нових для нього знань та умінь; є основою його підготовки як фахівця, забезпечує набуття прийомів пізнавальної діяльності, інтерес до творчої роботи, вирішення наукових та практичних завдань.

Самостійна робота є формою індивідуальної позааудиторної роботи здобувача освіти, метою якого є самостійне засвоєння частини програмного матеріалу, систематизація, поглиблення, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань, розвиток навичок самостійної роботи.

Самостійну роботу здобувач освіти може виконувати у бібліотеці, лабораторіях, комп'ютерних класах тощо. Виконання здобувачем освіти самостійної роботи передбачає, за необхідності, отримання консультацій та/або допомоги відповідного фахівця. Навчальний матеріал для самостійної роботи виноситься на поточний і підсумковий контроль разом з навчальним матеріалом, який опрацьовувався під час проведення аудиторних занять.

Основні види самостійної роботи здобувача освіти: опрацювання навчального матеріалу, пошук інформації в бібліотеках, мережі Інтернет, використання баз даних інформаційно-пошукових та довідникових систем; підготовка до аудиторних занять, опрацювання інструкцій і методичних рекомендацій; підготовка доповідей, рефератів; виконання індивідуальних завдань; самооцінювання знань і умінь; наукова робота (написання наукової публікації, тез доповідей, есе тощо) тощо.

Питання та завдання самостійної роботи формуються на початку викладання навчальної дисципліни залежно від мети наукових досліджень здобувача освіти та його індивідуального навчального плану.

Мультимедійний контент: новацією курсу є залучення до навчального процесу науково-популярних і художніх фільмів, телепередач та аудіоматеріалів. Обов'язковою умовою є їх фіксація на електронних носіях та анотування, що розвиває аналітичні здібності майбутнього психолога.

Науково-дослідницький складник: виконання індивідуальних завдань, написання есе, тез доповідей та наукових публікацій, що адаптовані до індивідуальних навчальних планів та наукових інтересів здобувачів. Практичні та творчі завдання (проблемні ситуації): моделювання реальних кейсів із психологічної практики, які вчать застосовувати теоретичні знання у нестандартних ситуаціях взаємодії з клієнтом. Теми рефератів і доповідей: завдання для обов'язкової аналітичної роботи з першоджерелами.

Тестовий контроль: завдання для оперативного моніторингу якості засвоєння знань.

Використання цих методичних рекомендацій сприятиме оптимізації освітнього процесу, забезпечить формування здатності самостійно проектувати тренінгові програми та здійснювати ефективне психологічне консультування на високому професійному рівні. Вивчення дисципліни «Інноваційні тренінгові та консультаційні технології» супроводжується проведенням контролю за якістю отриманих студентами знань, навичок та вмінь, здійснюється викладачами під час практичних занять, індивідуальних контрольних співбесід. Головною метою практичних, самостійних занять є поглиблення теоретичних знань, удосконаленням практичних навичок та вмінь психолога.

Завершується викладання дисципліни для студентів спеціальності «Психологія» іспитом.

Найменування та опис компетентностей, формування яких забезпечує вивчення дисципліни «».

Інтегральна компетентність

Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.

Загальні компетентності:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

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

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

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.

2.4. Передумови для вивчення дисципліни

Для освоєння студентами необхідних теоретичних знань та отримання практичних навичок необхідно опрацювати дисципліни гуманітарного циклу.

2.5. Результати навчання

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач освіти повинен:

ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПР3. Узагальнювати емпіричні дані та формулювати теоретичні висновки.

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.

ПР7. Доступно і аргументовано представляти результати досліджень у писемній та усній формах, брати участь у фахових дискусіях.

ПР12. Здійснювати аналітичний пошук відповідної до

сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.

ПР13. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Технології проведення тренінгу

Тема 1. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології

Психологічний тренінг як форма інтерактивного навчання. Організаційні та методичні аспекти підготовки психологічного тренінгу Специфіка підготовки тренінгового заняття як динамічної форми навчання. Етапи підготовки тренінгового навчання. Організаційні аспекти проведення соціально-психологічного тренінгу. Методика підготовки тренінгу. Види та класифікації тренінгів. Основні класифікації тренінгів (тренінг особистісного росту, навчальний тренінг, організаційний тренінг, тренінг спілкування, аутотренінг, груповий тренінг, навчальний тренінг).

Література: [1-22]

Тема 2. Структура та основні положення тренінгового заняття

Основні етапи проведення тренінгових занять, правила організації та проведення кожного етапу. Початок психологічного тренінгу. Основна частина проведення навчання. Завершення роботи тренінгу. Основні принципи роботи тренінгової групи. Структура тренінгової групи. Групова динаміка та етапи тренінгового процесу. *Література: [1-22]*

Література: [1-22]

Тема 3. Методи оцінки ефективності проведення тренінгового заняття

Основна мета оцінювання ефективності тренінгового заняття. Критерії оцінювання ефективності тренінгового заняття. Показники оцінки ефективності тренінгу: рівень знань учасників, реакція аудиторії, використання учасниками набутих знань у практичній

роботі. Основні методики оцінки ефективності проведення тренінгового заняття: спостереження у ході роботи, листок спостереження; проговорення учасниками вражень від певного етапу навчання; оцінка роботи тренера; опитування – вхідна та вихідна анкета.

Література: [1-22]

Тема 4. Тренінг партнерського спілкування

Поняття партнерського спілкування. Мета та завдання тренінгу партнерського спілкування: формування в учасників тренінгу умінь і навичок спілкування, а також установок, необхідних для успішного спілкування (визнання цінності особистості іншої людини, орієнтація на взаєморозуміння у процесі спілкування, прийняття до уваги інтересів партнера). Приблизна схема і сценарій проведення тренінгу. Вправи, спрямовані на розвиток навичок партнерського спілкування.

Література: [1-22]

Тема 5. Тренінг ділового спілкування

Поняття ділового спілкування. Особливості ділового спілкування (цілеспрямованість, регламентованість, відповідальність). Види ділового спілкування: представницьке, пізнавальне, переконливе, експресивне, сугестивне, ритуальне. Управлінське спілкування як особливий вид ділового спілкування. Мета і завдання тренінгу ділового спілкування: підвищення ефективності взаємодії з діловими партнерами; освоєння концепції комунікативної компетентності у партнерській взаємодії, відпрацювання навичок встановлення контакту, навичок активного слухання, технік зниження емоційної напруги. Приблизна схема й сценарій проведення тренінгу. Вправи, спрямовані на розвиток навичок ділового спілкування

Література: [1-22]

Тема 6. Робота психолога в організаціях

Напрямки та особливості діяльності психолога в організації. Робота з персоналом: прийняття на роботу нового співробітника; зняття емоційної напруги та стресу у членів колективу, оптимізація стосунків у колективі; участь у атестації членів колективу та

прийнятті управлінських рішень тощо. Проблеми діяльності практичного психолога в організації.

Тема 7. Основні напрямки роботи практичного психолога в системі освіти та закладах медицини.

Просвітницька, профілактична, психодіагностична та корекційна робота. Психологічна служба початкової та загальноосвітньої школи, позашкільних та дошкільних закладів, вищих навчальних закладів, навчальних закладів реабілітації неповнолітніх. Проблеми діяльності практичного психолога у закладах освіти. Сімейне консультування.

Основні напрямки роботи психолога-консультанта в закладах медицини. Специфіка підготовки клінічного психолога. Психологічна допомога та психодіагностика в умовах клініки. Робота психолога у психіатричних клініках. Робота з онкологічно хворими. Підготовка до вагітності та народження дитини.

*Література***:** *[1-20]*

Змістовий модуль 2. Технології психологічного консультування

Тема 8. Технологія консультативної взаємодії.

Комунікативні техніки консультативної допомоги. та професійний етикет. Міжособистісне спілкування "психоконсультант-клієнт". Роль діалогу та діалогічної інтенції. Емпатія та її роль у професійному спілкуванні "клієнт-консультант". Діалогічна інтенція та установка на діалог у процесі психоконсультування. Уміння слухати у роботі психоконсультанта. Фактори, що впливають на ефективність психоконсультування. Рекомендації щодо ефективності міжособистісного спілкування "клієнт-психоконсультант".

*Література***:** *[1-20]*

Тема 9. Структура й етапи консультування

Вибір і обладнання приміщення для проведення психологічного консультування. Технічне обладнання психологічних консультацій.

Картотека клієнтів психологічних консультацій. Основні етапи психологічного консультування. Особливості підготовчого етапу консультування. Специфіка етапу «знайомства» у консультуванні. Діагностичний етап консультування. Заключний і контрольний етапи психологічного консультування. Час, необхідний для проведення кожного з етапів консультування. Основні процедури психологічного консультування. Зв'язок процедур консультування з його етапами.

Консультативна бесіда як основний метод роботи психолога-консультанта. Структура бесіди: початок; розпитування клієнта; психокорекційна дія; завершення. Вимоги до діалогу з клієнтом: обмеження ролі консультанта у діалозі; наближення стилю мовлення консультанта до стилю мови клієнта; обмеженість та точність висловлювань консультанта. Вербальний та невербальний контакти з клієнтом. Психодіагностична робота з клієнтом. Застосування методів візуальної психодіагностики у консультативній роботі. Методи соціально-психологічної діагностики організації: спостереження, інтерв'ю, анкетування, соціометрія, тестування.

*Література***:** *[1-20]*

Тема 10. Напрями психологічного консультування

Психодинамічна модель психологічного консультування. Методологічні інновації психоаналізу. Погляди психоаналітиків на генезис неврозу (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер). Механізми консультативної роботи. Технічні прийоми і методи.

Когнітивно-біхевіористичний підхід до консультування. Біхевіористичне консультування. Когнітивне консультування. Раціонально-емоційне поведінкове консультування (РЕПК).

Транзактний аналіз (ТА). Зміст, мета і завдання ТА. Прикладні аспекти ТА. Сучасні техніки ТА. Екзистенційно-гуманістичний підхід до консультування. Гештальт-консультування. Клієнт- центроване консультування. Екзистенційне консультування І. Ялома і Р. Мея. Зміст і методи логотерапії В. Франкла.

*Література***:** *[1-20]*

Тема 11. Специфіка дистанційних видів психологічного консультування

Загальні правила та психотехнічні прийоми телефонного консультування. Техніки, які найчастіше використовують у телефонному консультуванні. Напрямки надання телефонної психологічної допомоги: консультування дітей та підлітків; суїцидальна поведінка; залежна поведінка; душевнохворі; сімейна проблематика; кризові стани. Етапи телефонного діалогу. Класифікація типів звернень до телефонного консультанта. Особливості роботи телефону довіри.

Інтернет-консультування. Визначення, види та особливості Інтернет-консультування. Е-терапія: фокус та особливості. Види та ресурси Е-терапії. Переваги та ризики Інтернет-консультування. Віртуальні психологічні служби. Консультування в умовах війни.

*Література***:** *[1-20]*

Тема 12. Консультування батьків з приводу складнощів у взаєминах із дітьми

Загальні принципи роботи з батьками та педагогами. Алгоритм психологічного консультування батьків. етапи і особливості роботи психолога-консультанта на кожному з них. Проблеми консультування батьків. Скарги батьків на дітей. Труднощі у консультуванні. Батьківські групи. Загальні положення консультування батьків. Психологічний діагноз і прогноз. Корекція позиції батьків стосовно дитини. Корекція стосунків батьків і дитини/дітей. Консультування батьків із приводу проблем і складнощів у житті дитини. Консультування батьків із приводу їхніх власних проблем.

Консультування батьків у немовлячому віці дитини. Консультування батьків у ранньому віці дитини. Консультування батьків у дошкільному віці дитини. Консультування батьків у молодшому шкільному віці дитини. Консультування батьків у підлітковому віці дитини.

*Література***:** *[1-20]*

Тема 13. Спеціальні проблеми психологічного консультування

Проблеми з якими найчастіше звертаються клієнти на психологічну консультацію. Класифікація проблем клієнтів. Особливості консультування тривожних клієнтів. Причини тривожності. Завдання консультанта у роботі з тривожними клієнтами. Суть і зміст поняття «логотерапія». Особливості консультування клієнтів з фобією і страхом. Причини страхів і фобій. Особливості консультування вороже налаштованих і агресивних клієнтів. Причини ворожості і агресивності. Завдання консультанта у роботі з вороже налаштованими і агресивними клієнтами. Особливості консультування невмотивованих клієнтів. Завдання консультанта. Особливості консультування клієнтів з підвищеними вимогами.

*Література***:** *[1-20]*

Тема 14. Особливості психоконсультування клієнтів у кризових станах

Особливості психоконсультування клієнтів із психосоматичними розладами, клієнти із депресією, клієнти із суїцидальними намірами, консультування людей при переживанні втрати. Особливості психоконсультування клієнтів з неадекватною поведінкою. Особливості роботи психолога з клієнтами – жертвами згвалтування. Особливості роботи з різними групами клієнтів в умовах війни.

Література: [1-20]

Тематика практичних занять

Змістовий модуль 1. Технології проведення тренінгу

Практичне заняття

Тема 1. Соціально-психологічний тренінг як метод практичної психології

Мета: проаналізувати особливості соціально-психологічного тренінгу як методу практичної психології.

Питання для обговорення:

Психологічний тренінг як форма інтерактивного навчання. Організаційні та методичні аспекти підготовки психологічного

тренінгу Специфіка підготовки тренінгового заняття як динамічної форми навчання. Етапи підготовки тренінгового навчання. Організаційні аспекти проведення соціально-психологічного тренінгу. Методика підготовки тренінгу. Види та класифікації тренінгів. Основні класифікації тренінгів (тренінг особистісного росту, навчальний тренінг, організаційний тренінг, тренінг спілкування, аутотренінг, груповий тренінг, навчальний тренінг).

Література: [1-22]

Тема 2. Структура та основні положення тренінгового заняття

Мета: проаналізувати структуру та основні положення тренінгового заняття.

Питання для обговорення:

Основні етапи проведення тренінгових занять, правила організації та проведення кожного етапу. Початок психологічного тренінгу. Основна частина проведення навчання. Завершення роботи тренінгу. Основні принципи роботи тренінгової групи. Структура тренінгової групи. Групова динаміка та етапи тренінгового процесу. *Література: [1-22]*

Література: [1-22]

Тема 3. Методи оцінки ефективності проведення тренінгового заняття

Мета: проаналізувати ключові методи оцінки, сформувати навички розробки інструментів зворотного зв'язку та навчити аналізувати результативність навчання для покращення організації і проведення подальших тренінгових програм.

Питання для обговорення:

Основна мета оцінювання ефективності тренінгового заняття. Моделі оцінки. Критерії оцінювання ефективності тренінгового заняття. Показники оцінки ефективності тренінгу: рівень знань учасників, реакція аудиторії, використання учасниками набутих знань у практичній роботі. Основні методики оцінки ефективності проведення тренінгового заняття: спостереження у ході роботи, листок спостереження; проговорення учасниками вражень від певного етапу навчання; оцінка роботи тренера; опитування – вхідна та вихідна анкета.

Література: [1-22]

Тема 4. Тренінг партнерського спілкування

Мета: сформувати уміння розробки та проведення тренінгу партнерського спілкування.

Питання для обговорення:

Поняття партнерського спілкування. Мета та завдання тренінгу партнерського спілкування: формування в учасників тренінгу умінь і навичок спілкування, а також установок, необхідних для успішного спілкування (визнання цінності особистості іншої людини, орієнтація на взаєморозуміння у процесі спілкування, прийняття до уваги інтересів партнера). Приблизна схема і сценарій проведення тренінгу. Вправи, спрямовані на розвиток навичок партнерського спілкування.

Література: [1-22]

Тема 5. Тренінг ділового спілкування

Мета: сформувати уміння розробки та проведення тренінгу ділового спілкування.

Питання для обговорення:

Поняття ділового спілкування. Особливості ділового спілкування (цілеспрямованість, регламентованість, відповідальність). Види ділового спілкування: представницьке, пізнавальне, переконливе, експресивне, сугестивне, ритуальне. Управлінське спілкування як особливий вид ділового спілкування. Мета і завдання тренінгу ділового спілкування: підвищення ефективності взаємодії з діловими партнерами; освоєння концепції комунікативної компетентності у партнерській взаємодії, відпрацювання навичок встановлення контакту, навичок активного слухання, технік зниження емоційної напруги. Приблизна схема й сценарій проведення тренінгу. Вправи, спрямовані на розвиток навичок ділового спілкування

Література: [1-22]

Тема 6. Основи проведення тренінгів в організації

Мета: сформувати уміння розробки та проведення тренінгу в організації.

Питання для обговорення:

Напрямки та особливості діяльності психолога в організації. Робота з персоналом. Зняття емоційної напруги та стресу у членів колективу, оптимізація стосунків у колективі. Конструктивне розв'язання конфліктів**.** Тайм-менеджмент та планування**.** Стресостійкість, життєстійкість та профілактика психоемоційного вигорання**.**

Тема 7. Тренінги соціально-психологічної адаптації для ветеранів

Мета: сформувати уміння розробки та проведення тренінгу для ветеранів війни.

Питання для обговорення:

Професійна адаптація та кар'єра. Розвиток навичок комунікації з військовими у цивільному середовищі. Управління стресом та саморегуляція: техніки стабілізації емоційного стану («заземлення», дихання). Пошук нових сенсів. Посттравматичне зростання.

*Література***:** *[1-20]*

Змістовий модуль 2. Технології психологічного консультування

Тема 8. Технології консультативної взаємодії.

Мета: розкрити особливості технологій психоконсультативної взаємодії та професійного етикету, розвивати вміння розв’язувати психологічні задачі.

Питання для обговорення:

Технології консультативної допомоги. та професійний етикет. Міжособистісне спілкування “психоконсультант-клієнт”. Роль діалогу та діалогічної інтенції. Емпатія та її роль у професійному спілкуванні “клієнт-консультант”. Діалогічна інтенція та установка на діалог у процесі психоконсультування. Уміння слухати у роботі психоконсультанта. Фактори, що впливають на ефективність психоконсультування. Рекомендації щодо ефективності міжособистісного спілкування “клієнт-психоконсультант”.

Література: *[1-20]*

Тема 9. Структура й етапи консультування

Мета: сформувати вміння використання певних процедур на різних етапах психологічного консультування, розкрити специфіку методів психологічного консультування й особливості їх використання, розвивати вміння розв'язувати психологічні задачі.

Питання для обговорення:

Основні етапи психологічного консультування. Особливості підготовчого етапу консультування. Діагностичний етап консультування. Заключний і контрольний етапи психологічного консультування. Основні процедури психологічного консультування. Зв'язок процедур консультування з його етапами. Консультативна бесіда як основний метод роботи психолога-консультанта. Вимоги до діалогу з клієнтом: обмеження ролі консультанта у діалозі; наближення стилю мовлення консультанта до стилю мови клієнта; обмеженість та точність висловлювань консультанта. Психодіагностична робота з клієнтом. Методи соціально-психологічної діагностики: спостереження, інтерв'ю, анкетування, соціометрія, тестування.

Література: *[1-20]*

Тема 10. Напрями психологічного консультування

Мета: узагальнити та систематизувати знання щодо основних напрямів психологічного консультування, розвивати вміння розв'язувати психологічні задачі.

Питання для обговорення:

Психодинамічна модель психологічного консультування. Методологічні інновації психоаналізу. Погляди психоаналітиків на генезис неврозу (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер). Механізми консультативної роботи. Технічні прийоми і методи.

Когнітивно-біхевіористичний підхід до консультування. Біхевіористичне консультування. Когнітивне консультування. Раціонально-емоційне поведінкове консультування (РЕПК). Транзактний аналіз (ТА). Зміст, мета і завдання ТА. Прикладні

аспекти ТА. Сучасні техніки ТА. Екзистенційно-гуманістичний підхід до консультування. Гештальт-консультування. Клієнт- центроване консультування. Екзистенційне консультування І. Ялома і Р. Мея. Зміст і методи логотерапії В. Франкла.
*Література***:** *[1-20]*

Тема 11. Специфіка дистанційних видів психологічного консультування

Мета: сформувати навички дистанційних форм психологічного консультування; розвивати вміння розв'язувати психологічні задачі.

Питання для обговорення:

Цифрова етика психолога. Правила та психотехнічні прийоми телефонного консультування. Техніки, які найчастіше використовують у телефонному консультуванні. Напрямки надання телефонної психологічної допомоги. Етапи телефонного діалогу. Класифікація типів звернень до телефонного консультанта. Особливості роботи телефону довіри.

Інтернет-консультування. Визначення, види та особливості Інтернет-консультування. Переваги та ризики Інтернет-консультування. Віртуальні психологічні служби. Консультування в умовах війни.

*Література***:** *[1-20]*

Тема 12. Технології роботи психолога-консультанта в різних соціальних сферах.

Мета: розглянути основні напрями та особливості діяльності психолога-консультанта в різних соціальних сферах; розвивати вміння розв'язувати психологічні задачі.

Питання для обговорення:

Особливості роботи психолога-консультанта з персоналом організації. Аналіз психологічних проблем, що можуть виникнути при взаємодії членів організації. Розробка та аналіз вправ, які можна використати для покращення психічних станів працівників. Особливості професійної адаптації: психопрофілактика та корекція. Робота психолога щодо раннього розвитку дітей у дошкільних закладах. Проблеми роботи шкільного психолога.

Література: *[1-24]*

Тема 13. Спеціальні проблеми психологічного консультування

Проблеми з якими найчастіше звертаються клієнти на психологічну консультацію. Класифікація проблем клієнтів. Особливості консультування тривожних клієнтів. Причини тривожності. Завдання консультанта у роботі з тривожними клієнтами. Суть і зміст поняття «логотерапія». Особливості консультування клієнтів з фобією і страхом. Причини страхів і фобій. Особливості консультування вороже налаштованих і агресивних клієнтів. Причини ворожості і агресивності. Завдання консультанта у роботі з вороже налаштованими і агресивними клієнтами. Особливості консультування невмотивованих клієнтів. Завдання консультанта. Особливості консультування клієнтів з підвищеними вимогами.

*Література***:** *[1-20]*

Тема 14. Особливості психоконсультування клієнтів у кризових станах

Особливості психоконсультування клієнтів із психосоматичними розладами, клієнти із депресією, клієнти із суїцидальними намірами, консультування людей при переживанні втрати. Особливості психоконсультування клієнтів з неадекватною поведінкою. Особливості роботи психолога з клієнтами – жертвами згвалтування. Особливості роботи з різними групами клієнтів в умовах війни. Посттравматичні стресові розлади: діагностика та надання психологічної допомоги.

Література: [1-20]

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ

1. Який принцип роботи тренінгової групи описано: врахування інтересів, переживань інших учасників взаємодії, визнання цінності особистості іншої людини?

1) принцип дослідницької позиції;
2) принцип активності;
3) принцип партнерського спілкування;
4) принцип щирості;

5) принцип усвідомленої поведінки.

2. Діагностика, терапія, корекція, консультування та профілактика індивідуальних рис, поведінки та розвитку людини – це:

1) функції практичної психології;
2) види діяльності практичного психолога;
3) способи діяльності;
4) завдання практичної психології;
5) методи психології.

3. Оптимальний варіант розміщення учасників психокорекційної групи – це

1) квадрат;
2) клас;
3) шеренга;
4) коло;
5) пари.

4. Використання ігрових механік (балів, рівнів, лідербордів) у неігрових контекстах навчання називається:

1) фасилітація;
2) гейміфікація;
3) модерація;
4) коучинг;
5) цифровізація

5. Яка інноваційна технологія консультування фокусується не на пошуку причин проблеми в минулому, а на конструюванні майбутнього та пошуку ресурсів?

1) психоаналіз;
2) орієнтована на рішення короткострокова терапія;
3) гештальт-терапія;
4) класичний біхевіоризм;
5) футуропрактика.

6. Що таке «мікронавчання» (microlearning) у тренінгових технологіях?

1) тренінг для малих груп (2-3 особи);
2) психологічний онлайн тренінг
3) вивчення міміки та жестів учасників
4) подача матеріалу короткими блоками по 3–7 хвилин;
5) детальний аналіз опрацьованого матеріалу.

7. Взаємопов'язаність учасників групи, що проявляється у відкритості і взаємній довірі одне до одного, у спільній роботі учасників по досягненню подібних цілей – це…

1) групова згуртованість;
2) інтерперсональний вплив;
3) міжособистісна довіра;
4) імітаційна поведінка;
5) розвиток зв'язків і співробітництва

8. Нетривала вправа, що дозволяє кожному учаснику тренінгу виявити активність, призначена для управління груповою динамікою – це…

1) фасилітація;
2) модерація;
3) розминка;
4) релаксація;
5) міні-лекція

9. Який етичний аспект є критично важливим при дистанційному консультуванні?

1) швидкість інтернету;
2) захист персональних даних та конфіденційність каналів зв'язку;
3) якість мікрофона;
4) конгруентність психолога;
5) недирективність консультанта.

10. Технологія mHealth (Mobile Health) у психології фокусується на:

1) створенні спеціальних стаціонарних комп'ютерів для лікарень

2) проведенні операцій на головному мозку

3) використанні мобільних пристроїв для підтримки психічного здоров'я та збору даних

4) вивченні впливу мобільних веж на психіку

5) створення мобільних центрів ментального здоров'я

11. Найважливіші процеси групової динаміки включають:

1) керівництво і лідерство;

2) нормоутворення;

3) згуртування;

4) груповий тиск;

5) всі відповіді правильні.

12. Поведінка, що приймається членами групи й розглядається ними як така, що відповідає груповим інтересам – це…

1) ролі;

2) норми і правила групової роботи;

3) цілі групової роботи;

4) маски;

5) соціальні статуси.

13. Психокорекційна група це –

1) штучно створена мала група, об'єднана цілями міжособистісного дослідження, особистісного научіння, саморозкриття;

2) група людей, що зібрались під керівництвом психолога для проведення психокорекції;

3) робоча група психологів-коректорів;

4) група людей, що здійснюють психокорекцію;

5) природна група осіб, об'єднаних спільними психокорекцій ними інтересами.

14. Відповідно до підходу К. Роджерса, автентичність – це…

1) безумовне прийняття;

2) здатність зрозуміти переживання клієнта;

3) відповідність людини самій собі;

4) незалежність та самостійність у прийнятті рішень;

5) це поняття з іншої психологічної концепції.

15. Вироблення, закріплення ефективних способів поведінки й спілкування під час групової психокорекції – це…

1) вдосконалення соціальних навичок;

2) корекція досвіду первинної сім'ї;

3) імітаційна поведінка;

4) інтерперсональний вплив;

5) інформування.

16. Яка технологічна дія є ключовою на етапі «Дослідження проблеми» (сповідь клієнта)?

1) надання негайних порад та розв'язання проблем;

2) активне слухання, вербалізація почуттів та уточнювальні запитання;

3) інтерпретація дитячих травм без запиту клієнта;

4) проведення складних психометричних тестів;

5) отримання зворотнього зв'язку від клієнта

17. Етап «Психологічного впливу» (інтервенції) вважається успішним у випадку, коли:

1) клієнт погодився з усіма твердженнями психолога;

2) сесія тривала рівно 50 хвилин;

3) відбулася зміна емоційного стану, когнітивних установок або поведінкових патернів;

4) отримано інтерпретацію психометричних тестів;

4) психолог розповів про свій життєвий досвід.

18. Технологія «Домашніх завдань» найчастіше застосовується для:

1) перевірки грамотності клієнта;

2) збільшення вартості консультації;
3) контролю особистого життя клієнта;
4) закріплення результатів сесії та перенесення змін у повсякденне життя;
5) удосконалення навичок самостійної роботи.

19. Технологія «Зворотного зв'язку» (Feedback) у тренінгу має бути:
1) максимально критичною та оціночною;
2) конструктивною, описовою та спрямованою на поведінку, а не на особистість;
3) тільки позитивною, щоб не образити учасника;
4) відсутньою, щоб не порушувати межі;
5) усі відповіді правильні.

20. Феномен «групового опору» на робочому етапі тренінгу найчастіше проявляється через:
1) надмірну активність та виконання всіх завдань раніше часу;
2) запізнення учасників, недоречні жарти або відмову від виконання вправ;
3) швидке встановлення глибоких емоційних контактів;
4) бажання учасників збільшити тривалість тренінгу;
- 5) постійне конспектування слів тренера.

Програма формування професійного іміджу спортивного тренера

Обгрунтування психотренінгової програми

Необхідність формування іміджу тренера обумовлена процесом суспільних змін, що передбачає підвищену увагу до особистості спортивного тренера, заохочення його творчих здібностей, неординарності, креативності. Фактично, багато декларованих ідей і принципів не реалізуються належним чином. Це можна пояснити як складністю та непослідовністю процесу реформування національної освіти в сучасних соціально-економічних

умовах, так і недостатньою увагою до процесу формування особистості та індивідуальності педагога.

Система професійної освіти приділяє достатньо уваги підвищенню кваліфікації педагогічних кадрів, але формування спортивного тренера як гармонійно розвиненого суб'єкта, психічні та інтелектуальні якості якого успішно поєднуються з фізичним, психологічним, соціальним та морально- духовним розвитком, зовнішньою привабливістю, гарними манерами, позитивною та адекватною самооцінкою й розвиненою професійною Я- концепцією, часто залишається поза полем діяльності освітніх організацій. Як один із шляхів гуманізації освіти та підвищення ефективності педагогічної діяльності є формування професійного індивідуального іміджу фахівця.

Узагальнюючи результати наукових пошуків з проблеми іміджу, приходимо до висновку, що: по-перше, імідж розглядається через близькі поняття, такі як образ, уявлення (або образ уявлення) тощо; по-друге, імідж складається у свідомості більшості людей і має характер стереотипу; по- третє, імідж впливає на успішність / неуспішність людини, організації в суспільстві; по-четверте, головною характеристикою іміджу виступає цілеспрямованість його формування, створення або перетворення іміджу професіоналами; по-п'яте, імідж спрямований і пов'язаний з конкретною аудиторією.

В процесі формування професійного іміджу, на нашу думку, необхідно виділити такі етапи:

Перший етап – діагностика та аналіз особистісних характеристик, якостей, усвідомлення Я-образів. Тут необхідно звернути увагу на важливості духовних цінностей та моральних якостей особистості тренера. На цьому етапі збирається інформація про ідеальний образ, який буде діяти як орієнтир у майбутньому.

Другий етап - це вибір характеристик, що відповідають кваліфікації та виду професійної діяльності.

Третім етапом є робота над зовнішнім виглядом. Привабливий зовнішній вигляд, невимушені манери поведінки, посмішка є потужним фактором впливу на оточуючих.

Четвертий етап - робота над удосконаленням комунікативних якостей (мовлення, вміння спілкуватися, говорити перед аудиторією, вміння зацікавити співрозмовника, розвинене почуття гумору тощо).

Як бачимо, іміджестворення - складна, клопітка і необхідна для спортивного тренера, яка так цінується сьогодні в усьому світі. Для створення професійного іміджу фахівцю необхідно визначити свою внутрішню філософію, систему цінностей, сформувати професійну Я концепцію, чітко усвідомлювати та визначати свої професійні ролі.

При використанні вказаних елементів психологічної техніки, перш за все, необхідно зосередитися на її стратегічній спрямованості. Тренеру потрібно не стільки розвивати здатність презентувати себе, скільки здатність бачити та оцінювати себе та інших, важливо усвідомити, що метою розвитку та формування іміджу вчителя є не виховання актора чи вчителя в масці, а вчителя здатного застосувати якості актора, творця, які що повинні проявлятися в залежності від педагогічних завдань, що вирішуються.

Таким чином, спираючись на дані, отримані в ході констатуючого етапу експериментальної роботи, нами був розроблений проект по формуванню іміджу педагога.

Етапи реалізації проекту:

Перший - підготовчий етап:

Обговорення результатів, отримані в ході дослідження іміджу, загальні вимоги, що пред'являються до сучасного педагога.

Створення творчої групи з розробки проекту, що включає в себе необхідні компоненти, визначення термінів реалізації і його учасників.

Другий етап включає в себе реалізацію проекту по формуванню професійного іміджу педагогів. На даному етапі здійснюється проміжний моніторинг задоволеності адміністрації, вихованців, батьків іміджем педагогів, а також проведення самооцінки іміджу тренерів, мета – виявлення ефективності реалізації запропонованого проекту, корекція окремих пунктів його реалізації.

Третій етап включає в себе проведення підсумкового моніторингу ступенем задоволеності адміністрацією, вихованцями,

батьків іміджем педагога, а також проведення самооцінки іміджу тренерів, і визначення труднощів, протиріч в реалізації проекту по формуванню професійного іміджу.

Психотехніки та вправи для формування професійного іміджу тренера

Для актуалізації потреби у формуванні професійного іміджу тренерів можна запропонувати такі види роботи:

Заняття на тему «Поняття і складові іміджу тренера». Мета - розкриття змісту поняття «імідж тренера», головні аспекти іміджу.

Заняття «Через імідж - до успіху» - покаже тренерам необхідність і значимість формування, вдосконалення свого іміджу на прикладі досвіду провідних тренерів.

Для розвитку комунікативної. особистісної та компетентнісної складових іміджу педагога:

- заняття у формі лекції-дискусії «Професійне спілкування як один з головних компонентів іміджу спортивного тренера».

Завдання: - уточнити сутність поняття «педагогічне спілкування»; - дати уявлення про види і форми спілкування; - розкрити значення педагогічного спілкування в створенні іміджу тренера; - уточнити і закріпити знання вимог до вербальних і невербальних форм спілкування; - сприяти формуванню комунікативної компетентності педагогів.

Робота над власною технікою мовлення, розвиток емоційно-мовленнєвої компетентності сприятимуть підвищенню успішності в діяльності тренера. В межах теми також проводяться заходи, які допоможуть вдосконалити навички вербальної та невербальної комунікації:

- семінар-практикум «Перевтілення», який включає в себе такі вправи і завдання: «Емоційна палітра»; «Увійдіть в роль»; «Побудемо артистами»; пантоміма; рольове обговорення; інсценування прислів'їв.

- семінар-практикум «Імпровізація», який включає в себе наступні практичні завдання: імпровізація зі словами; групова розповідь; миттєва реакція; театр.

Обов'язковими умовами при формуванні іміджу педагога є його зовнішній вигляд. Зовнішність має відповідати сучасним

вимогам, вселяти повагу і довіру, його образ повинен служити зразком для наслідування. Для розвитку цієї складової іміджу проводиться:

- лекція-дискусія «Важливість особистісного іміджу в професії педагогів»: думки педагогів про роль зовнішнього вигляду, з залученням психолога з лекцією «Про виховне значення зовнішнього образу тренера»;

- круглий стіл «Стильний тренер»: обговорення одягу, взуття сучасного тренера, запрошення модельєра для рекомендацій по стилю одягу цієї професії;

Для формування навичок самопрезентації творча група може провести тренінг по самопрезентації: оволодіння ефективною поведінковою технікою і основами самопрезентації: вдосконалення в мистецтві публічних виступів; оволодіння культурою поведінки; підвищення рівня компетентності в вирішенні конфліктних ситуацій; оволодіння азами самопрезентації; вміння користуватися механізмами створення позитивного враження.

Зокрема, ефективність процесу формування професійного іміджу спортивного тренера визначається введенням в освітній процес таких психолого- педагогічних умов:

- створення іміджево-формального освітнього середовища для позитивного, мотиваційно-ціннісного ставлення до процесу формування професійного іміджу з метою поглиблення механізмів Я-образу;

- вдосконалення змісту педагогічної підготовки (підвищення рівня кваліфікації) та самоосвіти тренера для розвитку професійних якостей, сприяє оптимальне -поєднання різних технологій навчання в рамках ефективного цілеспрямованого розвитку усіх складових професійного іміджувчителя;

- розробка педагогічного інструментарію для реалізації самоосвітньої діяльності та самопрезентація.

Взаємозалежність психолого-педагогічних умов дозволяє наскрізно та цілісно формувати професійний імідж, забезпечує індивідуально-орієнтоване професійне удосконалення тренерів, відкриває шлях до вивчення механізмів самоефективності, забезпечує ресурс для розвитку творчої ініціативи, продуктивного мислення,

здатність активно займатися пізнавальноюдіяльністю протягом усього життя.

Психологічними засобами реалізації вказаних умов щодо формування професійного іміджу тренера виступають: вироблення індивідуального стилю діяльності, особисті та професійні якості педагога; міжособистісні стосунки в педагогічному колективі; освітнє середовище. Вказані засоби дозволяють вибудувати сучасну систему професійної діяльності, зберігаючи свою індивідуальність (самостійність, впевненість у собі, здатність ставити цілі, прагнення до саморозвитку), в цілому забезпечують успіх формування професійного іміджу фахівця.

Творча, духовно багата особистість завжди привертає інших людей, особливо коли все це поєднується з чуйністю, здатністю розуміти оточуючих.

Отже, психолого-педагогічними умовами ефективного формування іміджу тренера (1 - умови внутрішнього впливу, 2 – умови зовнішнього впливу) є наступні:

- наявність мотивації до професійної діяльності та росту: усвідомленням ролі та значення формування власного позитивного іміджу, особистісного розвитку та підвищення рівня самопізнання і кругозору.

- забезпечення системного підходу до діяльності з формування та корекції професійного іміджу та багатоаспектності щодо методів та форм здійснення цієї діяльності

- використання кар’єроорієнтованого підходу у процесі підготовки майбутніх тренерів передбачає наявність дисциплін з особливостей формування іміджу та роз’яснення його ролі. Забезпечення доведення до педагогів основ естетичного оформлення свого зовнішнього вигляду і самопрезентації.

Навчальна програма розвитку емоційного інтелекту психотерапевта в гештальт-терапії

Обгрунтування змісту, методів та прийомів підвищення рівня емоційного інтелекту

Розвиток емоційного інтелекту психотерапевта в гештальт-терапії терапії є важливим елементом успішної роботи з клієнтами та досягнення його терапевтичних цілей. Застосування концепції емоційного інтелекту допоможе психотерапевту зрозуміти емоції своїх клієнтів, покращити навички емпатії, ефективно приєднуватись до одних учасників психотерапевтичного процесу чи не вступати в конфронтацію з іншими, забезпечуючи ефективну комунікацію з ними. Для ефективної роботи важливо не лише розвивати знання та навички, але й постійно поглиблювати власну особистість, власне Я, рефлексувати та вчитись входити в метапозицію через розвиток емоційного інтелекту.

Складові розвитку емоційного інтелекту психотерапевта:

1. Особиста психотерапія - невід'ємна складова розвитку власної психотерапевтичної ідентичності, здорового Я, подолання особистих травм та складнощів, щоб не переносити особисте на клієнтів. Під час особистої психотерапії та процесу самопізнання рівень емоційного інтелекту психотерапевта зростатиме.

2. Супервізія (індивідуальна чи групова) - завдяки супервізійним зустрічам психотерапевт зможе помітити свої успіхи та помилки, розвинути своє розуміння терапевтичних ситуацій, зможе отримати оцінку своїх психотерапевтичних інтервенцій від досвідчених колег. Це допоможе йому реально оцінити свої вміння та навички, рефлексувати про те, що відбувалось під час консультацій, побути в метапозиції та проаналізувати свої дії.

3. Розвиток емпатії. Емпатія є ключовим компонентом емоційного інтелекту. Гештальт-терапевт повинен не лише вміти відчувати емоції своїх клієнтів та розуміти їхню перспективу, а й аналізувати контекст. Він може розвивати свою емпатію, вправляючись у відчутті емоцій та реакцій своїх клієнтів, та сприймати ситуацію з їх точки зору. Для цього замість виходу в метапозицію йому необхідно також практикувати техніку приєднання до тої чи іншої підсистеми.

4. Розвиток власної самоусвідомлення та саморозуміння. Аналіз, сприйняття та усвідомлення власних емоцій, почуттів та реакцій можуть допомогти психотерапевту краще розуміти емоції своїх клієнтів. Спостереження за власними емоціями та емоціями

оточуючих людей, їх впливом на поведінку власну та інших допоможе психотерапевту зрозуміти, як емоції впливають на людей, розвивати свій емоційний інтелект та визначати ефективні методи впливу та системних інтервенцій.

5. Практика навичок активного слухання - це важлива складова емпатії, що сприяє встановленню терапевтичного контакту та кращому взаєморозумінню між психотерапевтом та його клієнтами. Практикуючи активне слухання та аналіз невербальної поведінки не лише під час консультацій, а й в повсякденному житті, психотерапевт може розвинути навички активного слухання якнайшвидше. Чудовим прикладом цього є аналіз дій персонажів з кінофільмів та книг.

6. Концентрація уваги на власних реакціях на події та стресові ситуації для розвитку контролю над власними емоційними реакціями. При спілкуванні зі своїми клієнтами психотерапевту важливо помічати всі свої стани та реакції, та розуміти, чому у нього виникла та чи інша реакція, почуття, емоція, вміти віддзеркалити емоції та стани клієнтів. Чудовим способом самовдосконалення також є ведення щоденника емоцій та аналіз своїх емоцій, дій та реакцій після кожної консультації.

7. Розвиток комунікативних навичок. Успішна гештальт-терапія базується на взаємодії психотерапевта та всіх його клієнтів. Психотерапевту необхідно мати здатність ефективно спілкуватися з різними людьми та забезпечувати внутрішнє взаєморозуміння та співпрацю.

8. Звернення уваги на емоційний стан своїх клієнтів. Гештальт-терапевт повинен бути здатним розрізняти різні емоційні стани, які можуть виникнути у клієнтів, та знати, які методи терапії можуть допомогти у кожній конкретній ситуації.

9. Удосконалення професійних компетентностей. Оскільки емоційний інтелект є складним та багатогранним поняттям, психотерапевт повинен постійно розвивати свої знання та навички. Удосконалення включає особисту участь у професійних семінарах, курсах, тренінгах, конференціях, інтервізійних та терапевтичних групах, практику нових методів терапії та самонавчання, спілкування з колегами з обміну досвідом та знаннями.

10. Розвиток власної духовності. Розвивати та плекати здорову особистість в собі.

Процес професійної підготовки у формі розвивальної програми підвищення рівня емоційного інтелекту сприятиме не лише створенню психологічних умов для підвищення емоційної культури, а й формуванню професійної спрямованості, позитивного ставлення до майбутньої професії, підвищенню креативності та життєвої компетентності особистості. Представлена нами програма присвячена умінню розуміти емоції, управляти ними, використовувати їх у професійній діяльності для досягнення успіхів у різних сферах, не лише в професійному а й в особистісному розвитку.

Програму розвитку емоційного інтелекту ми розглядаємо в контексті регулярного використання різноманітних психологічних практик. Т. Титаренко детермінує психологічну практику як акт побудови власного життя, складання та перегляд життєвої історії, регулярні способи самоздійснення. Це такий вид соціально-практичної діяльності, яка має психологічно-практичну мету і спрямована на зміну психіки особистості.

Психологічні практики розвитку емоційного інтелекту поділяються на три основні групи:

1. Практики емоційної саморегуляції - в основі лежить розуміння важливості управління фізіологічною стороною емоцій, а саме м’язовою напругою. Ці практики дозволяють викликати, а також прибирати певні емоції за рахунок стимуляції певних груп м’язів (техніки релаксації, дихальні техніки, медитативні техніки, візуалізація, афірмація, техніки нейролінгвістичного програмування).

2. Практики усвідомлення власних переживань, емоцій, почуттів - дають можливість людині усвідомити, зрозуміти, осмислити передумови, свої соціальні ролі, все, що призводить до виникнення тих чи інших емоцій (трансакційний аналіз Е. Берна, практики усвідомлення, майндфулнес).

3. Практики управління емоційними станами - дають можливість засвоїти поведінкові стратегії відкритого чи закритого впливу та відпрацювати їх застосування в конкретних ситуаціях (техніки впливу, техніки контрвпливу, техніки маніпуляції).

Рекомендовані вправи щодо розвитку емоційного інтелекту особистості гештальт-терапевта

Розвиток емоційного інтелекту психотерапевта є ключовим фактором для успішного проведення гештальт-терапії. Рекомендації, описані вище, можуть допомогти психотерапевту зрозуміти поняття емоційного інтелекту, розвинути емпатію та вміння слухати, керувати власними емоціями та помічати емоційні реакції клієнта, покращити ефективність комунікації з клієнтом та, в цілому, стати більш успішним фахівцем. Психотерапія є процесом взаємодії між психотерапевтом та його клієнтом, тому розвиток емоційного інтелекту психотерапевта є критичним фактором успішної взаємної комунікації та стосунків.

Також важливо зазначити, що розвиток емоційного інтелекту є неперервним процесом, який вимагає постійної практики та вдосконалення. Психотерапевт повинен бути готовий до навчання та постійного розвитку свого емоційного інтелекту, щоб бути ефективним у роботі з клієнтами.

Нижче наведемо деякі конкретні приклади вправ, які можуть бути використані в тренінгу чи семінарі з розвитку емоційного інтелекту психотерапевта:

1. Вправа «Сфера впливу».

У цій вправі психотерапевт розглядає свої взаємини зі своїми клієнтами та визначає, які емоції він викликає в них. Психотерапевт ділить свої спостереження на три категорії: емоції, які йому сприяють, емоції, які заважають, та емоції, які не мають значення. Далі психотерапевт працює над зменшенням емоцій, які заважають його роботі з клієнтом, та збільшенням тих, які сприяють.

2. Вправа «Слухання з розумінням». У цій вправі психотерапевт використовує активне слухання та емпатію для кращого розуміння емоцій та потреб своїх клієнтів. Психотерапевт слухає не тільки слова, але й невербальні сигнали та емоційні підтексти, щоб отримати повніший образ емоцій свого клієнта.

3. Вправа «Керування стресом». У цій вправі психотерапевт використовує техніки керування стресом, такі як дихальні вправи, медитацію та майндфулнес. Ці техніки допомагають психотерапевту

зменшити стрес та підвищити емоційну стійкість та краще керувати власними емоціями.

4. Вправа «Емоційне прогнозування». У цій вправі психотерапевт навчається передбачати емоційні реакції свого клієнта на певні ситуації. Це допомагає психотерапевту попередньо підготуватися до емоційного відгуку свого клієнта та вибрати ефективну стратегію роботи з ним.

5. Вправа «Підтримуюча конотація». У цій вправі психотерапевт навчається використовувати компліменти та визнання, щоб підтримати та зміцнити позитивний емоційний стан свого клієнта. Використання цієї техніки може допомогти клієнтові побачити свій позитивний образ та посприяти кращому терапевтичному альянсу між терапевтом та клієнтом.

6. Вправа «Робота з емоційними тригерами». У цій вправі психотерапевт визначає емоційні тригери, які викликають у нього негативні емоції та реакції. Потім психотерапевт навчається керувати цими емоційними реакціями та зменшувати їх вплив на процес терапії.

7. Вправа «Створення емоційного резервуару». У цій вправі психотерапевт навчається створювати емоційний резервуар (контейнер), який допоможе йому залишатися емоційно стійким та зосередженим на роботі з клієнтами незалежно від їх та його емоційного стану. Психотерапевт може використовувати такі техніки, як написання щоденника, практика контейнування емоцій, здійснення фізичної активності, тілесні практики та духовні, щоб покращувати свій емоційний стан.

Представлені вправи та техніки можуть бути використані як частина тренінгу чи практичного семінару з розвитку емоційного інтелекту психотерапевта. Однак важливо зазначити, що успішний розвиток емоційного інтелекту потребує систематичної практики та вдосконалення. Психотерапевт повинен включити ці вправи та техніки в свою щоденну практику, щоб покращити свій емоційний інтелект та забезпечити більш успішну роботу зі своїми клієнтами.

Крім того важливо пам’ятати про забезпечення підтримки та післятренінгової практики. Психотерапевти можуть об’єднуватися в групи для підтримки та співпраці, щоб обговорювати свої методи та

допомагати один одному в розвитку емоційного інтелекту. Також можна використовувати вебінари та онлайн-ресурси для надання підтримки та навчання.

Запропоновані дії та вправи можуть допомогти психотерапевту працювати зі своїми клієнтами більш успішно та ефективно. Розвиток емоційного інтелекту є ключовим фактором у психотерапії, тому психотерапевт повинен бути готовим до навчання та постійного вдосконалення свого емоційного інтелекту. Отже, для успішної практики психотерапії важливо розвивати свій емоційний інтелект. Це можна зробити шляхом самонавчання, проходження тренінгів та курсів, а також підтримки та співпраці з іншими психотерапевтами.

КАРТА ПРИЙОМУ КЛІЄНТА

стать: _____
1. Ім'я та по батькові клієнта _____
2. Вік клієнта _____ років
5. Освіта _____
4. Професія _____
5. Професійна діяльність на сьогодні _____
6. Сімейний стан:
одружений_____
скільки років _____
одинокий, без постійного партнера _____
не в шлюбі, із постійним партнером _____
розлучений_____
вдівець _____
другий шлюб _____
одинокий, проживає з батьками_____
Кількість дітей _____
від якого шлюбу _____
8. Вік дітей _____
9. Зв'язок із дітьми (емоційний, матеріальний, ін.) _____
_____
10. Професія та професійна діяльність партнера _____
_____
11. Батьки пацієнта:
обоє батьків живі _____
живий тільки один із батьків _____
хто саме _____
вік батьків _____
обоє батьків померли _____

інша сімейна ситуація _____
12. Професії батьків:
батько _____
_____
мати _____
_____
13. Кількість братів, сестер _____
вік _____
сиблінгова позиція пацієнта _____
14. Сімейна соціограма: _____
_____
_____
_____
15. Дата первинного звертання _____
16. Характеристика фізичного стану:
добре _____середнє _____ погане _____
Характер сну: *глибокий, поверховий, розлади сну (безсоння важко засинати, страшні сновидіння)*.
17. Загальне уявлення:
відповідає віку _____, виглядає молодше _____, передчасне старіння _____.
18. Стан харчування:
нормальний _____, дуже добрий _____, знижений _____.
19. Перенесені операції, захворювання, перебування в лікарні:
_____
_____
_____
20. Скарги на сьогодні про стан здоров'я: _____
21. Результати лікування _____
_____
_____
_____
22. Сімейний анамнез, захворювання членів сім'ї _____
_____
_____
_____
23. Характеристика сексуальності:
статеве життя з _____років
статева активність на сьогодні, задоволеність статевими стосунками
_____
_____
_____

24. Коло спілкування (стосунки із сусідами, знайомими, друзями): _____
_____
_____
25. Характеристика вільного часу (спорт, книги й ін.): _____
_____
_____
_____
26. Основні риси характеру:
загальна слабкість, утомлюваність;
– замкнутість, навіюваність;
– неможливість відв'язатися від якоїсь думки чи мелодії, сором'язливість:
– нерішучість, невпевненість;
– вразливість, образливість;
– нестійкість настрою;
– знижений фон настрою (поганий буває частіше);
– роздратованість, імпульсивність (без утрати контролю над собою);
– роздратованість, імпульсивність із втратою контролю над собою.
27. Короткий зміст скарги пацієнта (що й коли трапилося з ним) ____
_____
_____
_____
28. Загальні враження про пацієнта: _____
_____
_____
_____
Аналіз скарги:_____
_____
_____
_____
29. Суб'єктивний локус скарги _____
_____
_____
_____
30. Об'єктивний локус скарги _____
_____
_____
_____
_____
31. Проблема (суть труднощів клієнта: «хочу те-то, та не можу...»)
_____

_____
_____
_____
_____
32. Самодіагноз (як пояснює пацієнт причини труднощів):_____
_____
_____
_____
_____
33. Запит (якої допомоги чекає: «навчіть», «порадьте», «вплиньте»
_____
_____
_____
_____
34. Характер бесіди:
а) загальна емоційна підтримка;
б) підтримка прийнятого рішення;
в) аналіз та обговорення життєвої ситуації й життєвої альтернативи:
г) рекомендації щодо сімейних взаємин, стосунків із дітьми, сексуальних стосунків, особистих проблем;
г) інші рекомендації_____;
д) інші форми (указати)_____.
35. Випадок належить до категорії гострих, тих, що потребують негайної допомоги
так _____ *ні* _____
36. Випадок містить суїцидальну небезпеку: так _____ ні _____
37. Випадок вимагає додаткових зустрічей: так _____ ні _____
38. Випадок потребує інших видів діагностики (указати, яких саме)
39. Написання висновку за результатами діагностики:
_____
_____
_____
_____

ГЛОСАРІЙ

Анамнез (психологічний) - збір відомостей про життєвий шлях клієнта, умови його розвитку та історію виникнення запиту для формування гіпотези.

Бесіда - це розмова двох чи більше осіб з метою отримання певної інформації, вирішення важливих проблем. Бесіда як діагностичний метод дозволяє отримати інформацію про внутрішні процеси,

суб‘єктивні переживання і особливості поведінки людини, які не можуть бути виявлені за допомогою об‘єктивних методів.

Вербалізація - технологічний прийом переведення емоційних переживань клієнта у словесну форму для їх усвідомлення та опрацювання.

Групова динаміка - сукупність процесів взаємодії та розвитку відносин між учасниками групи на різних етапах (формування, штормінг, нормування, робота).

Групова фасилітація - стиль керування тренінговою групою, при якому ведучий не домінує, а допомагає учасникам самостійно знаходити рішення та ефективно взаємодіяти між собою.

Дебрифінг - структуроване обговорення після вправи чи гри, спрямоване на переосмислення отриманого досвіду та його інтеграцію.

Деонтологія — розділ етики, в якому розглядаються проблеми обов’язків і моральних норм.

Дизайн — це проектна творча діяльність, що направлена на розробку елементів предметно-просторового середовища людської життєдіяльності з високими споживчими властивостями й естетичними якостями.

Дискусія — це форма колективного обговорення, мета якого виявити істину або знайти правильний розв'язок порушеного питання через висловлення власних міркувань та зіставлення поглядів опонентів на проблему.

Дослідницька діяльність – це специфічна людська діяльність, яка регулюється свідомістю і активністю особистості, спрямована на задоволення пізнавальних, інтелектуальних потреб, продуктом якої є нове знання, отримане у відповідності з поставленою метою та у відповідності з об’єктивними законами і обставинами, що визначають реальність і досяжність мети.

Емоційне вигорання — стан психічного та фізичного виснаження фахівця, що виникає внаслідок тривалої праці в ситуаціях високого емоційного напруження та відсутності належного відновлення.

Емпатійне слухання — метод глибокого занурення у внутрішній світ клієнта, що передбачає розуміння його почуттів без оцінювання.

Емпатія – це розуміння емоційного стану іншої людини за допомогою співпереживання, проникнення в його суб'єктивний світ, позиція «Я з вами».

Заземлення — сукупність технік саморегуляції (дихальних, тілесних або когнітивних), що допомагають клієнту повернутися в стан «тут і зараз» під час панічної атаки або сильного емоційного збудження.

Запит - конкретизована клієнтом потреба у змінах, яка стає основою для побудови цілей консультування.

Етика - наука, що визначає моральні цінності особистості, її вчинків та схильностей, тобто допомагає розмежовувати поняття добра і зла, совісті і честі, справедливості та сенсу життя.

Інсайт - раптове усвідомлення клієнтом причин своїх труднощів або знаходження нового способу розв'язання проблеми під час сесії.

Інформаційне забезпечення – це сукупність інформації та способів її пошуку, обробки, накопичення, збереження, систематизації та узагальнення з метою використання в процесі наукового дослідження.

Інтервенція - цілеспрямована дія або техніка психолога, спрямована на зміну емоцій, думок чи поведінки клієнта.

Катарсис - процес вивільнення сильних емоцій, що призводить до психологічного полегшення та інсайту.

Контрактування - процес узгодження організаційних (час, ціна) та змістовних (мета, завдання) аспектів майбутньої роботи.

Конференція - заздалегідь заплановане, організоване зібрання людей для обговорення певної проблематики, яка визначена заздалегідь.

Конфіденційність - обов'язок психолога не розголошувати інформацію про клієнта без його згоди (крім випадків, передбачених законом).

Криголам - коротка вправа на початку тренінгу для знайомства учасників та зниження рівня напруги.

Методичні матеріали - це матеріали, що містять вказівки, роз'яснення, виконання яких викладачем має сприяти найбільш ефективному освоєнню учбової програми.

Методологія психології – це система принципів і способів організації та побудови теорії та практики деяких психологічних наук, їх галузей, а також
вчення про цю систему.

Монографія – це наукова праця у вигляді книги, яка містить повне або поглиблене дослідження однієї проблеми чи теми, яка належить одному або декільком авторам.

Навчальні матеріали – це видання літератури з навчальних дисциплін (підручники, навчальні посібники, програмно-методичні матеріали), призначені
для підготовки спеціалістів в окремих галузях.

Навчальні посібники – це друковані, графічні, наочні та інші матеріали (книги, таблиці, карти, картини, макети, моделі, діапозитиви, кінофільми тощо), які використовуються у процесі навчання з метою забезпечення кращого засвоєння учнями знань, вмінь і навичок.

Опір - підсвідомий захисний механізм клієнта, що виявляється у формі запізнень, мовчання або знецінення роботи для збереження звичного стану.

Практична психологія – галузь психологічної науки, предмет якої – психологічна допомога, тобто практична діяльність психологів, спрямована на конкретну людину, її проблеми, потреби та запити.

Практичні посібники – це видання, розраховані на задоволення потреб окремих категорій спеціалістів народного господарства в їх повсякденній практичній діяльності.

Предмет дослідження – це якийсь конкретний бік, аспект, властивість або відношення об’єкта дослідження.

Психогігієна – це розділ медичної психології, який є сукупністю медичних і психологічних знань, актуальних для збереження і зміцнення нервово-психічного здоров‘я людини.

Психогімнастика - метод використання рухових та невербальних вправ для регуляції групової енергії та емоційного стану.

Психокорекція – це система заходів, спрямованих на виправлення недоліків психологічного розвитку чи поведінки людини з допомогою спеціальних заходів психологічного впливу.

Психологічна вибірковість – це здатність швидко і глибоко вникати у психологію клієнта та відображати її, змінюючи тон і форму спілкування, засоби і методи впливу.

Психологічна діагностика - це галузь психологічної науки, яка розробляє принципи, шляхи і прийоми розпізнання, оцінки та вимірювання індивідуально-психологічних особливостей особистості.

Психологічна просвіта (психоедукація) - етап консультування, на якому психолог надає клієнту наукову інформацію про природу його стану (наприклад, як працює стрес чи тривога), щоб знизити рівень невизначеності та страху.

Психологічне тестування - термін психології, що позначає процедуру встановлення та вимірювання індивідуально-психологічних відмінностей.

Психологічний анамнез – це сукупність даних про хворого для оцінки його особистості як системи ставлення до самого себе й, особливо, ставлення до хвороби та оцінки того, наскільки хвороба змінила всю цю систему.

Психологічний катамнез – це один із методів верифікації психологічної діагностики методом повторного збору даних про хворого через певний проміжок часу – як правило, після проведення курсу лікування, після виписки
хворого з лікарні тощо.

Психологічний такт – уміння знайти підхід до кожної людини, встановити з нею довірливі стосунки і ефективно взаємодіяти.

Психопрофілактика – це система заходів, спрямованих на зниження нервово-психічної захворюваності, на попередження виникнення психічних захворювань.

Психотерапія - це використання методів психологічного впливу для лікування хворого, для поліпшення почуття психологічного благополуччя клієнта.

Рефлексія - психологічний механізм організації самоаналізу, який здійснюється через внутрішню роботу особистості, спрямовану на осмислення себе, своєї поведінки, власних дій і станів, самопізнання власного духовного світу, самоаналіз практичного життєвого досвіду, подій.

Рефлексивні питання - це питання, що сприяють особистісному зростанню індивіда або сім'ї шляхом стимуляції відповідей, які дозволять створити нові конструктивні настанови та поведінку.

Спостереження – один з основних методів збору первинної інформації, що полягає в цілеспрямованому сприйнятті та фіксуванні психічних явищ в певних умовах.

Стаття – матеріали обсягом, як правило, в декілька друкованих сторінок, опубліковані в науковому чи науково-популярному журналі, збірнику наукових праць чи газеті.

Супервізія – це розв'язання професійних проблем, які виникають у роботі з людьми, через обговорення цієї проблеми з обізнаним колегою чи наставником – супервізором

Терапевтичний альянс - робочий союз клієнта і психолога, заснований на спільній меті, взаємній повазі та узгодженій стратегії роботи.

Технологія наукового дослідження – це спосіб досягнення його мети за умов фіксованого поділу функцій між технічними засобами і природними інформаційними органами людини, що відповідають можливостям перших та останніх, а також встановленій логіці дослідження.

Трансфер (у тренінгу) - процес перенесення та застосування навичок, відпрацьованих у безпечних умовах тренінгу, у реальні життєві ситуації.

Шерінг (Sharing) - технологічний етап тренінгу, де учасники відкрито діляться своїми почуттями та досвідом «тут і зараз».

Етичний кодекс психолога України
(https://nsj.gov.ua/files/1448287570Етичний%20кодекс%20психолога.docx.pdf)

Заснована Товариством психологів України Комісія з етики проводить роботу, спрямовану на правильне тлумачення психологами Етичного кодексу, здійснює контроль за його додержанням, забезпечує формування у психологів сприйняття цього Кодексу як зобов'язання перед громадськістю, як одного з важливих актів чинного законодавства.

1. Відповідальність

1.1. Психологи несуть особисту відповідальність за свою роботу.

1.2. Психологи зобов'язані всіляко запобігати і не допускати антигуманних наслідків у своїй професійній діяльності.

1.3. Психологи повинні утримуватися від будь-яких дій чи заяв, що загрожують недоторканості особи; не мають права використовувати свої знання і становище з метою приниження людської гідності, пригнічування особистості або маніпулювання нею; несуть відповідальність за додержання пріоритету інтересів людини.

1.4. На психологів покладається відповідальність за надійність використовуваних методів та програмного забезпечення, валідність обробки даних досліджень, зокрема й тих, які проводяться з використанням комп'ютерних технологій.

1.5. Психологи застосовують лише ті знання, якими вони володіють відповідно до своєї кваліфікації, повноважень і соціального статусу.

2. Компетентність

2.1. Психологи постійно поповнюють свої знання. У разі непосильності завдання психолог повинен передати свого клієнта іншому психологу, який розуміється по даній проблемі.

2.2. Психологи не застосовують методів і процедур, не апробованих центральними органами Товариства психологів України.

2.3. Психолог публікує під своїм ім'ям лише ту працю, яка повністю виконана ним самим або містить істотний власний внесок; недопустима публікація з метою особистої, матеріальної вигоди недостатньо підготовлених праць, невалідизованих методик, а психолог не може виконувати практичної роботи, не маючи належної кваліфікації та досвіду.

2.4. Психолог прагне до адекватних знань про свої індивідуальні якості та особливості й визначення меж власних професійних можливостей.

3. Захист інтересів клієнта

3.1. Психологи суворо додержуються принципу добровільної участі клієнта в обстеженнях. Під час роботи з дітьми, пацієнтами з тяжкими психічними розладами (тобто в крайніх випадках) допускаються відхилення від принципу добровільності, але в межах законодавчих норм; обов'язком психолога є намагання налагодити з

клієнтом співробітництво. Психологи утримуються від непотрібних лікувань.

3.2. Психологи, вступаючи у контакт з особами, для яких він є обов'язково-примусовим (наприклад, у разі проведення психологічної експертизи), не мають права змушувати клієнта повідомляти відомості поза його волею, не можуть вживати примусових заходів для одержання даних, крім випадків, коли така інформація сприятиме безпеці навколишніх або самого клієнта.

3.3. Психологи не беруть участі в діях, спрямованих проти свободи особи.

3.4. Психологи беруть на себе професійну відповідальність за кваліфіковане обстеження, консультування, лікування.

3.5. Психологи не мають матеріальних або особистих привілеїв, не можуть використовувати свої знання і становище, довірливе ставлення і залежність клієнта у власних корисливих інтересах. У тих випадках, коли послуги є платними, про фінансові умови домовляються заздалегідь; не встановлюється додаткова оплата за консультації і не береться плата з тих, кого психолог навчає або збирається екзаменувати. Якщо клієнт може отримати психологічну допомогу безкоштовно або меншим коштом в іншого фахівця, то психолог інформує про це клієнта.

3.6. Психолог уникає встановлення неофіційних взаємин з клієнтом, якщо це може стати на перешкоді проведенню діагностичної, консультаційної і корекційної роботи з ним.

3.7. Психолог має право вирішувати, на якому етапі консультування або лікування можна дати об'єктивний професійний висновок, а в разі коли він не може діяти в інтересах клієнта, роз'яснює йому та батькам реальний стан справ.

3.8. Висновок за результатами проведеного обстеження чи лікування робить сам психолог, він не може перекладати це на інших (висновок чіткий та зрозумілий клієнту).

3.9. Психолог не робить висновків і не дає порад, не маючи достовірних знань про клієнта або ситуацію, в якій він перебуває.

3.10. Психолог у доступній формі повідомляє обстежуваному про поставлений діагноз і методи та засоби допомоги (обачливе й обережне висловлювання).

4. Конфіденційність

4.1. Психолог зобов'язаний додержуватися конфіденційності у всьому, що стосується взаємин з клієнтом, його особистого життя і життєвих обставин. Виняток становлять випадки, коли виявлені симптоми є небезпечними для клієнта та інших людей, і психолог зобов'язаний поінформувати тих, хто може надати кваліфіковану допомогу.

4.2. Психолог не збирає додаткових відомостей про обстежуваного без його згоди та задовольняється лише тією інформацією, яка потрібна для виконання професійного завдання.

4.3. Психолог зобов'язаний оберігати професійну таємницю, не поширювати відомостей, отриманих у процесі діагностичної та корекційної роботи, дотримуватись анонімності імені клієнта.

4.4. Документація роботи психологів повинна вміщувати лише професійно відповідні матеріали.

4.5. Якщо психолог не має змоги надалі виконувати свої функції, він з'ясовує, чи потрібно зберігати матеріали (також і інформацію, занесену до комп'ютера). У разі потреби психолог повинен передати виконання покладених на нього функцій іншому фахівцеві.143

4.6. Психолог інформує клієнтів про правила додержання конфіденційності. Смерть або зникнення обстежуваного не звільняє психолога від потреби в зберіганні професійної таємниці.

4.7. Психолог не передає методичних матеріалів особам, які не уповноважені здійснювати психологічну діяльність; не розкриває сутності та призначення конкретної методики.

5. Етичні правила психологічних досліджень

5.1. Планування психологічних досліджень передбачає дотримання таких умов: визначення об'єкта дослідження; чітке й однозначне формулювання його мети та завдань; встановлення контингенту обстежуваних; прогнозування можливостей використання одержаних результатів.

5.2. Психолог забезпечує цілковиту надійність результатів, відповідає за рішення, які приймають офіційні особи на основі його висновків та рекомендацій, запобігає можливим помилкам в діяльності непрофесіоналів, котрі допомагають у роботі, але не

ознайомлені з вимогами, що стосуються обмежень у використанні інформації про досліджуваних. Психолог несе відповідальність за правильне й доступне роз'яснення непрофесіоналам сутності застосовуваних психологічних методів, а також за можливі антигуманні наслідки.

5.3. Психолог зводить до мінімуму ризик ненавмисного негативного впливу на тих, хто бере участь в експерименті.

5.4. Психолог заздалегідь інформує клієнтів про право відмовитись від участі в дослідженні.

6. Кваліфікована пропаганда психології

6.1. Психологи інформують науковців, учителів, лікарів, широку громадськість про свою галузь діяльності на основі об'єктивних, точних даних так, щоб не дискредитувати професію психолога та психологію як науково-практичний комплекс.

6.2. Психолог не виступає з публічними заявами для реклами або самореклами. Вміщуючи в засобах масової інформації оголошення про надання психологічних послуг населенню, повідомляє лише своє ім'я, адресу, номер телефону, професійну кваліфікацію, науковий ступінь, галузь психології, години прийому.144

6.3. Поради психолога в засобах масової інформації мають подаватися в узагальненій формі, без посилань на конкретні факти й ситуації, щоб не допустити розголошення конфіденційної інформації. Усні виступи, друковані матеріали, аудіовізуальна та інші публікації, в яких наводяться з ілюстративною метою клінічні випадки, повинні виключати ідентифікування особи, групи чи організації. Методики публікуються лише у формі, яка дає змогу зберегти їх валідність та надійність.

7. Професійна кооперація

7.1. Психолог, ведучи професійну дискусію, не повинен дискредитувати колег або представників інших професій, які використовують ті самі або інші наукові методи, він має виявляти повагу до наукових шкіл і напрямів.

7.2. Психолог не може застосовувати маніпулятивні методи для здобуття прихильності і привернення на свій бік клієнтури не повинен намагатися стати монополістом у своїй галузі.

7.3. Розв'язуючи конкретні завдання обстеження, консультування й лікування людей, психолог вирішує, чи може він використати знання, технічні й адміністративні можливості інших фахівців на благо клієнта та за згодою клієнта вступити в контакт з ними, зокрема особами, які лікують або лікували його раніше. Психолог бере відповідальність за клієнта, лише переконавшись, що той не має клієнтурних стосунків з іншими психологами.

7.4. Психолог забезпечує персонал адекватною інформацією про клієнтів, які користуються його послугами, передає в розпорядження колег тільки надійні й валідизовані психологічні методи, технічний інструментарій і відкриття.

7.5. Вирішенні спірних питань психолог керується положеннями даного Етичного кодексу. Арбітром може бути Комісія з етики Товариства психологів України.

7.6. За порушення чинного законодавства, Статуту Товариства психологів та Етичного кодексу на психолога можуть бути накладені Комісією з етики такі стягнення: попередження; догана; вилучення із членів Товариства.

У разі виявлення порушень психологами, які не є членами Товариства, Комісія з етики звертається до інших громадських організацій чи державних установ з тим, щоб вони вжили відповідних заходів до винного.

7.7. Рішення Комісії з етики може бути скасоване Президією або З'їздом Товариства психологів.

За недотримання вищеперерахованих вимог психолога позбавляють можливості приймати клієнтів, документ його кваліфікованості, можуть позбавити волі.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ:

Рекомендована література

1. Афанасьєва Н.Є. Психологічне консультування представників екстремальних професій: теорія, методологія, практика. Монографія. Харків: НУЦЗУ, 2017. 315 с.

2. Васьківська С. В. П'ять вимірів психологічного консультування. Навч.посібник. Київ:«Ніка-Центр», 2019. 400 с.

3. Карамушка Л. М. Психологічні тренінги для підготовки менеджерів та персоналу освітніх організацій (реалізація технологічного підходу) : Навч. посібник. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 144 с.
4. Лебон Г. Психологія людських спільнот: перекл.Я. Мишанич. Київ: Андронум, 2021.224 с.
5. Магдисюк Л. І. Р. П. Федоренко. Основи психологічного консультування. Навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 360 с.
Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Медико-психологічне консультування: навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 332 с.
6. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Практикум психологічного консультування в юридичній сфері: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2019. 320 с.
7. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П., Замелюк М. І. Казкотерапія в психологічному консультуванні дітей та дорослих: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2019. 152 с.
8. Несправа М., Майборода О., Карпінська Н. Методи вирішення конфліктів: психологічний аспект. Перспективи та інновації наук. № 11 (29). 2023. С.541-549. http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/issue/view/160
9. Опанасенко Л. А. Основи психологічного консультування: у схемах. Навч.посібник. Миколаїв : Іліон, 2019. 134 с.
10. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник : в 3-х тт. Том 1. Київ, 2018. 208 с.
11. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник : в 3-х тт. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
12. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник : в 3-х тт. Том 3. Київ, 2018. 236 с.
13. Панок В. Г. Консультування в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій. Практ. посіб. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с.
14. Панок В. Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультування : навч. посібник. Чернівці : Чернівец. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 383с.
15. Панок В. Титаренко Т., Чепелєва Н. Основи практичної

психології. Підручник. Київ: Либідь, 2003. 536 с.
16. Панок В.Г., Чапрак Я.В., Андрєєва Я.Ф. Основи психологічної допомоги : теорія та практика психоконсультування : навч. посібник / за заг.ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.
17. Професійна та корпоративна етика : навч. посіб. / за ред., В.І. Панченко. К : 2019 ВПЦ «Київський університет», 2019. 220 с.
18. Славіна Р.С. Психологічне консультування: навч.-метод.посібник. Кам'янець- Подільський: Видавець Ковальчук О.В., 2022. 180 с.
19. Стельмах Н.В., Іванова Т.М. Загальні основи тренінгової роботи. Миколаїв: МНУ ім.. В.О. Сухомлинського, 2019. 300 с.
20. Шевченко Л.О., Чепіга Л.П. Практична психологія : навч. посібник. Харків : Константа, 2018. 191 с.
21. Шкарлатюк К.І., Федоренко Р.П., Магдисюк Л.І. Дизайн психологічного дослідження: навчально-методичний посібник. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 332 с.
22. Шкарлатюк К.І., Хлівна О.М. Структурування психоконсультативного процесу у дизайні психологічного дослідження Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»). № 8 (13), 2022. С. 444-454.
23. Mykhailo Frolov, Victoriia Petruk, Kateryna Shkarlatiuk, Iryna Berezna, Volodymyr Terpeliuk. Socio-Mental Health Support of Military and Civilians During War Time: Psychosocial Factors. Vol. 28 No. 1 (2025): American Journal of Psychiatric Rehabilitation. 476-484
24. Mialkovska L., Savchuk N., Pimenova O.,Moklytsia H., Shkarlatiuk K. Crisis communication in human capital management during war: addressing social and psychological challenges. (2024): Amazonia Investiga, 13 (84), 183-196.

Інформаційні ресурси

25. Етичний кодекс психолога. URL: http:// myronivka-osvita.gov.ua/etichnij-kodeks-psihologa-1304-48-16-09-2020/.
Етичні стандарти і практична етика психолога. URL: http://surl.li/czknv.
26. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. URL: http://inpsy.naps.gov.ua.
27. Мулярчук Є.І. Покликання і професія в аспекті етичної мотивації.

Мультиверсум. Філософський альманах. URL: http://multiversum.com.ua/index.php/journal/article/view/242/216.
28. Освітня платформаПрометеус: https://prometheus.org.ua/?utm_source=sendy&utm_medium=email&u tm_campaign=email-header.
29. Основи практичної психології. URL: https://studfile.net/preview/5535864/.
30. Пошукова система Google Академія. URL: http://scholar.google.com.
31. Приходько Ю.О. Практична психологія : введення у професію. Навч. пос. К. : Каравела. URL: http://library.kpi.kharkov.ua/files/new_postupleniya/praktichna_psixologia.pdf.
32. Протанська Е.С. Професійна етика психолога. URL: https://stud.com.ua/174494/psihologiya/profesiyna_etika_psihologa.
33. Професійна етика спеціального психолога. URL: http://4ua.co.ua/psychology/za3ac69a4c53a88421206c26_0.html.
34. Професійний стандарт «Практичний психолог закладу освіти» затв. наказом М-ва розвитку економіки, торгівлі та сільського господарства України від 24.11.2020 р. № 2245. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2020/12/Standart_Praktychnyy_psykholoh.pdf.
35. Професійний стандарт Практичний психолог (соціальна сфера) затв. наказом М-ва розвитку економіки, торгівлі і сільського господарства України від 03.02.2021 р. № 211. URL: https://fspo.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/06/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%.
36. Психологічна підтримка педагогів. URL: https://kucprppkmr.od.gov.ua/publichna-informatsiya/.
37. Психологічна служба системи освіти України. URL: http://www.psyua.com.ua.
38. Психологічна служба у вищих закладах освіти. URL: https://studfile.net/preview/5535864/page:37/.
39. Сайт електронної бібліотекиhttps://studentam.net.ua/content/section/24/86/.
40. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії https://i-cbt.org.ua/.

І - 66 **Інноваційні тренінгові та консультаційні технології**: методичні вказівки до практичних занять та самостійної роботи для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти освітньої програми «Психологія» галузі знань С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини спеціальності С4 «Психологія» денної та заочної форм навчання / уклад. К.І. Шкарлатюк. Луцьк : відділ іміджу та промоцій ЛНТУ, 2025. 52 с.

Комп'ютерний набір К. Шкарлатюк
Редактор К. Шкарлатюк

Підп. до друку 2025 р.
Формат 60х84/16. Папір офс. Гарнітура Таймс.
Ум. друк. арк. 2,5. Обл.-вид. арк. 2,7.
Тираж 50 прим. Зам. 1.