

	СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
	«Психологічний практикум із індивідуального консультування особистості»

Рівень вищої освіти	<i>Другий (магістерський)</i>
Освітньо-професійна програма	<i>Психологія</i>
Факультет	<i>Педагогічний</i>
Кафедра	<i>Психології</i>
Семестр	<i>1</i>
Кількість кредитів	<i>4</i>
Мова викладання	<i>українська</i>

Викладач	<i>к.психол.н., доц. Михальчук Юлія Олександрівна</i>
Контактна інформація	<i>yulimik@ukr.net</i>

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ДИСЦИПЛІНУ

Анотація	Сьогоднішній день підкреслює важливість надання психологічної допомоги через консультування, яке допомагає вирішувати складні життєві проблеми та сприяє особистісному розвитку. Хоча складно дати точне визначення цій діяльності або точно окреслити її сфери, консультування використовується в багатьох консультативних практиках. Фактично, в будь-якій галузі, де застосовуються психологічні знання, консультування є важливою формою роботи. Зростає потреба у висококваліфікованій підготовці майбутніх фахівців у наданні психологічної допомоги. Без знань у сфері консультативної психології жоден практикуючий психолог не зможе успішно працювати. Майбутні фахівці повинні знати специфіку психологічної допомоги, секрети організації та технології ведення консультативної бесіди, методи та прийоми терапевтичного впливу на клієнта та вміти проводити психоконсультативну зустріч з клієнтом, аналізувати проведену роботу, формувати запит на супервізію.
Мета та цілі	Вивчення цієї дисципліни дає можливість студенту опанувати техніки та прийоми кваліфікованого проведення консультативної сесії з клієнтом. Мета: набуття особистісної готовності здобувачів освіти до майбутньої професійної діяльності шляхом поглиблення знань та практичних умінь з теорії та практики індивідуального психологічного консультування з урахуванням сучасних соціальних трансформацій та вироблення вмінь і навичок здійснювати професійну діяльність з людьми, що потребують психологічної допомоги. Перелік знань, умінь і навичок, які формуються в процесі викладання дисципліни: Майбутні фахівці повинні знати: специфіку психологічної допомоги,

	секрети організації т технології ведення консультативної бесіди, методи та прийоми терапевтичного впливу на клієнта; вміти: проводити психоконсультативну зустріч з клієнтом
Результати навчання	Знати та розуміти категоріальний апарат, оволодіння сучасними фахівцями-психологами консультативними техніками в індивідуальній психологічній роботі, усвідомлювати та аналізувати перенесення та контрперенесення у психологічному консультуванні; розуміти цінність супервізії та формулювати запит на супервізію. Розвиток професійного мислення майбутнього фахівця; використання отриманих знань для подальшого саморозвитку.
Soft skills	Розвиток «гнучких навичок» - soft skills: навичок комунікації, здатність брати на себе відповідальність і працювати в критичних умовах, вміння злагоджувати конфлікти, працювати в команді, управляти своїм часом, розуміння важливості зворотного зв'язку / допомоги від колег, здатність логічно і системно мислити, креативність та інше).
Пререквізити	Базові знання з психології

СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Тема	План, короткі тези	Завдання	Бали
Змістовий модуль 1. Сучасні парадигми психологічного консультування			
Тема 1. Актуальні тенденції психологічного консультування	Механізми психологічного впливу в консультативній роботі. Моделі консультативної допомоги. Професійна позиція консультанта. Етичні аспекти консультативної діяльності	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Описати медіаторську функцію психолога-консультанта. Ознайомитись з Етичним кодексом українських психологів та порівняти його з відповідними зарубіжними документами. «Один запит – різні моделі» Один і той самий клієнтський запит пропонується розглянути з позицій 3-4 різних консультативних підходів. Студенти визначають, як змінюватимуться роль психолога, характер взаємодії, питання до клієнта та способи психологічного впливу. Творчі завдання: 1) «Етичний детектив» Студентам пропонуються короткі ситуації з потенційними етичними порушеннями. Наприклад: консультант став клієнту другом у соціальній мережі; клієнт подарував психологу дорогий подарунок; психолог розповів знайомим про випадок клієнта без називання імені; клієнт просить психолога прийняти рішення замість нього. Завдання – знайти етичну проблему та запропонувати професійний спосіб її вирішення; 2) дискусія «Де закінчується допомога і починається вплив?» Дискусія про межі	6

		психологічного впливу. Студенти аналізують, коли підтримка, порада, переконання чи інтерпретація можуть бути корисними, а коли вони можуть обмежувати автономію клієнта; 3) «Межі професійної компетентності». Запропонувати студентам 10 різних запитів клієнтів і визначити: «Можу консультувати самостійно», «потребую супервізії/додаткової підготовки», «потрібне перенаправлення до іншого фахівця». Завдання формує відповідальне ставлення до професійних меж; 4) «Консультант без слів» Міні-вправа на невербальну комунікацію. Один студент демонструє консультативну позицію лише за допомогою міміки, пози, жестів і дистанції, а група визначає, яку позицію він трансліює: підтримувальну, байдужу, авторитарну, невпевнену, партнерську тощо	
Тема 2. Сучасні настанови психологічного консультування	Особистість клієнта. Особистість консультанта як інструмент впливу. Консультативні взаємини: правило трьох. Принципи надання психологічної допомоги особистості	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Підбір тренінгових вправ на розвиток емпатії. Творчі завдання: 1) «Портрет клієнта». Студенти отримують опис умовного клієнта та створюють його психологічний консультативний портрет; 2) «Я – інструмент професії» створення студентами «професійного дзеркала консультанта», де визначено професійні ресурси → мої сильні сторони → що може допомагати клієнту → що потребує розвитку → які власні установки можуть впливати на роботу → як я можу контролювати їхній вплив; 3) «Консультативна взаємодія: знайди помилку»: пропонується короткий діалог між психологом і клієнтом, у якому навмисно допущені помилки: психолог перебиває клієнта; дає готові поради; оцінює поведінку клієнта; розповідає про власний досвід замість роботи із запитом; ігнорує емоції клієнта; порушує професійні межі. Завдання: знайти всі помилки, визначити, який принцип або компонент професійної взаємодії порушено, та переписати репліки консультанта у професійно доцільній формі.	6

Тема 3. Актуальні питання організації консультативної взаємодії	Структура консультації. Початок консультативної взаємодії. Термінологічна «кухня» консультування. Дослідження проблеми: збір інформації. Первинна діагностика проблеми. Ідентифікація проблеми. Постановка та розв'язання терапевтичного завдання. Результативність консультативної роботи	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Запропонуйте на набір симптомів, які б описували: «синдром дитячого неблагополуччя дитини 1-2 років», «синдром, неблагополучного підлітка», «синдром нелюблячого батька», «синдром невпевненого батька», «синдром побитої жінки». Кейси: «Аналіз скарги клієнта», «Формування психологічних гіпотез».	6
Тема 4. Налагодження ефективного контакту психолога з клієнтом	Поняття про рапорт. Підстройка: фокус уваги та калібрування. Сутність підстройки. Робота з сенсорними модальностями. Нетестова діагностика: поняття про психологічні ключі	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Доповіді на вибір: «Тренування гостроти зорового сприйняття»/ «Формування тактики і стратегії дослідження проблеми клієнта». Кейси та творчі завдання: «Підстройка 1-го порядку», «Визначення провідного сенсорного каналу», «Формування тактики і стратегії дослідження проблеми клієнта», «Визначення характерних патернів репрезентації людиною свого внутрішнього досвіду».	6
Тема 5. Консультативне інтерв'ю	Техніки прояснення інформації: рефлексивне слухання, заохочення мовлення. Мікронавички з'ясування та уточнення інформації. Мікронавички розпізнавання емоційних переживань. Відображення почуттів. Фокусування переживань. Емпатійна відповідь. Відображення значень	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Доповідь на тему: «Види запитань: відкриті та закриті запитання». Робота в «парах» (консультант-клієнт): «Різниця між рефлексивним та нерефлексивним слуханням». Творчі завдання: 1) «Перетвори запитання на підтримку». Студентам надаються закриті або директивні запитання психолога: «Ви сварилися з батьками?», «Ви через це засмучені?», «Чому ви не поговорили з ним?». Завдання – переформулювати їх у відкриті, уточнювальні та емпатійні репліки, які сприятимуть продовженню розповіді клієнта; 2) «Емпатійний редактор». Студентам пропонуються типові, але малоефективні реакції психолога: «Не переживайте», «Усе буде добре», «Вам треба просто відпустити цю ситуацію», «Я вас прекрасно розумію». Необхідно перетворити кожну репліку на відповідь, яка демонструє емпатійне розуміння, не дає передчасних порад і залишає	6

		клієнтові простір для подальшого розкриття переживань.	
Змістовий модуль 2. Актуальні питання психологічного консультування			
Тема 6. Емоційні реакції клієнта на консультації	Мова тілесного симптому. Активізація несвідомих процесів. Робота з образом і символом. Трансформація емоційних реакцій. Усвідомлення проблеми клієнтом. Аксіологія консультування	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Доповідь: «Опір клієнта до психологічної роботи». Кейси: «Формування психотерапевтичних реакцій»/«Виявлення опору клієнта до психологічної роботи». Творчі завдання: 1) «Що говорить тіло?» Студентам пропонується консультативна ситуація, у якій клієнт описує тілесне відчуття під час переживання проблемної ситуації. Необхідно скласти 5-7 запитань, які допоможуть дослідити це переживання, не роблячи висновку про медичну або психологічну причину симптому. Окремо визначити, які формулювання психолога можуть бути некоректними або нав'язливими; 2) «Мій символ проблеми». Студент обирає умовну консультативну проблему та створює її символічний образ у вигляді малюнка, метафори або короткого опису. Після цього формулює запитання, за допомогою яких психолог міг би допомогти клієнтові самостійно дослідити значення цього символу. Забороняється використовувати готові універсальні трактування символів.	6
Тема 7. Засоби впливу на клієнта. Терапевтичний аспект консультування	Техніки зв'язування. Неконгруентність та робота з нею. Зворотний зв'язок. Інтерпретація. Конфронтація. Робота з опором. Навіювання як основа інтервенції. Психологічна інформація як чинник впливу	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Подивитися навчальний фільм про роботу психолога-консультанта. Виділити вдалі та менш вдалі фрагменти роботи, вказати на основні помилки, які ви помітили в його роботі. Кейси: «Сповідь клієнта», «Аналіз концептуальної структури», «Інтерперсональний конфлікт», «Формування психотерапевтичних реакцій», «Виявлення опору». Творчі завдання: 1) «Один випадок — три ракурси». Студент отримує опис проблемної життєвої ситуації. Необхідно сформулювати: її первинне проблемне бачення; можливий альтернативний ракурс через рефреймінг; ресурсний погляд на ту саму ситуацію. Після цього	6

		визначити, який варіант може бути найбільш прийнятним для самого клієнта та чому рефреймінг не повинен заперечувати реальність його труднощів; 2) «Віддзеркалення без інтерпретації» У парах один студент розповідає протягом 2-3 хвилин про умовну проблему, а другий використовує лише віддзеркалення змісту, почуттів та значень. Забороняється давати поради, оцінки та інтерпретації. Після вправи «клієнт» визначає, які репліки допомогли йому краще почути та зрозуміти себе; 3) «Ресурсна карта». Студентам пропонується умовний клієнт, який переживає складну життєву ситуацію. Необхідно створити його ресурсну карту, визначивши: внутрішні ресурси; навички та попередній досвід; значущі стосунки; зовнішні ресурси; цінності; потенційні джерела підтримки; один конкретний крок, який може бути здійснений із використанням знайдених ресурсів.	
Тема 8. Техніки трансформації	Підготовка до практичного заняття, виконання практичних завдань	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Психологічне есе на вибір: «Психологічне консультування як крок до себе» / «Інсайт: сутність та складові». Кейси та творчі завдання: «Робота з притчами», «Директивні форми впливу (робота в трійках)», «Рефреймінг», «Позитивне пересмислення», «Емпатійна відповідь»	6
Тема 9. Перенесення і контрперенесення у психологічному консультуванні	Сутність перенесення. Контрперенесення. Правила консультування для психологів-початківців	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Підготовка доповіді на вибір: «Види перенесення» / «Види контрперенесення». Творча вправа: «Професійна межа». У малих групах студенти отримують картки із ситуаціями: клієнт пропонує подарунок; просить психолога стати його другом у соціальних мережах; хоче зустрітися поза консультацією; просить надати особистий номер телефону; вимагає постійного контакту між сесіями. Для кожної ситуації необхідно визначити потенційну професійну проблему та запропонувати коректний спосіб реагування психолога.	6

Тема 10. Фахова підготовка психолога-консультанта в сучасних умовах	Професійна підготовка психолога-консультанта. Підвищення професійної кваліфікації психолога-консультанта. Супервізія як невід’ємна частина підготовки психолога-консультанта. Рівні, форми, види супервізії. Вивчення статей Закону України № 4223-IX « Про систему охорони психічного здоров’я в Україні ».	Експрес опитування, складання термінологічного словника, підготовка тестів. Написання психологічних есе на вибір: «Напрями професійного розвитку психолога» / «Супервізія як форма професійної підтримки та розвитку фахівців допомагаючих професій». Обговорення кейсу: «Консультація з підлітком». Вивчення статей Закону України № 4223-IX « Про систему охорони психічного здоров’я в Україні ». Творчі завдання: 1) «Моя професійна траєкторія». Студенти створюють індивідуальну карту професійного розвитку психолога-консультанта: освіта → практична підготовка → перші професійні навички → підвищення кваліфікації → супервізія → професійна спеціалізація → безперервний розвиток. Для кожного етапу визначають знання, уміння та компетентності, які необхідно сформулювати; 2) «Закон на практиці». Студенти працюють із текстом Закону № 4223-IX. Кожна група отримує одну з тем: підготовка фахівців, безперервний професійний розвиток, стандарти якості, супервізія, сертифікація, доказовість. Завдання — визначити відповідні положення Закону та пояснити на конкретному прикладі, як вони можуть впливати на професійну діяльність психолога-консультанта.	6
---	--	--	---

ЛІТЕРАТУРА ТА НАВЧАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

Основа

1. Вавринів О.С., Яремко Р.Я. Основи психологічного консультування : навчальний посібник. Львів : ЛДУ БЖД, 2020. 112 с.
2. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. Київ : Четверта хвиля, 2004. 256 с.
3. Магдисюк Л.І., Федоренко Р.П. Основи психологічного консультування : навчальний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 360 с.
4. Панок В. Г., Чаплук Я. В., Андрєєва Я. Ф. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультування : навч. посібник / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с. URL: https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6534/1/2019-Panok_Chaplak_Andreeva.pdf
5. Славина Н.С. Психологічне консультування: навчально-методичний посібник. Кам’янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2022. 180 с.
6. Шевченко Н. Ф. Індивідуальне психологічне консультування : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Психологія» освітньо-професійної програми Психологія». Запоріжжя : Запорізький національний університет,

Додаткова

1. Калмиков Г.В. Психотерапія і психоконсультація: підходи до встановлення статусу. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. № 1, 2021 URL: <https://chasopys-ppp.dp.ua/index.php/chasopys/article/view/35/32>
2. Климчук В.О. Сучасне психологічне консультування та психотерапія: дискурс соціального конструкціонізму. *Практична психологія та соціальна робота*. № 2. 2013. С. 63-68. <https://www.academia.edu/7454145>
3. Михальчук Ю., Камінська О. Емоційна стійкість особистості: сутність та складові феномену. Міжнародні тенденції та перспективи розвитку в освіті та науці в умовах глобалізації : Збірник тез доповідей учасників Міжнародної науково-практичної конференції до 100-річчя від дня народження академіка Степана Дем'янчука (м. Рівне, 13 листопада 2025 р.). Рівне, 2025. Ч І. 340 с. С. 206-207.
4. Михальчук Ю.О. Базові концепти психологічного консультування та психотерапії ВПО. *Інноваційні дослідження та перспективи розвитку науки і техніки у XXI столітті : збірник тез доповідей учасників Міжнародної науково-практичної конференції до 30-річчя Приватного вищого навчального закладу «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука»*. Рівне, 19 жовтня 2023 р. у 4 т. Рівне : О.Зень, 2023. 275 с. С. 164-166.
5. Михальчук Ю.О. Вербальні, паравербальні та невербальні засоби спілкування психолога-консультанта. *Вісник Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука. Серія: Педагогіка та психологія*. №3 (2025).348 с. С.200-206. <https://journals.megu.rovno.ua/index.php/ped-psyh/issue/view/5/6>
6. Михальчук Ю.О. Наративи війни ВПО: досвід консультування та психотерапії. *ГАБІТУС : Науковий журнал*. Випуск 39. Одеса : Видавничий дім «Гельветика». 2022. 282 с. С. 170-174. (БАК) http://habitus.od.ua/journals/2022/39-2022/39_2022.pdf
7. Alfonso C.A. Clinical Implications of Countertransference in the Treatment of Addictions. *Psychodyn Psychiatry*. 2023 Jun;51(2). P. 133-140. doi: 10.1521/pdps.2023.51.2.133.
8. Crego A, Yela J.R., Riesco-Matías P., Gómez-Martínez M.Á., Vicente-Arruebarrena A. The Benefits of Self-Compassion in Mental Health Professionals: A Systematic Review of Empirical Research. *Psychol Res Behav Manag*. 2022 Sep 14;15. P. 2599-2620. doi: 10.2147/PRBM.S359382.
9. Holden C.L., Jeanfreau M.M. Are Perfectionistic Standards Associated with Burnout? Multidimensional Perfectionism and Compassion Experiences Among Professional MFTs. *Contemp Fam Ther*. 2023;45(2). P. 207-217. doi: 10.1007/s10591-021-09605-6.

Інформаційні ресурси

1. Етичний кодекс психологів-консультантів. Асоціація психологічного консультування та травматерапії. – Режим доступу: <https://www.psycounseling.org/ethics>
2. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського: www.nbuv.gov.ua
3. Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України: Наказ МОН України від 22.05.2018 № 509. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18>
4. Про затвердження Порядку застосування методів психологічного і психотерапевтичного впливу: Наказ МОЗ України від 15.04.2008 № 199. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0577-08>
5. Google Академія: <http://scholar.google.com.ua>

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ**Загальна політика**

Здобувач освіти має відвідувати всі заняття згідно розкладу, не спізнюватися. Дотримуватися етики поведінки. Працювати з навчальною літературою, з літературою на електронних носіях і в Інтернеті. При пропуску занять проводиться усна співбесіда за темою. Відпрацьовувати

	практичні заняття. Виконати індивідуальне завдання.
Політика щодо дедлайнів та перескладання	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку.
Політика щодо академічної доброчесності	Під час виконання завдань вимагається дотримання правил академічної доброчесності. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час онлайн-тестування. При виконанні усіх видів завдань у випадку використанні штучного інтелекту здобувач має дотримуватися Політики відповідального, етичного та безпечного використання технологій штучного інтелекту (ШІ) у Приватному вищому навчальному закладі «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука», розробленої для всіх учасників освітнього, наукового та адміністративного процесу.

ОЦІНЮВАННЯ

Нарахування балів	
Види оцінювання	Бали
Змістовий модуль 1	30
Змістовий модуль 2	30
Підсумковий контроль (теми 1-10) –іспит	40

Розподіл балів для оцінювання успішності студентів		
Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	задовільно
60-63	E	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни