

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ  
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

Кафедра сімейної та спеціальної педагогіки і психології

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ**  
**ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ,**  
**ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**  
**З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**«ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ**  
**ОСОБИСТОСТІ»**  
*для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти*  
*спеціальності 012 Дошкільна освіта*

Одеса 2023

УДК 159.922

*Рекомендовано до друку Вченою радою Державного закладу  
«Південноукраїнський національний педагогічний  
університет імені К. Д. Ушинського»  
протокол №13 від 29.06.2023 року*

**Рецензенти:**

**Бутузова Л. П.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, логопедії та інклюзивної освіти Житомирського державного університету імені Івана Франка

**Тодорцева Ю. В.** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології та соціальної роботи Національного університету «Одеська політехніка»

**Кримова Н. О.** Методичні рекомендації до проведення практичних занять, організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Теорія і практика психологічної допомоги особистості» для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти, спеціальності 012 Дошкільна освіта: метод. реком. Одеса, Університет Ушинського, 2023. 50 с.

Методичні рекомендації до проведення практичних занять, організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Теорія і практика психологічної допомоги особистості» містять: передмову, загальну інформацію про навчальну дисципліну, теми лекційного курсу, плани практичних занять, питання для самоперевірки, вимоги до виконання самостійної роботи, перелік індивідуальних науково-дослідних завдань, тестові завдання, глосарій.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	4
<b>РОЗДІЛ 1. ОПИС ТА СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ</b> .....	6
1.1. Опис навчальної дисципліни.....	6
1.2. Критерії оцінювання за різними видами роботи.....	7
<b>РОЗДІЛ 2. ТЕМИ ЛЕКЦІЙНОГО КУРСУ</b> .....	14
<b>РОЗДІЛ 3. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ</b> .....	16
3.1. Теми практичних занять.....	17
<b>РОЗДІЛ 4. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ</b> .....	25
<b>РОЗДІЛ 5. ІНДИВІДУАЛЬНІ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНІ ЗАВДАННЯ</b> .....	28
5.1 Приблизна тематика есе.....	28
5.2 Методичні вказівки щодо оформлення есе.....	29
<b>РОЗДІЛ 6. КОНТРОЛЬНІ ЗАСОБИ ПЕРЕВІРКИ РЕЗУЛЬТАТІВ ПРАКТИЧНОЇ ТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ</b> .....	32
6.1. Приклади тестових питань для поточного контролю.....	32
<b>ГЛОСАРІЙ</b> .....	34
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	43
<b>ДОДАТКИ</b> .....	45

## ВСТУП

Навчальна дисципліна «Теорія і практика психологічної допомоги особистості» належить до переліку обов'язкових дисциплін у підготовці здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня за спеціальністю 012 Дошкільна освіта, ОПП «Дошкільна освіта. Практична психологія в закладах дошкільної освіти».

Основними завданнями дисципліни «Теорія і практика психологічної допомоги особистості» є: формування у майбутніх фахівців дошкільної освіти цілісної системи спеціальних знань про теоретичні і практичні аспекти психологічної допомоги; розкриття сутності основних понять, змісту, принципів психологічної допомоги; усвідомлення теоретичних підходів, які пояснюють природу психологічних проблем особистості і пропонують шляхи їх розв'язання; ознайомлення з технологіями психологічної допомоги; поглиблення знань про професійну підготовку практичного психолога.

Мета навчальної дисципліни «Теорія і практика психологічної допомоги особистості»: сприяння професійному становленню здобувачів освітнього ступеня магістр через формування знань, умінь та навичок інформаційно-аналітичної та прикладної діяльності у сфері практичної психології.

### **Очікувані результати вивчення дисципліни:**

#### **знати:**

- сучасні принципи і стратегії психологічної допомоги;
- основні напрямки надання психологічної допомоги;
- теорії особистості, що є основою для діяльності з надання психологічної допомоги;
- основні принципи встановлення професійних відносин між психологом і клієнтом;
- основні види психологічного впливу і складові процесу психологічної допомоги;
- основи надання екстреної психологічної допомоги по телефону довіри;

- особливості організації різних видів психологічної допомоги (психологічної профілактики, психологічної діагностики, психологічної корекції та інше) і умови визначення оптимального способу психологічного впливу на особу, що потребує психологічної допомоги.

**уміти:**

- орієнтуватися в основних сучасних теоріях особистості, що застосовуються в психологічному консультуванні;

- оперувати основними прийомами надання психологічної допомоги по телефону довіри;

- діагностувати психологічні стани осіб, які потребують психологічної допомоги;

- опанувати сучасними методами, прийомами і формами організації різних видів психологічної допомоги (психологічної профілактики, психологічної діагностики, психологічної корекції та інше);

- застосовувати отримані знання в практичній діяльності.

Освоєння навчальної дисципліни «Теорія і практика психологічної допомоги особистості» здобувачами вищої освіти другого (магістерського) рівня сприяє, по-перше, формуванню і удосконаленню практичних навичок, умінь для набуття компетентностей, визначених ОПП «Дошкільна освіта. Практична психологія в закладах дошкільної освіти», по-друге, формуванню та розвитку професійних умінь приймати самостійні рішення в галузі майбутньої спеціальності.

## РОЗДІЛ 1.

### 1.1. Опис та структура навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, ОПП, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка	<b>Статус дисципліни:</b> Обов'язкова	
Змістових модулів – 2	Спеціальність 012 Дошкільна освіта. ОПП Дошкільна освіта. Практична психологія в закладах дошкільної освіти. ОПП Дошкільна освіта. Логопедія в закладах дошкільної освіти	<b>Рік підготовки:</b> 1-й   1-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання – есе		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин - 90		1-й	1-й
		<b>Лекції</b>	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 4	Рівень вищої освіти: другий (магістерський)	10 год.	4 год
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		16 год.	6 год
		<b>Самостійна робота</b>	
		54 год.	70 год
		<b>Індивідуальні завдання:</b>	
		10 год.	10 год.
		<b>Вид контролю:</b> екзамен	

## 1.2. Критерії оцінювання за різними видами роботи

Вид роботи	Бали	Критерії
Практичні завдання	0 балів	Здобувач відтворює незначну частину навчального матеріалу, має поверхові уявлення про предмет вивчення, неаргументовано висловлює думку. Використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, виконує практичні завдання за умови сторонньої допомоги.
	1 бал	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, виконуючи практичні завдання; аналізує, робить висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але припускається неточностей. Здобувач самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, виконуючи практичні завдання. Виконані завдання у цілому відповідають вимогам, хоча мають незначні огріхи.
	2 бали	Здобувач володіє міцними знаннями, оперує ними при виконанні практичних завдань. Самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичні завдання. Не припускається помилок при їхньому виконанні. Здобувач виступає експертом практичних завдань, що виконали однокурсники.
Самостійна робота	0 балів	Здобувач розпізнає деякі об'єкти вивчення та визначає їх на побутовому рівні, може описувати деякі об'єкти вивчення; має фрагментарні уявлення з предмета вивчення; виконує елементарні прийоми практичних завдань.
	1 бал	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; самостійно та за допомогою викладача може виконувати частину практичних завдань; знає послідовність виконання завдання; практичні завдання містять багато суттєвих відхилень від установлених вимог, при їх виконанні потребує систематичної допомоги викладача.

	2 бали	Здобувач самостійно і логічно відтворює фактичний і теоретичний матеріал та наводить приклади; володіє навчальним матеріалом і використовує набуті знання, уміння у стандартних ситуаціях; самостійно виконує практичні завдання відповідно до методичних рекомендацій; практичні завдання мають окремі помилки; користується необхідними навчально-методичними матеріалами.
	3 бали	Здобувач володіє глибокими знаннями, демонструє відповідні компетентності, використовує їх у нестандартних ситуаціях, самостійно працює з інформацією у відповідності до поставлених завдань; систематизує та узагальнює навчальний матеріал; самостійно користується додатковими джерелами інформації; без похибок виконує та аналізує практичні завдання.
Письмова робота	0-5 балів	Неповне виконання завдання, неповне висвітлення матеріалу; фрагментарність подання інформації.
	6-10 балів	Виконання завдання достатньо повне, але є порушення логіки та послідовності, окремі помилки.
	11-15 балів	Виконання завдання досить повне, логічне, натомість є відповіді, які не завжди обґрунтовані.
	16-20 балів	Повне, правильне, змістовне виконання завдання з самостійним, творчим підходом.
ІНДЗ - есе	1-3 бали	Здобувач не розкриває тему есе, має поверхові уявлення з питання, не аргументовано висловлює думку. Висловлення характеризується фрагментарністю. Наведені аргументи дублюють один одного, або не є доречними; прикладу немає або є не доречним. У роботі є помилки, що заважають розумінню написаного. Висновки не повністю відповідають запропонованій темі.
	3-7 балів	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, аналізує, але деякі аргументи нелогічні. В есе більшість прикладів і доказів є доречними і конкретизованими, позиція автора зрозуміла. Есе майже не містить помилок або є помилки, що не заважають розумінню



		написаного. Висновки відповідають запропонованій темі.
	7-10 балів	Автор застосовує в есе теоретичні поняття, терміни, узагальнення, ідеї. Есе цілісне, логічне за структурою. В есе аналізуються різні підходи, наводяться доречні аргументи, використовується інформація з різних джерел наукової літератури для розв'язання проблемно-орієнтованого завдання; приклади переконливі, конкретизовані. Здобувач володіє міцними знаннями, оперує ними при виконанні завдання. Думка автора характеризується оригінальністю, наводяться цікаві і нешаблонні аргументи. Продемонстровано достатній словниковий запас (використано різноманітні лексичні одиниці). Висновки відповідають запропонованій темі й органічно пов'язані із змістом есе, аргументами та прикладами.

### Критерії оцінювання підсумкового контролю (екзамен)

Для навчальної дисципліни «Теорія і практика психологічної допомоги особистості» за навчальним планом передбачає підсумковий контроль у формі екзамену, відводиться 20 балів. Здобувач вищої освіти може скласти екзамен, якщо кількість отриманих впродовж вивчення дисципліни балів не менше, як 40.

Бали	Критерії
0 балів	Здобувач не відповідає на запитання.
1-5 балів	Здобувач розпізнає деякі об'єкти вивчення та визначає їх на побутовому рівні, може описувати деякі об'єкти вивчення; має фрагментарні уявлення з предмета вивчення; використовує елементарні прийоми виконання практичного завдання.
6-10 балів	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; виконує частину практичного завдання.

11-15 балів	Здобувач надає відповіді на запитання в цілому правильні, але здобувач припускається помилок у визначеннях. Здобувач робить власні висновки, наводить приклади практичного використання; виконує практичне завдання з незначними огріхами.
16-20 балів	Здобувач надає відповіді на запитання повні, обґрунтовані, логічно побудовані, з прикладами практичного використання; відповідаючи, здобувач розмірковує, робить власні висновки виконує правильно практичне завдання.

### Критерії оцінювання за всіма видами контролю

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90-100 А)	Здобувач має ґрунтовні знання про напрямки надання психологічної допомоги; основні теорії особистості, що є основою для діяльності з надання психологічної допомоги; принципи встановлення професійних відносин між психологом і клієнтом; основні види психологічного впливу і складові процесу психологічної допомоги; основи надання екстреної психологічної допомоги по телефону довіри; особливості організації різних видів психологічної допомоги. Розуміє й усвідомлює інформацію, необхідну для визначення психологічної допомоги людині з урахуванням її особистісних особливостей. Усні відповіді повні, логічні й обґрунтовані. Вміє вільно користуватися поняттями та категоріями, що розкривають зміст дисципліни; збирати анамнез та пропонувати індивідуально-орієнтовані траєкторії допомоги. Виявляє здатність до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення; до самостійного пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел; ідентифікувати, формулювати та розв'язувати проблеми. Демонструє обґрунтовані рішення і діє відповідно

	<p>до морально-етичних і правових норм. Здобувач вміє планувати, прогнозувати і передбачати наслідки своїх дій. Виявляє творчий підхід до організації різних видів психологічної допомоги.</p>
<p>Добре (82-89 В)</p>	<p>Здобувач має достатні знання про напрямки надання психологічної допомоги; основні теорії особистості, що є основою для діяльності з надання психологічної допомоги; принципи встановлення професійних відносин між психологом і клієнтом; види психологічного впливу і складові процесу психологічної допомоги; основи надання екстреної психологічної допомоги по телефону довіри. Усні відповіді повні, логічні, натомість не завжди обґрунтовані. Володіє вміннями: вільно користуватися поняттями та категоріями, що розкривають зміст дисципліни; збирати анамнез та пропонувати індивідуально-орієнтовані траєкторії допомоги. Загалом здатний до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення. Виявляє здатність до самостійного пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел, натомість під час формулювання та розв'язування проблеми припускається незначних помилок. Достатньо усвідомлено приймає обґрунтовані рішення і діє відповідно до морально-етичних і правових норм. Обізнаний з організацією різних видів психологічної допомоги. У цілому вміє складати висновок за результатами дослідження.</p>
<p>Добре (74-81 С)</p>	<p>Здобувач має знання про напрямки надання психологічної допомоги; основні теорії особистості, що є основою для діяльності з надання психологічної допомоги; види психологічного впливу і складові процесу психологічної допомоги; основи надання екстреної психологічної допомоги</p>

	<p>по телефону довіри; особливості організації різних видів психологічної допомоги, але припускається певних помилок. Визначення основних принципів встановлення професійних відносин між психологом і клієнтом викликає певні труднощі. Усні відповіді повні, логічні, натомість не завжди обґрунтовані. Володіє вміннями вільно користуватися поняттями та категоріями, що розкривають зміст дисципліни та пропонувати індивідуально-орієнтовані траєкторії допомоги, натомість визначення та удосконалювання форм та змісту психологічної допомоги викликає певні труднощі. Усні відповіді цілком логічні, проте не завжди повні й аргументовані. Здатний до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення. Не завжди виявляє здатність до самостійного пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел, не вміє чітко формулювати та розв'язувати проблеми. Здатний усвідомлено приймати обґрунтовані рішення. У цілому вміє скласти висновок за результатами дослідження, але іноді потребує незначної допомоги з боку викладача.</p>
<p>Задовільно (64-73 D)</p>	<p>Здобувач має недостатні знання про напрямки надання психологічної допомоги; основи надання екстреної психологічної допомоги по телефону довіри; особливості організації різних видів психологічної допомоги, припускається значних помилок. Усні відповіді не повні, здобувач ускладняється в їх обґрунтуванні. Володіє вміннями користуватися поняттями та категоріями, що розкривають зміст дисципліни, але пропонувати траєкторії допомоги не здатний. Аналіз та обробка інформації з різних джерел іноді викликає труднощі; практично не виявляє здатності</p>

	<p>ідентифікувати, формулювати та розв'язувати проблеми. У плануванні і прогнозуванні своїх дій потребує значної допомоги. Не виявляє творчого підходу при складанні висновку за результатами дослідження та потребує допомоги з боку викладача.</p>
<p>Задовільно (60-63 E)</p>	<p>Здобувач має несистемні знання про основні напрямки надання психологічної допомоги; основні теорії особистості, що є основою для діяльності з надання психологічної допомоги, і припускається суттєвих помилок. Визначення психологічних методів та засобів психологічної допомоги особистості викликає значні труднощі. Усні відповіді не повні й не обґрунтовані. Пропонувати траєкторії допомоги викликає значні труднощі. Практично не виявляє здатності до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення; до самостійного пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел. Не вміє ідентифікувати, формулювати та розв'язувати проблеми. Виявляє низьку здатність до обґрунтованих рішень, а у плануванні і прогнозуванні своїх дій потребує суттєвої допомоги. Не завжди вміє скласти висновок за результатами дослідження, та потребує допомоги з боку викладача.</p>
<p>Незадовільно (35-59 FX)</p>	<p>Здобувач має несистемні, фрагментарні знання про основні поняття категоріального апарату, принципи, завдання і методи діяльності в рамках психологічної допомоги; у визначенні психологічних методів та засобів психологічної допомоги особистості припускається грубих помилок. Усні відповіді часткові, не обґрунтовані. Не володіє вміннями користуватися поняттями та категоріями, що розкривають зміст дисципліни; використовувати психологічні методи та</p>

	засоби роботи практичного психолога; не виявляє здатності до продуктивного (абстрактного, образного, дискурсивного, креативного) мислення. Не вміє проводити психологічне дослідження, інтерпретувати одержані дані, скласти висновок за результатами дослідження.
Незадовільно (0-34 F)	Здобувач не виконує вимоги програми навчальної дисципліни: не сформовані знання уміння та навички. Здобувач не допускається до екзамену та проходить повторне вивчення дисципліни.

### Шкала оцінювання за всіма видами контролю

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

## **РОЗДІЛ 2.**

### **ТЕМИ ЛЕКЦІЙНОГО КУРСУ**

**Тема 1. Теоретико-методологічні основи процесу психологічної допомоги особистості.** Поняття психологічної допомоги. Зміст психологічної допомоги. Галузі психологічної допомоги. Практичне забезпечення психологічної допомоги. Професійна підготовка практичного психолога. Етичні засади діяльності практичного психолога.

**Тема 2. Види допомоги людині: зміст та виконання. Методи психодіагностики.** Наддирективна, директивна, слабо директивна та недирективна психологічна допомога. Види психологічної допомоги: психологічна діагностика, психологічна корекція, психологічне консультування, психологічна терапія. Види психологічної допомоги за критерієм категорії об'єктів. Поняття про психологічний запит та основні причини звернень за психологічною допомогою.

**Тема 3. Теоретичні та морально-етичні основи надання екстреної психологічної допомоги по «Телефону Довіри» (ТД).** Специфіка і перспективи телефонного консультування. Основна ціль діалогу при телефонному консультуванні. Принципи телефонного консультування. Етичний кодекс. Феномен емоційного «згоряння».

**Тема 4. Теоретичні основи психологічної допомоги особистості: психодинамічний підхід.** Основні поняття психодинамічного підходу. Ознаки і положення напрямку. Основні процедури психодинамічного напрямку.

**Тема 5. Теоретичні основи психологічної допомоги особистості: гуманістичний підхід.** Основні ідеї і особливості гуманістичного підходу. Ознаки і поняття гуманістичного напрямку. Основні положення напрямку. Базові принципи консультанта в межах гуманістичного напрямку. Психотехніки і методики.

### РОЗДІЛ 3.

## МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Є три методи навчання мудрості.

Перший - через наслідування,  
і він самий благородний.

Другий - через повторення,  
і він найпростіший.

Третій - через досвід,  
і він самий гіркий.

Конфуцій

### 3.1. Теми практичних занять

№ теми	Назва теми Форма заняття	Кількість годин	
1	<i>Семінар.</i> Основи процесу психологічної допомоги особистості	2	1
2	Базові навички психологічного консультування: <i>практикум.</i>	4	2
3	<i>Круглий стіл.</i> Основи надання екстреної психологічної допомоги по «Телефону Довіри».	2	3
4	<i>Практичне заняття.</i> Основні техніки роботи (психоаналіз і аналітична психологія).	2	4 4
4	<i>Практичне заняття.</i> Методи і техніки роботи (індивідуальна психологія, транзактний аналіз).	2	5
5	<i>Практичне заняття.</i> Техніки логотерапії.	2	
5	<i>Семінар.</i> Особливості індивідуальної і групової роботи в клієнтцентрованому підході.	1	5 5
5	<i>Кейс-метод.</i> Сесія К. Роджерса з Глорією. Інтент-аналіз.	1	
<b>Разом</b>		16	6



## **Тема 1. Семінар «Основи процесу психологічної допомоги особистості»**

*Форма організації на занятті (участь у колективному обговоренні)*

1. Психологічна допомога: поняття, мета, завдання.
2. Зміст психологічної допомоги.
3. Основні сфери застосування психологічної допомоги
4. Труднощі і специфіка психологічної допомоги.
5. Практичне забезпечення процесу психологічної допомоги.

*Обов'язкове практичне завдання*

Створення картографії «Психологічна допомога особистості».

### **Рекомендована література**

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2017. 212 с.

2. Зварич І. М. Екзистенційна та гуманістична психологія : навчальний посібник / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко, Т. А. Колтунович; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці: Чернівецьк. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 496 с.

3. Каменщук Т., Коритчук Н. Загальні засади організації першої психологічної допомоги постраждалим вт умовах надзвичайних ситуацій. Вісник студентського наукового товариства факультету права, публічного управління та адміністрування. Вип.1. Збірник наукових праць. Вінниця : ТОВ «Друк», 2022. 184 с. С. 74-78.

4. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.

5. Протоколи надання першої психологічної допомоги військовослужбовцям Національної гвардії України в екстремальних умовах діяльності : посібник / О.С. Колесніченко, Я.В. Мацегора, І.І. Приходько / За заг. ред. проф. І.І. Приходька. Х. : НА НГУ, 2018. 40 с.

6. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

**Тема 2. Базові навички психологічного консультування: практикум.**

*Форма організації на занятті (робота в мікрогрупах).*

Процедура консультування. Основні етапи психологічного консультування.

1. Підготовчий етап. Мета: встановлення взаєморозуміння, робочого альянсу з клієнтом, створення структури спільної роботи

2. Збір інформації. Мета: визначення проблеми ідентифікація потенційних можливостей клієнта.

3. Бажаний результат. Мета: відповіді на запитання: До чого хоче прийти клієнт? Яким би він хотів стати (характерні ознаки бажаного ідеального стану)? Що станеться, коли проблеми будуть вирішені? (Це інформує психолога про те, що саме хоче клієнт).

4. Вироблення альтернативних рішень. Мета: визначення альтернатив та проаналізувати наслідки різних варіантів вирішення даної проблеми.

5. Планування. Мета: здійснюється критична оцінка обраних альтернатив рішення.

6. Експериментування. Мета: перехід від роздумів, аналізу до дії (корекція поведінки клієнта).

*Обов'язкове практичне завдання*

Вирішення ситуативних задач: визначте питання щодо гіпотетичного запиту клієнта. Продумайте гіпотези щодо ситуації. Визначити та проаналізувати виявлені теми.

**Рекомендована література**

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2017. 212 с.

2. Каменщук Т., Коритчук Н. Загальні засади організації першої психологічної допомоги постраждалим вт умовах надзвичайних ситуацій. Вісник студентського наукового товариства факультету права, публічного управління та адміністрування. Вип.1. Збірник наукових праць. Вінниця : ТОВ «Друк», 2022. 184 с. С. 74-78.

3. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чапак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.

### **Тема 3. Круглий стіл. Основи надання екстреної психологічної допомоги по «Телефону Довіри».**

*Форма організації на занятті (участь у колективному обговоренні)*

1. Поняття екстреної психологічної допомоги: надання допомоги по телефону. Цілі, завдання і методи надання допомоги по телефону.

2. Нормативні документи, що регламентують діяльність психолога служби Телефону Довіри.

3. Основні принципи надання психологічної допомоги по телефону.

4. Етичні принципи діяльності психолога по Телефону Довіри: етика організації, етика консультанта, етика абонента.

5. Психологія телефонного діалогу.

6. Класифікація запитів клієнтів різного віку.

7. Види питань в телефонному консультаванні. Техніка активного слухання. Особливості укладення контракту при телефонному консультаванні.

*Обов'язкове практичне завдання*

Есе «Специфіка телефонного консультавання. Перспективи он-лайн консультавання».

### Рекомендована література

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2017. 212 с.
2. Зварич І. М. Екзистенційна та гуманістична психологія : навчальний посібник / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко, Т. А. Колтунович; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці: Чернівецьк. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 496 с.
3. Каменщук Т., Коритчук Н. Загальні засади організації першої психологічної допомоги постраждалим вт умовах надзвичайних ситуацій. Вісник студентського наукового товариства факультету права, публічного управління та адміністрування. Вип.1. Збірник наукових праць. Вінниця : ТОВ «Друк», 2022. 184 с. С. 74-78.
4. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультавання : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.
5. Протоколи надання першої психологічної допомоги військовослужбовцям Національної гвардії України в екстремальних умовах діяльності : посібник / О.С. Колесніченко, Я.В. Мацегора, І.І. Приходько / За заг. ред. проф. І.І. Приходька. Х. : НА НГУ, 2018. 40 с.
6. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

#### **Тема 4. Практичне заняття. Основні техніки роботи (психоаналіз і аналітична психологія).**

##### *Форма організації на занятті (робота в групах)*

1. Психоаналітичне первинне інтерв'ю.
2. Подвійна роль психолога-консультанта.
3. Форми інтервенції: вербальні, невербальні.

4. Аналіз сновидінь.

5. Психосоматичний підхід.

*Обов'язкове практичне завдання*

Консультативна взаємодія «психолог-клієнт». Робота в групах (клієнт, психолог, супервізор).

### **Рекомендована література**

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2017. 212 с.

2. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультавання : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.

### **Тема 4. Практичне заняття. Методи і техніки роботи (індивідуальна психологія, транзактний аналіз)**

*Форма організації на занятті (робота в парах)*

1. Позиція психолога. Вимоги і чекання від клієнта.

2. Опрацювання процедури: установлення добрих відносин, аналіз і проробка особистісної позиції клієнта, підбадьорення, заохочення, розвиток саморозуміння (інсайту) і допомога в переорієнтації.

3. Опитувальник сімейного сузір'я.

4. Аналіз сновидінь.

5. Структурний аналіз.

6. Аналіз психологічних ігор.

7. Аналіз життєвого сценарію.

8. Аналіз життєвої позиції.

*Обов'язкове практичне завдання*

Вирішення ситуативних задач.

### Рекомендована література

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2017. 212 с.
2. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.
3. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

### **Тема 5. Практичне заняття. Техніки логотерапії.**

*Форма організації на занятті (робота в малих групах)*

1. Метод дерефлексії.
2. Метод парадоксальної інтенції.
3. Сократівський діалог.
4. Персональне осмислення життя.

*Обов'язкове практичне завдання*

Консультативна взаємодія «психолог-клієнт».

### Рекомендована література

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2017. 212 с.
2. Зварич І. М. Екзистенційна та гуманістична психологія : навчальний посібник / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко, Т. А. Колтунович; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці: Чернівец. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 496 с.
3. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.

**Тема 5. Семінар. Особливості індивідуальної і групової роботи в клієнтцентрованому підході.**

*Форма організації на занятті (участь у колективному обговоренні)*

1. Специфіка індивідуальної і групової роботи.
2. Умови, необхідні для підтримки атмосфери, що сприяє процесу психологічної допомоги.
3. Тріада К. Роджерса.
4. Основні компоненти роджерівської психотехніки: встановлення конгруентності, вербалізація, відображення емоцій.

*Обов'язкове практичне завдання*

Вирішення ситуативних задач.

**Рекомендована література**

1. Зварич І. М. Екзистенційна та гуманістична психологія : навчальний посібник / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко, Т. А. Колтунович; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 496 с.

2. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг.ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.

**Тема 5. Кейс-метод. Сесія К. Роджерса з Глорією. Інтент-аналіз.**

*Форма організації на занятті (групова робота)*

Аналіз сесії з фіксуванням методів клієнтцентрованого підходу.

Іntenціональні основи психотерапевтичного дискурсу.

Дослідження інтенціональних характеристик психотерапевтичного дискурсу.

*Обов'язкове практичне завдання*

Кейс-метод. За результатами аналізу учасники пишуть висновки.

### Рекомендована література

1. Зварич І. М. Екзистенційна та гуманістична психологія : навчальний посібник / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко, Т. А. Колтунович; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці: Чернівецьк. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 496 с.

2. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг.ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.



## РОЗДІЛ 4.

### ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

#### **Тема 1. Професійна компетентність практичного психолога.**

*Питання для самостійної роботи.*

1. Компетентність як найважливіша умова успішної професійної діяльності психолога.
2. Які основні вимоги до підготовленості психолога з фахових дисциплін?
3. Які дисципліни відносяться до основних сфер спеціалізації?
4. Які професійні якості психолога?

*Завдання для самостійної роботи.*

Надайте характеристику професійної компетентності психолога.

#### **Тема 2. Методи психодіагностики.**

*Питання для самостійної роботи.*

1. Визначення поняття «психодіагностика».
2. Загальна характеристика і класифікація методів психодіагностики.
3. В яких трьох основних діагностичних підходах конкретизується психодіагностичний метод?
4. Наведіть приклади відкритих, закритих, прямих і непрямих запитань.
5. Які критерії класифікації психодіагностичних методів?
6. Які є групи проєктивних методик?

*Завдання для самостійної роботи.*

Надайте класифікацію психодіагностичних процедур.

#### **Тема 3. Етичні питання: психолог в он-лайн-просторі.**

*Питання для самостійної роботи.*

1. Етичні засади професійної комунікації психологів.
2. Які основні підходи сучасної психології до проблеми етики

спілкування та професійної комунікації?

3. Хто з дослідників вивчав «комунікативний простір»?

4. Інтеракція як спроба регулювати хід взаємовідносин за допомогою вербальних і невербальних засобів комунікації.

5. Етичні стандарти у роботі психолога.

6. Порівняння вітчизняного етичного кодексу психолога з етичними кодексами психологічних асоціацій інших країн.

*Завдання для самостійної роботи.*

Визначте складнощі і переваги психологічного консультування в онлайн просторі.

#### **Тема 4. Психодинамічний підхід. Аналіз кейсу. Аналіз відеоматеріалів.**

*Питання для самостійної роботи.*

1. Визначить психологічні механізми, явища, закономірності, гіпотези до ситуацій:

A. «Він зовсім не цікавиться хлопчачими справами, у нього немає друзів серед хлопчиків, він увесь час проводить з дівчатами, навіть шиє з ними (про хлопчика 6 років).

B. «Він на нас взагалі не звертає уваги» (про хлопчика 5 років).

C. «Вона неможлива дитина. Нікого не слухається» (про дівчинку 5 років).

*Завдання для самостійної роботи.*

Опишіть проблемну ситуацію, психологічну сесію у діалозі «психолог-клієнт». Надайте аналіз.

#### **Тема 5. Гуманістичний підхід. Аналіз кейсу.**

*Питання для самостійної роботи.*

1. Надайте метафоричний опис психологічних понять: воля; свобода; сенс життя; щастя; любов; свобода вибору...

2. Вправа «Слухати та розуміти» є адаптацією однієї з вправ, які давав своїм учням К. Роджерс. Вправа має допомогти оцінити, наскільки добре розуміємо іншу людину. «Наступного разу, коли ви почнете сперечатися з сусідом по кімнаті, близьким другом або маленькою групою друзів, припиніть дискусію на секунду. Встановіть таке правило: будь-хто може висловити своє заперечення лише після того, як він точно перекаже думки та почуття того, хто говорив раніше. Перш ніж висловлювати свою точку зору, ви повинні дійсно зрозуміти думки та почуття протилежної сторони та підсумовувати їх. Коли ви спробуєте зробити цю вправу, вона може спочатку здатися вам складною. Але як тільки ви зможете стати на думку іншої людини, ваші власні уявлення сильно зміняться. Відмінності знімаються у процесі розуміння. Будь-які відмінності, що зберігаються, стануть кожному з вас більш очевидні».

3. Висновки щодо аналізу листа Сьюзан (див. Додатки).

*Завдання для самостійної роботи.*

Малюнок «Місто майбутнього». Визначте, що є головним і актуальним для Вас, а що залишалось поза увагою. Аналіз.

## РОЗДІЛ 5.

### ІНДИВІДУАЛЬНІ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНІ ЗАВДАННЯ

Підготувати есе на електронному і паперовому носіях, виступити на практичному занятті з відповідною тематикою (протягом семестру).

#### 5.1. Приблизна тематика есе:

1. Психологічна допомога: методи, теорії, техніки.
2. Порівняльний аналіз групової та індивідуальної форм психологічної допомоги.
3. Телефонне консультування: ризики і переваги.
4. Актуальні концепції на сучасному етапі становлення психологічної допомоги.
5. Базові принципи консультанта в межах гуманістичного напрямку.
6. Етика професійної діяльності практичного психолога.

**ЗДОБУВАЧ ПРИ ВИКОНАННІ ІНДЗ ПОВИНЕН ДОТРИМУВАТИСЯ ПРИНЦИПІВ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ, НЕ ДОПУСКАТИ АКАДЕМІЧНИЙ ПЛАГІАТ.**

*Академічний плагіат* – оприлюднення (частково або повністю) наукових (творчих) результатів отриманих іншими особами, як результатів власного дослідження (творчості), та/або відтворення опублікованих текстів інших авторів без відповідного посилання (відповідно до ст. 69 Закону України «Про вищу освіту»).

#### ***Види академічного плагіату:***

- копіювання;
- перефразування;
- компіляція;
- використання інформації (факти, ідеї, формули, числові значення тощо) з джерела без посилання на це джерело;

– подання як власних робіт (тез, аналітичних звітів, письмових робіт, есе тощо), виконаних на замовлення іншими особами, у тому числі робіт, стосовно яких справжні автори надали згоду на таке використання.

## **5.2. Методичні вказівки щодо оформлення есе**

Структура написання есе зазвичай складається з таких частин:

- вступ;
- основна частина;
- висновок;
- список використаних джерел (літературні джерела (не більше 5) розміщуються в алфавітному порядку, відповідно до ДСТУ 8302:2015).

На титульному листі до структури есе вказують назву навчального закладу, предмет, тему роботи, ПІБ та курс, групу студента, ПІБ, науковий ступінь та посаду викладача.

Основні технічні вимоги до написання есе:

- шрифт – Times New Roman;
- міжрядковий інтервал – 1,5;
- кегль – 14;
- мова – державна;
- текст розташовується з одного боку аркуша паперу формату А4 (210 x 297 мм);
- до 40 рядків на сторінку;
- в есе має бути назва (збігається з тематикою тексту);
- відступи від країв аркуша – зліва 3 см, згори та знизу 2 см, справа 1,5 см;
- за наявністю використаної літератури – посилання на джерело (наприклад, [1, с. 11]).

Матеріал есе слід викладати грамотно, науковим стилем. Текст роботи не повинен містити повторів та бути перевантаженим цитатами. Не

припустимо переписування тексту з літературних джерел, їх цитування без посилань, що порушує вимоги академічної доброчесності. При написанні есе необхідно робити посилання на джерела, матеріали або окремі результати з яких наведено в роботі, або на ідеях і висновках яких розроблюються проблеми та питання, вивченню яких присвячена робота студента. Такі посилання дають змогу відшукати документи й перевірити достовірність відомостей про цитування документа, дають необхідну інформацію щодо нього, допомагають з'ясувати його зміст, мову тексту, обсяг.

Вивчаючи літературу, важливо аналізувати знайдену інформацію і використовувати тільки ту, яка безпосередньо стосується теми роботи. При згадуванні в тексті прізвищ (учених-дослідників, практиків) ініціали, як правило, ставлять перед прізвищем (З. Фрейд, а не Фрейд З., як це прийнято в списках літератури).

Основними літературними джерелами під час написання кваліфікаційної роботи є навчальні посібники, підручники, монографії, наукові статті та ін.

Особливою формою фактичної роботи з літературними джерелами є цитати. Органічно вплетені у текст роботи, вони становлять невід'ємну його частину. Цитати використовуються для того, щоб точно передати думку автора першоджерела. Вони є необхідною опорою авторові роботи у процесі аналізу та синтезу інформації. Відштовхуючись від їх змісту, можна створити систему переконливих доказів, потрібних для об'єктивної характеристики явища, яке вивчається. У всіх випадках кількість використаних цитат повинна бути оптимальною, тобто визначатися потребами розроблення теми роботи. Можливі два способи цитування: а) пряме цитування, в цьому випадку в лапках дослівно повторюється текст із відповідного джерела (у посиланні на джерело через крапку з комою вимагається точно вказати сторінку, на якій починається дана цитата), б) непряме цитування, коли одна або декілька думок, можливо з різних місць цитованого джерела, висловлюються автором своїми словами, але більш-менш близько до оригінального тексту.

Наукова коректність та об'єктивність викладення матеріалу роботи забезпечується посиленням на джерело повідомлення, автора висловленої думки чи якогось виразу. У тексті цю умову можна реалізувати за допомогою спеціальних вставних слів і словосполучень (за повідомленням, за відомостями, на думку, за даними, на нашу думку тощо).

Основна вимога до укладання списку використаних джерел – однотипне оформлення та дотримання чинного державного стандарту щодо бібліографічного опису творів друку.

Приклад:

Цитата в тексті: «Деякі медіа лише імітують зміни, використовуючи замість прямої пропаганди витонченіші маніпулятивні технології» [15, с. 90].

Відповідний опис у переліку посилань:

15. Квіт С. Масові комунікації : підручник. Київ : Вид. Дім «Києво-Могилянська академія», 2008. 206 с.

Цей запис можна розуміти як:

Автор. Назва джерела: Вид джерела. Місце видання: Видавництво, рік видання. Сторінки.

Список використаних джерел може включати як надруковані, так і електронні видання, видання іноземною мовою тощо.

## РОЗДІЛ 6.

# КОНТРОЛЬНІ ЗАСОБИ ПЕРЕВІРКИ РЕЗУЛЬТАТІВ ПРАКТИЧНОЇ ТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

### 6.1. Теми для поточного контролю

1. Теоретико-методологічні основи процесу психологічної допомоги особистості.
2. Цілі і завдання психологічної допомоги особистості.
3. Види допомоги людині: зміст та виконання. Методи психодіагностики.
4. Сутність та специфіка психологічного консультування.
5. Теоретичні та морально-етичні основи надання екстреної психологічної допомоги по «Телефону Довіри» (ТД).
6. Особливості взаємодії психолога та клієнта.
7. Структура процесу консультування. Рівні і типи консультування. Типологія клієнтів.
8. Роль та місце консультанта у психологічному консультуванні. Вимоги до особистості консультанта.
9. Процедури та техніки психологічного консультування.
10. Модель ефективного психолога-консультанта. Система цінностей психолога-консультанта.
11. Вплив професійної діяльності на особистість психолога-консультанта.
12. Етичні принципи в практиці психологічної допомоги. Етичні дилеми в практиці психологічної допомоги.
13. Критерії ефективності психологічної допомоги.
14. Основи психологічної допомоги особистості: психодинамічний підхід.
15. Трансфер (перенос) та контрперенос.



16. Основи психологічної допомоги особистості: транзактний аналіз Е. Берна.
17. Основи психологічної допомоги особистості: логотерапія В. Франкла.
18. Основи психологічної допомоги особистості: клієнтцентрована терапія К. Роджерса.
19. Практика психологічної допомоги в різних підходах.
20. Види екстреної психологічної допомоги у стані травматичного стресу.
21. Особливості поведінки фахівця, який надає першу психологічну допомогу.
22. Запит, скарга та психологічна проблема клієнта. Типи проблемних ситуацій.
23. Техніки та прийоми в роботі з емоціями, почуттями та переживаннями клієнта.
24. Методи психологічної допомоги особистості.
25. Форми діяльності психолога: психологічне консультування, психологічна корекція, психотерапія.
26. Групові форми психокорекції та психотерапії.

## ГЛОСАРІЙ

**Акцентування** – посилення будь-яких особливостей поведінки чи почуттів клієнта.

**Аналіз** – аналіз теми чи ситуації клієнта.

**Амбівалентність почуттів** (від гр. *amphi* – префікс, що позначає подвійність, і лат. *valentia* – сила) – непогодженість, суперечливість декількох емоційних відношень, що одночасно відчуваються до деякого об'єкта.

**Асоціація** (від лат. *associatio* – з'єднання) – зв'язок між психічними явищами, при якому актуалізація (сприйняття, уявлення) одного з них спричиняє появу іншого.

**Відповідальність** – здійснюваний у різних формах контроль над діяльністю суб'єкта з позицій виконання нестандартних, не прийнятих у суспільстві норм і правил. Розрізняють зовнішні форми контролю, що забезпечують покладання відповідальності за результати його діяльності (підзвітність, карність), і внутрішні форми саморегуляції його діяльності (почуття відповідальності, почуття обов'язку).

**Вік психологічний** – на відміну від віку хронологічного, це поняття позначає певний, якісно своєрідний щабель онтогенетичного розвитку, що обумовлюється закономірностями формування організму, умовами життя, навчання і виховання та має конкретно-історичне походження (дитинство).

**Вік хронологічний** – виражає тривалість існування індивіда з моменту його народження.

**Вільна асоціація** (*Free association*) – психоаналітична процедура вивчення несвідомого, у процесі якої індивідуум вільно говорить про все, що приходить у голову, незважаючи на те, наскільки тривіальним, абсурдним або непристойним це може здатися.

**Взаємодія** – у психології процес безпосереднього або опосередкованого впливу об'єктів (суб'єктів) один на одного, що породжує їхню взаємну обумовленість і зв'язок.

**Взаємозалежність (Mutuality)** – термін, що використовувався Е. Еріксоном для вираження уявлень, відповідно до яких потреби і здібності різних поколінь знаходяться у взаємній залежності.

**Взаєморозуміння** – розуміння суб'єктами один одного. Механізми взаєморозуміння: ідентифікація, рефлексія, стереотипізація, а також механізм зворотного зв'язку.

**Витіснення** – один з видів психологічного захисту – процес, у результаті якого неприйнятні для індивіда думки, спогади, переживання витісняються зі свідомості та переводяться в сферу несвідомого, продовжуючи впливати на поведінку індивіда, і переживаються ним як тривоги, страхи та ін. За З. Фрейдом, процес і механізм, сутність яких – видалення і відсторонення від свідомості будь-якого змісту, а також недопущення потягу до усвідомлення.

**Вплив** – у психології процес і результат зміни індивідом поведінки іншої людини, її установок, намірів, уявлень, оцінок тощо у процесі взаємодії з ним.

**Гіпотеза** – припущення про життєву ситуацію, причини поведінки, дитячо-батьківські відносини, ранні порушення структури особистості клієнта і т.д.

**Діагноз психологічний** (від гр. diagnosis – розпізнавання) – це кінцевий результат діяльності психолога, спрямованої на описання і з'ясування сутності індивідуально-психологічних рис особистості з метою оцінки їхнього актуального стану, прогнозу подальшого розвитку і розробки рекомендацій, обумовлених завданням обстеження.

**Діагностика психологічна** (психодіагностика) – описання стану об'єктів, якими у різних відносинах можуть виступати окрема особистість, група або організація. Розуміється подвійно: 1) у широкому значенні – зближається з вимірюванням (психологічним) взагалі й може стосуватися будь-якого об'єкта, що піддається психологічному аналізу, виступаючи як виявлений і вимірюваний його властивостей; 2) у вузькому, більш розповсюдженому значенні – вимірювання індивідуально-психологічних властивостей особистості.

**Его-ідентичність** (Ego identity) – сукупність уявлень особистості про себе, які дають можливість відчувати свою унікальність і аутентичність.

**Его-інтеграція** (Ego integrity) – почуття завершеності на кульмінаційному відрізку життєвого циклу; проявляється в усвідомленні того, що реалізована головна справа життя, у тому числі робота, досягнення і діти.

**Життєва позиція** – спрямованість життєдіяльності особистості, її точка зору про своє місце й роль у суспільному житті. У моральному плані є системою поведінки особистості, що визначається її переконанням, ідейністю, совістю.

**Життя психічне:** принцип – фундаментальні детермінатори і регулятори діяльності психіки та особистості. У теорії З. Фрейда затверджуються три нерівнозначних принципи: принцип задоволення, принцип реальності та принцип сталості.

**Залежність** – буває фізіологічною, якщо сам організм має потребу в даній речовині для нормального (скоріше, звичного) функціонування, або психологічною, якщо ця потреба має афективну природу.

**Заміщення** (Displacement) – захисний механізм, суть якого полягає в переадресуванні почуттів або імпульсів комусь, для кого вони не призначалися, через можливу відплату з боку справжнього об'єкта.

**Здоров'я психічне** – стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і забезпечує адекватну умовам дійсності регуляцію поведінки та діяльності. Зміст поняття не вичерпується медичними і психологічними критеріями, у ньому завжди відбиті суспільні й групові норми і цінності, що регламентують духовне життя людини. Основні критерії психічного здоров'я: 1) відповідність суб'єктивних образів відбиваним об'єктам дійсності та характеру реакцій – зовнішнім подразникам, значенню життєвих подій; 2) адекватний віковий рівень зрілості особистісних емоційно-вольової і пізнавальної сфер; 3) адаптивність у мікросоціальних відносинах; 4) здатність до самоуправління поведінкою, розумного планування життєвих цілей і підтримки активності в їхньому досягненні.

**Ідеалізація** (фр. *idealisation*, від гр. *idea* – ідея) – 1) уявлення чого-небудь кращим, ніж воно є насправді, прикрашання дійсності; уявлення чого-небудь в якості ідеалу; 2) розумовий акт, пов'язаний з утворенням понять про об'єкти, що не мають свого аналога в дійсності, наприклад «точка», «абсолютно чорне тіло», а також самі ці поняття; 3) за З. Фрейдом, прагнення, що створює помилкове судження, яке проявляється у феномені сексуальної переоцінки об'єкта через те, що обраний об'єкт до деякої міри не зазнає критики, а всі його якості оцінюються вище, ніж якості нелюбимих людей або якості того ж самого об'єкта, поки він ще не був любимим. Завдяки ідеалізації об'єкт, не змінюючись по суті, стає більш значимим і оцінюється вище. Ідеалізація можлива у відношенні як Я-лібідо, так і об'єкт-лібідо.

**Ідеальне** – особливий спосіб буття предмета, відображеного у психічному світі й життєдіяльності суб'єкта. Як похідне від матеріального, ідеальне стає відносно самостійним, активним початком життєдіяльності. Завдяки наявності ідеального людина здатна не тільки відображати дійсність, але і перетворювати її як у свідомості, так і на практиці. Перетворення може призводити до неадекватної реальності, ілюзорних продуктів ідеального.

**Ідеальне «я»** (Ideal Self) – уявлення людини про те, якою б вона хотіла бути.

**Ідентифікація** (від лат. *identificare* – ототожнювати) – ототожнення; установлення схожості чого-небудь з чим-небудь. Поняття, введене З. Фрейдом, далеко поширилося за рамки психоаналізу. Ідентифікація розглядається як найважливіший механізм соціалізації, що проявляється в прийнятті індивідом соціальної ролі при входженні в групу, формуванні соціальних установок і т. д.

**Інтервенція** – це намагання аналітика розпізнати несвідомі процеси на основі їхніх похідних та повідомити їх пацієнтові у формі «гіпотетичних конструкцій і реконструкцій», спираючись на припущення, що ці процеси визначають прояви поведінки (симптоматики) пацієнта.

**Катарсис** (від давногрецької *κάθαρσις* – підняття, очищення, оздоровлення) – поняття, що вживалося в античній філософії, медицині, естетиці й через свою

поліфункціональність набуло чимало тлумачень. У сучасній філософії катарсис трактується як особлива, найвища форма трагізму, коли втілення конфлікту та емоція потрясіння, що його супроводжує, не пригнічують своєю безвихідністю, а «очищують» і «просвітлюють» глядача чи читача.

**Комплекс батьківський** – те ж, що комплекс Едипів. У З. Фрейда це поняття зустрічається досить часто, оскільки він надавав особливого значення взаєминам хлопчика з батьком.

**Комплекс Едипів** (комплекс Едипа, комплекс едипівський) – іманентний несвідомий еротичний потяг дитини до одного з батьків протилежної статі й пов'язане з цим агресивне почуття до іншого – своєї статі.

**Комплекс Електри** – за К. Юнгом, несвідомий еротичний потяг дівчинки до батька і пов'язані з цим негативні установки до матері. Природа, зміст і функції комплексу Електри аналогічні таким у Едиповому комплексі.

**Контрперенос** є емоційною реакцією психотерапевта на пацієнта. Завдяки контрпереносу та його аналізу проблема (хвороба) пацієнта в її актуальних проявах стає доступною почуттям і розумінню терапевта.

**Конфлікт** – крайнє загострення суперечностей; зіткнення осіб, їхніх ідей, інтересів, потреб, оцінок, рівня прагнень, домагань тощо при намаганні їх розв'язати на фоні емоційних станів.

**Конфлікт внутрішній** – психічний стан людини, що викликається амбівалентністю почуттів і зтяжною боротьбою мотивів, які затримують прийняття рішення. К.в., зазвичай, важко переживається людиною.

**Конфлікт внутрішньоособистісний** – гостре негативне переживання, викликане зіткненням протилежних ціннісних орієнтацій особистості, її потреб, інтересів, прагнень, що відображає суперечливі зв'язки з соціальним середовищем. Основними причинами К.в. є труднощі в прийнятті рішень, неадекватне уявлення про себе, непомірні претензії, протилежно спрямовані мотиви самоутвердження, невідповідність між високою самооцінкою особистості і низькою її оцінкою оточуючими, між високими

потребами і недостатніми можливостями їх задовольнити, між високими вимогами у навчанні, роботі і недостатньо розвиненими для успіху особистісними якостями.

**Конфронтація** – вираження власного ставлення терапевта до виявлених протиріч у поведінці, установках, почуттях, відносинах клієнта.

**Кооперація** – вираження відносин, спрямованих на залучення клієнта до участі у спільних діях або констатація спільних дій терапевта з клієнтом.

**Критичність мислення** – прагнення особистості все аналізувати, піддавати оцінці, не приймати все на віру, уміння правильно, об'єктивно оцінювати свої дії, здібності, виявляти і визначати свої помилки, піддавати критичному розгляду пропозиції та судження інших людей.

**Маніпулювання** – приховане керування діями та поведінкою інших людей за допомогою експлуатації їх «слабких місць».

**Методика словесних асоціацій** – методика психологічного дослідження, що ґрунтується на отриманні і наступному аналізі тих словесних асоціацій, які виникають у людини у відповідь на почуте або прочитане слово. М.с.а. зазвичай, використовується для вивчення несвідомого. Завдання методики полягає в тому, щоб вивести «на екран» свідомості витіснені думки, переживання, що знаходяться в несвідомості і які є можливою причиною психологічного неблагополуччя досліджуваного і відхилень в його поведінці.

**Методи діагностичні (тести)** – група методів психологічного дослідження, що використовуються для з'ясування того, наскільки психічні якості людини відповідають раніше виявленим нормам та стандартам.

**Методи психологічного дослідження** – певні шляхи збору наукових психологічних фактів, які відображають специфіку психічних фактів або явищ і слугують предметом теоретичного аналізу.

**Механізм захисний (механізм захисту)** (від гр. *teshne* – знаряддя, машина) – сполучені з Я автоматичні несвідомі механізми, що забезпечують психічний захист особистості. Згідно з З. Фрейдом, до них відносяться: сублимація,

заміщення, витіснення, регресія, проекція, раціоналізація, реактивне утворення, ідентифікація і фіксація поведінки.

**Напруження** – психічний стан людини, що виникає внаслідок складних, екстремальних ситуацій чи очікування їх, які ставлять до людини підвищені, граничні вимоги. Н. може призвести до неадекватності реакцій в поведінці чи діяльності людини, звуження поля уваги, стереотипності мислення, інертності тощо. Зняти Н. можна за допомогою аутотренінгу, релаксації, самонавіювання тощо.

**Неконгруентність** /за К. Роджерсом/ – невідповідність один одному досвіду людини та її уявлень про саму себе. На рівні проявів означає тривогу, уразливість, нецілісність особистості.

**Образ** – суб'єктивна картина світу або його фрагментів; містить у собі самого суб'єкта, інших людей, просторове оточення і часову послідовність подій.

**Онтогенез** – процес розвитку індивідуального організму. У психології онтогенез – формування основних структур психіки індивіда протягом його дитинства.

**Опір** є спільним визначенням для всіх перешкод, з якими стикається терапія з боку хворого. Форма і зміст опору дають аналітику важливі роз'яснення стосовно внутрішньої структури пацієнта.

**Особистісна тривожність** – досить стійка індивідуальна характеристика особистості, що відображає її схильність до неспокою і передбачає наявність у неї тенденції сприймати досить багато ситуацій як загрозливих, відповідаючи на кожну з них певною реакцією.

**Особистісне самовизначення** – суб'єктивне усвідомлення себе самостійним членом суспільства, розуміння свого місця і призначення в ньому, обумовлене певним рівнем самосвідомості, соціальної відповідальності, потреби самореалізації своїх можливостей. О.с. – це свідомий акт виявлення і ствердження людиною своєї власної позиції по відношенню до людей і предметів з певним ступенем бачення себе в інших людях і ступенем відповідальності за дії в навколишньому світі.



**Парапраксія** – помилкова дія, викликана втручанням якогось несвідомого бажання, конфлікту, потоку думок. Класичним прикладом П. є застереження.

**Переживання** – І. Будь-який емоційно забарвлений стан і явище дійсності, які відчуває суб'єкт і які безпосередньо представлені в його свідомості й виступають для нього як життєва подія. У цьому широкому значенні терміна, який виник в інтроелективній психології, акцентується така особливість переживання, як його безпосередня даність свідомості суб'єкта.

2. Наявність прагнень, устремлінь та бажань, що представляють в індивідуальній свідомості процес вибору суб'єктом мотивів і цілей його діяльності й тим самим сприяють усвідомленню ставлення особистості до подій, що відбуваються в її житті.

**Перенос** є генералізацією проблемного патерну поведінки і переживань у новій ситуації. Проблема поведінки не тільки повідомляється, а й відтворюється і далі повторюється у терапевтичній ситуації; пацієнт реінсценує свої несвідомі конфлікти в актуальній ситуації стосунків. Те, що він не в змозі повідомити на свідомому рівні, він відтворює у своєму дієвому монолозі за допомогою сценічної функції Его.

**Принцип «тут і тепер»** – правило проведення психологічної консультації, відповідно якому свідомість /увага, пам'ять, мислення уява та ін./ клієнта під час проведення консультації повинна бути зосереджена на тому, що відбувається в даний момент, а не на тому, що вже відбулося чи ще може відбутися в майбутньому.

**Проективні методи** (лат. projectio – викидання вперед) – сукупність методик, спрямованих на дослідження особистості і утворених в рамках проективного діагностичного підходу. Поняття проєкції для позначення цих методик, вперше було використане Л. Франком (1939р.), тобто, свідоме або несвідоме перенесення суб'єктом власних властивостей, станів на зовнішні об'єкти, отже, не зовсім усвідомлене приписування іншим людям, подіям і речам власних думок і почуттів людини.

**Проективні методики** – це особлива група діагностичних тестів, що є спеціальною технікою дослідження тих властивостей особистості, психічних властивостей у конкретного суб'єкта, які найменше доступні безпосередньому спостереженню або опитуванню.

**Прийняття безоцінне** – дозволу клієнту мати ті почуття, якими він володіє, дотримуватися тих позицій, яких він дотримується, бути тим, ким він є.

**Самовираження конгруентне** – відкрите чесне пред'явлення терапевтом клієнту своїх актуальних переживань та почуттів.

**Символізація** – визначення змістів внутрішнього життя клієнта, називання образів, емоцій, тілесних відчуттів клієнта.

**Психологічний висновок** – це коротка психологічна характеристика стану розвитку людини на період обстеження на основі даних об'єктивного кваліфікованого психодіагностичного дослідження.

**Робочий альянс** означає стосунки між аналітиком і пацієнтом, що є фрагментом відношення до реальності і які слід відрізняти від стосунку переносу (Ральф Р. Грінсон).

**Тлумачення сенсу** – пояснення чогось, надання клієнту іншої можливості розуміння його почуттів, поведінки чи проблем.

**Фокусування на почуттях та переживаннях** – прагнення терапевта сприяти встановленню контакту клієнта зі своїми почуттями та переживаннями.

**Емпатія** – співпереживання та розуміння почуттів клієнта.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

### Основна література

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів : ЛьвДУВС, 2017. 212 с.
2. Зварич І. М. Екзистенційна та гуманістична психологія : навчальний посібник / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко, Т. А. Колтунович; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 496 с.
3. Панок В.Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник/ В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андреева / за заг. ред. В.Г. Панка, І.М. Зварича. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 384 с.

### Допоміжна література:

5. Каменщук Т., Коритчук Н. Загальні засади організації першої психологічної допомоги постраждалим в умовах надзвичайних ситуацій. Вісник студентського наукового товариства факультету права, публічного управління та адміністрування. Вип.1. Збірник наукових праць. Вінниця : ТОВ «Друк», 2022. 184 с. С. 74–78.
6. Протоколи надання першої психологічної допомоги військовослужбовцям Національної гвардії України в екстремальних умовах діяльності : посібник / О.С. Колесніченко, Я.В. Мацегора, І.І. Приходько / За заг. ред. проф. І.І. Приходька. Х. : НА НГУ, 2018. 40 с.
7. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

### Інформаційні ресурси

1. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт.  
URL : <http://www.mon.gov.ua>

2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського : офіційний сайт URL : <http://www.nbuv.gov.ua/>

3. Одеська національна наукова бібліотека : офіційний сайт.  
URL : <http://odnb.odessa.ua/>.

4. Бібліотека Університету Ушинського : офіційний сайт.  
URL : <https://library.pdpu.edu.ua/>

Лист Сьюзан:

«Дорогий містер Роджерс. Я тільки-но прочитала вашу книгу «Про становлення людини», і вона справила на мене велике враження. Просто одного разу я знайшла цю книгу та почала її читати. Це збіг, тому що саме зараз мені потрібне щось, що допомогло б мені знайти мене. Дозвольте пояснити. [Вона пише про свою освіту, про деякі плани працювати медсестрою.] Я відчуваю, що не зможу багато зробити для інших, поки я не знайду мене...

Мені здається, що я почала втрачати мене, поки я навчалася у середній школі. Я завжди хотіла знайти таку роботу, щоби допомагати людям. Але моя сім'я була проти, і я думала, що вони мають рацію. Чотири чи п'ять років все йшло гладко, поки близько двох років тому я не зустріла хлопця, який здавався мені ідеальним. Потім, близько року тому, я придивилася до нас і зрозуміла, що я була такою, якою хотів він, а не такою, якою я сама хотіла бути. Я завжди була емоційною і мала багато різних почуттів. Я ніколи не могла розрізнити чи ідентифікувати їх. Мій наречений зазвичай казав мені, що я просто божевільна чи щаслива, я погоджувалась і залишала все як є. Потім, коли я добре поглянула на нас, я зрозуміла, що я злилася, бо не діяла відповідно до своїх справжніх емоцій.

Я витончено припинила наші стосунки і спробувала з'ясувати, де були всі частинки [мого я], які я втратила. Через кілька місяців пошуків я виявила, що цих частинок було набагато більше, ніж я думала. Я не знала, що з ними робити і як відокремити їх один від одного. Я почала ходити до психоаналітика і зараз продовжую це робити. Він допоміг мені знайти частини мене самої, які я раніше не усвідомлювала. Деякі частини є поганими за мірками нашого суспільства, але я виявила, що вони корисні для мене. Я відчувала тривогу і збентеження, відколи стала відвідувати його, але також відчувала полегшення і сильнішу впевненість у собі.

Особливо я згадую один вечір. Я була на прийомі у аналітика того дня і повернулася додому дуже зла. Я сердилась, бо хотіла поговорити про щось, але не могла зрозуміти, що це було. До восьмої години вечора я настільки засмутилася, що злякалася. Я подзвонила йому, і він наказав мені зайти до його офісу якнайшвидше. Я прийшла туди і проплакала принаймні годину, потім я змогла говорити. Я й досі не знаю всього, що тоді казала. Я пам'ятаю тільки, що зазнала стільки болю та гніву, про існування яких я ніколи раніше не підозрювала. Я йшла додому і мені здавалося, що це був хтось інший, і в мене були галюцинації, як у деяких пацієнтів, яких я бачила у шпиталі. Я продовжувала відчувати те саме, поки одного вечора, сидячи і розмірковуючи, я не зрозуміла, що ця чужа і була я, яку я намагалася знайти.

З того вечора я помітила, що люди більше не здавались мені такими дивними. Тепер я думаю, що життя тільки починається для мене. Зараз я одна, але не боюсь і не зобов'язана щось робити. Мені подобається зустрічати мене і дружити зі своїми думками та почуттями. Завдяки цьому я зрозуміла, як радіти іншим. Один чоловік похилого віку, він дуже хворий, дозволяє мені почуватися дуже живою. Він приймає всіх такими, якими вони є. Він сказав мені наступного дня, що я дуже змінилася. На його думку, я більше розкрилася і почала кохати. Мені здається, я завжди любила людей, і я так йому і сказала. Він сказав: "Вони це знали?" Я не думаю, що виражала своє кохання більше, ніж гнів і біль.

Крім того, я тепер розумію, що ніколи особливо не поважала себе. А тепер, коли я дійсно вчуся подобатися собі, я нарешті змиряюся з собою. Дякую вам, що ви взяли у цьому участь».

**Завдання.**

Поясніть в доступній формі авторові висловлення, про які психологічні механізми, явища, закономірності йдеться в його висловленні.

1. «Він зовсім не цікавиться хлоп'ячими справами, у нього немає друзів серед хлопчиків, він увесь час проводить з дівчатами, навіть шиє з ними» (про хлопчика 6 років).
2. «Вона неможлива дитина. Нікого не слухається» (про дівчинку 5 років).
3. «Він краде й роздає украдене в групі» (про хлопчика 6 років).
4. «Він взагалі не може говорити на занятті. Встає й мукає, ледве слово видавить із себе» (про хлопчика 6 років).
5. «Він бреше й не червоніє» (про хлопчика 5 років).
6. «Він на нас взагалі не звертає уваги» (про хлопчика 5 років).
7. «Противний такий, все робить навпаки» (про хлопчика 3 років).
8. «Я божеволію, коли бачу, як вона пише» (про дівчинку 6 років).

**Завдання.**

Визначте, які з варіантів саморозкриття психолога ви вважаєте професійно необхідними, а які, на вашу думку, перевищують межі професійного впливу психолога?

- У моїй практиці зустрічалися схожі ситуації...
- Я знайома з багатьма психологічними теоріями, але ближче за все мені такі ідеї...
- Я довго міркувала над вашою ситуацією, думаю, що можу вам запропонувати наступне...
- Ваша розповідь викликала в мене суперечливе враження, я хотіла б уточнити наступне...

- Мені здалося, що ви не завжди щиро розповідали про свого сина...
- У моєму житті також були випадки, коли я не могла впоратися зі своїми почуттями...
- Мені здається, що я почуваю, як вам важко виразити це.
- Я б не стала так робити, якби була на вашому місці, це нічого не дає, тому що...
- Я не бачу логіки у ваших словах, по-моєму, було трохи інакше, так...
- Ви хочете, щоб я вас пожаліла, так, я вам зараз співчуваю, тому що ви щиро страждаєте.
- Не лякайте мене, я вас не боюся...
- Я хочу вас зрозуміти, а не засудити...
- Думаю, що моя біографія тут ні при чому...
- Так, я багато чого можу, але, як всі люди, я можу й помилятися, як відомо, це не відбувається тільки з тими, хто нічого не робить...
- Вас цікавить моя дитина? Так, у неї є проблеми в школі, але це вже інша розмова, чи не правда...
- Вибачте, але я б не хотіла обговорювати з вами свою біографію...
- Спасибі за пораду, я нею обов'язково скористаюся...
- Краще не треба, правда? Я теж це дуже люблю.
- Приємно чути, але це моя робота.
- Ні, я не біжу від своїх почуттів, це ж щастя, що можеш ще переживати, хвилюватися, це краще, ніж байдужість.



### **Завдання.**

Малюнок.

Зробіть шедевр, виберіть спокійну хвилину й на чистому аркуші паперу олівцем, фломастером, фарбами – чим хочете – виразіть свій стан. Ваш шедевр може заслужити не тільки вашу увагу.

### **Завдання.**

До даних ситуацій треба придумати до 20 причин їхнього виникнення.

1. Олена Н., 38 років, госпіталізована у зв'язку зі спробою зробити самогубство. Хвороблива замкнута, постійно плаче.
2. Хлопчик 10 років, краде з дому гроші й роздає украдене товаришам у класі.
3. Петро М., 27 років. Одружений 3,5 роки. Сексуальні розлади.
4. Він взагалі не може говорити на уроці. Встає й мукає, ледве слово видавить із себе (про хлопчика 9 років).
5. Мати звернулася зі скаргами на те, що різко погіршилися відносини з дочкою: вона віддалилася від батьків, стала замикатися в кімнаті, подовгу бродить по квартирі вночі, почала сповідати вегетаріанство.
6. Він завжди все намагається робити сам, нікого не підпускає, злиться на всіх, некомпанійська людина (про хлопчика 12 років).
7. Він бреше й не червоніє (про хлопчика 7 років).
8. Дружина виражає невдоволення сексуальними можливостями чоловіка.
9. Один тридцятирічний холостяк звернувся до консультації через часті приступи тривоги, що пов'язані із ситуацією на роботі.
10. Молода жінка 32 років скаржиться на відсутність сенсу життя.
11. Він дуже боїться один залишатися вдома. Ми вже його переконували, що нічого страшного не трапиться, але він начебто не розуміє цього (про хлопчика 10 років).
12. Маленька дівчинка, 5 років, кожного разу не хоче йти додому, коли буває у гостях.

**Завдання.** Дати метафоричний опис основних психологічних понять практичної психології.

Ідентичність.....

Воля.....

Свобода.....

Рефлексія.....

Життя.....

Смерть.....

Людина.....

Щастя.....

Родина .....

Сенс життя.....

Проблема.....

Клієнт.....

Психолог.....

Відповідальність.....

Любов .....