

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ  
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ  
ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

з дисципліни «Основи психологічного консультування»  
за спеціальністю 053 «Психологія»

Укладач:  
доцент кафедри авіаційної психології  
Т.Вашека

Методичні рекомендації розглянуті та  
схвалені на засіданні кафедри авіаційної психології

Протокол № \_\_\_\_ від  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 р.

Завідувач кафедри  
Л.В.Помиткіна

**Зразок методичних рекомендацій  
до проведення практичних занять**

**Практичне заняття 1**

**ОСОБИСТІТЬ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ ОБРАЗ  
ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА**

**Мета заняття:** ознайомити студентів з особливостями практичної психологічної допомоги; встановити позитивні та негативні риси психолога-консультанта; здійснити самоаналіз особистісних якостей студентів, їх переконань та цінностей, що можуть мати вплив на майбутню професійну діяльність.

**Вправа 1. Готель**

**Мета:** рефлексія образу професійного психолога.

У готелі є три вільних номери. Адміністратору дані вказівки поселити в них психологів, проте він не знає ні вік, ні стать, ні мету приїзду фахівців. Біля свого віконця він помістив табличку „Місця тільки для психологів”.

Разом з тим він з'ясував, що сьогодні в готелі великий наплив людей, а місць немає і він змушений відмовляти. Адміністратору відомо, що люди, які бажають отримати місце, будуть удаватися до різних хитрощів, намагаючись видати з себе психолога.

Одна людина з групи обирається адміністратором. Інші виступають в ролі приїжджих (серед них три справжніх психолога, які таємно призначені ведучим). Всі починають видавати себе за психолога. Адміністратор має на свій смак поселити трьох осіб.

**Обговорення:** група аналізує, що було ключовим в оцінюванні людини як психолога. Які ознаки сприяли цьому? Хто був найбільш переконливим, виконуючи роль психолога? На що орієнтувались студенти, втілюючи цей образ?

**Вправа 2. Кореспондент**

**Мета:** рефлексія складових професійного образу психолога, освоєння стилю професійної поведінки.

Учасники працюють в парах. Один задає питання, інший відповідає: перша відповідь – звичайного студента, друга – психолога.

**Перелік питань:**

- чому люди обманюють?
- навіщо люди потрібні один одному?
- якщо людина плаче, чи можна їй вірити?
- я боюсь деяких речей. Всім людям властиво боятися?
- що таке любов, хто знає?
- якщо нічого не хочеться, що робити?

**Питання для обговорення:** Що відрізняє звичайну людину від психолога? які установки студентів виявились при спілкуванні? Чи виявились професійні стереотипи та деформації в комунікації?

**Задача. Цінності консультанта**

Клієнтка: жінка 30 років, заміжня, має 3 дітей, старшій дитині 10 років. Проблема: труднощі у прийнятті рішення: зберегти шлюб чи розлучитися з чоловіком, який, за її словами, зовсім не турбується про дітей та про неї, повністю занурений в свою роботу, нудний та самовпевнений. Чоловік відмовляється прийняти участь в консультуванні по

вирішенню сімейних проблем, стверджуючи, що з ним все нормально, а лікуватися потрібно дружині, бо це її проблема.

Клієнтка стверджує, що розлучилась би негайно, якби не діти, яким потрібний батько. Головна складність в необхідності прийняти рішення: зберегти сім'ю, тобто обрати стабільність, при цьому нехтуючи ставленням до чоловіка, або все-таки розлучитися, тобто ризикнути істотно змінити своє життя. Один з допустимих виходів вона бачить в збереженні сім'ї та зв'язку з іншим чоловіком (чи чоловіками) з метою задоволення власних емоційних та фізичних потреб.

**Питання для обговорення:** Які варіанти вирішення проблеми ви можете запропонувати? Що ви думаєте стосовно інтересів дітей: дітям корисно мати обох батьків в умовах невдалої системи сосунків подружжя чи їм краще стати свідками розлучення? Що ви взагалі думаєте про шлюб, сім'ю, розлучення та становище дітей в сім'ї? Чи правомірні позашлюбні стосунки на вашу думку? Корисні чи деструктивні ці зв'язки для життя клієнта? Що ви думаєте стосовно потреби в безпеці та в ризику в житті людини?

! Психолог-консультант має розуміти, що від його власних переконань залежить процес та результат консультування. Не повинно бути моралізаторства та повчань.

### **Контрольні питання**

1. Назвати риси особистості ефективного консультанта.
2. Як ви розумієте поняття автентичність та конгруентність? Яке значення мають ці риси в процесі консультування?

### **Домашнє завдання**

Дати відповідь на запитання:

- чому я обрав професію консультанта?
- якими потребами зумовлений мій вибір?
- яку користь я сподіваюсь отримати від своєї професії?
- як я можу узгоджувати свої потреби з потребами клієнтів?
- які в мене психологічні проблеми і як я їх вирішую?
- який вплив ці проблеми можуть здійснити на мою роботу?
- які мої цінності та установки можуть негативно вплинути на мою подальшу роботу психолога?