Міністерство освіти і науки, молоді і спорту України

Уманський державний педагогічний університет

імені Павла Тичини

Чудаєва Наталія

Шулдик Галина

**Основи психологічного консультування:**

**теорія та практика**

*Навчальний посібник*

Умань - 2013

**УДК 159. 98 (075.8)**

**ББК 88.492.45 я 73**

*Рекомендовано до друку Міністерством овіти і науки, молоді і спорту України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів (Лист….)*

**Рецензенти:**

**О. Д. Сафін**, доктор психологічних наук, професор кафедри психології Університету економіки і права «КРОК».

**О. М. Корніяка,** доктор психологічних наук, провідний науковий співробітник лабораторії психофізіології Інституту психології імені Г.С, Костюка НАПН України.

**З. Г. Кісарчук,** кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, завідувачка лабораторії консультативної психології та психотерапії Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України.

**Чудава Н.В., Шулдик Г.О. Основи психологічного консультування**: Навчальний посібник. – Умань: ПП Жовтий, 2013. –  352 с.

Навчальний посібник для педагогічних ВНЗ складений відповідно до програми з навчальної дисципліни «Основи психологічного консультуванння». Навчальний посібник підготовлений на допомогу студентам та викладачам ВНЗ.

УДК 159. 98 (075.8)

ББК 88. 492. 45 я 73

© Чудаєва Н.В., Шулдик Г.О., 2013

**ЗМІСТ**

Передмова……………………………………………………………………. 4

**Розділ І. Теоретичні основи психологічного консультування**…………..5

1. Поняття про психологічне консультування, його мета і завдання……...5
2. Основні напрямки психологічного консультування……….…………...40
3. Консультативний контакт: умови і складові ефективності…………….82
4. Етапи психологічного консультування……..............................………105

**Розділ ІІ. Техніки консультативної взаємодії** ……………………….…146

1. Налагодження ефективної взаємодії……………………………...……146
2. Психотерапевтичні навики ведення консультативного інтерв’ю……………………………………………………………...…...159
3. Засоби особистісної презентації та робота з ними…………………….188
4. Засоби впливу на клієнта……………...………………….……………..225

**Розділ ІІІ. Тренінг навиків психологічного консультування**…….…..274

**Практичне заняття № 1**. Поняття про психологічне

консультування…………………………………………………….............274

**Практичне заняття № 2.** Напрямки психологічного консультування…282

**Практичне заняття № 3.** Поняття про консультативний контакт….....289

**Практичне заняття № 4.** Структура та основні поняття

психологічного консультування………………………………………….295

**Практичне заняття № 5.** Етапи психологічного консультування………301

**Практичне заняття № 6.** Налагодження ефективної взаємодії ……….308

**Практичні заняття № 7-8.** Навики ведення консультативного

інтерв’ю……………………………………………………………………..316

**Практичне заняття № 9.** Засоби особистісної презентації …….……..327

**Практичні заняття № 10-11.** Засоби впливу на клієнта …………..….332

**Список рекомендованої літератури**…………………………………......341

**Структура курсу «Основи психологічного консультування»**………..345

**Рекомендовані теми для ІНДЗ**…………………………………………...346

**Додатки**……………………………………………………………..………..348

**Передмова**

Сучасне життя рясніє важкими або критичними ситуаціями, з якими людина не завжди може впоратися самостійно. Тому з особливою гостротою постає питання організації психологічної підтримки людям різного віку. Курс «Основи психологічного консультування» спрямований на підготовку студентів педагогічного вузу до надання саме такої психологічної підтримки.

Психологічне консультування як галузь психологічної науки і практики об’єднує в собі знання про особливості внутрішнього світу людини, яка опинилася в психологічно складних ситуаціях, та можливі шляхи подолання цих труднощів, вміння використовувати ці знання у професійній психологічній допомозі людям.

Вважається, що головним «інструментом» надання допомоги іншим людям є особистість самого консультанта. Тому професійний розвиток майбутнього консультанта – це, перш за все, робота над самим собою, розвиток навиків самоаналізу, усвідомлення і творення особистого світогляду, ціннісних підстав власного життя, розвиток вміння розуміти свій внутрішній світ і світ іншої людини, будувати на основі цього взаємодію з нею.

Наш навчальний посібник спрямований на ознайомлення майбутніх психологів із теоретичними аспектами психологічного консультування, їх озброєння навиками практичного застосування здобутих знань. Докладно розглядаються різні підходи до психологічного консультування, етапи і структура консультативного процесу, конкретні техніки консультативної взаємодії.

Концептуальною основою навчального посібника є праці психологів-консультантів: С.В. Васьківської, А.М. Елізарова, Р. Кочюнаса, С.В.Петрушина, Ю.Є. Альошиної та ін.

Посібник призначений для студентів, які вивчають психологію, практичних психологів, викладачів дисциплін психологічного циклу.