

ЗАТВЕРДЖЕНО
Методичною радою
університету
від 26.02.2020
(протокол №5)



Силабус
навчальної дисципліни
Практикум з індивідуального консультування
2025-2026 навчальний рік

Освітньо-професійна програма: Психологія
Спеціальність: 053 Психологія
Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки
Рівень вищої освіти: I рівень

Викладач (і)	Федорик Вікторія Володимирівна
Посилання на сайт	https://bdpu.org.ua/faculties/fppom/structure-fppom/kaf-psiologiya/composition-kaf-psiologiya/fedorik-vv/
Контактний тел.	+38(066)-69-86-531
Е-mail викладача:	fedorikvv@gmail.com
Графік консультацій	Понеділок 12.30-13.00 Середа 16.00-17.00

Обсяг курсу на поточний навчальний рік:

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Звітність
4/120	10	38	72	Залік

Семестр: весняний

Мова навчання: українська

Ключові слова: індивідуальне консультування, консультативна бесіда, етапи консультування, емпатія та активне слухання, методи і техніки консультування, вербалізація та рефреймінг, контрперенос і перенесення, психологічні підходи в консультуванні, робота з різними видами клієнтів, емоційне вигорання консультанта, професійна рефлексія, особистісний ріст консультанта, кейсовий метод у навчанні.

Мета курсу: формування у студентів теоретичних знань та практичних навичок, необхідних для проведення індивідуального психологічного консультування; розвиток професійних компетенцій консультанта, зокрема: ефективної комунікації, емпатії, навичок активного слухання, використання психологічних методів та технік консультування, а також розпізнавання й подолання типових труднощів у роботі з клієнтами; особистісний та професійний розвиток майбутніх консультантів, включаючи опрацювання етичних аспектів, аналіз власних реакцій у процесі роботи та профілактику емоційного вигорання.

Завдання курсу:

- засвоєння основних цілей, принципів, моделей, та етапів індивідуального психологічного консультування;
- формування та розвиток навичок проведення консультування;
- розвиток рефлексивних та супервізійних навичок.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі освіти повинні знати:

- **теоретичні основи індивідуального консультування** (основні підходи (психодинамічний, когнітивно-поведінковий, гуманістичний тощо); етапи консультаційного процесу; техніки ефективного спілкування з клієнтом).
- **психологічні методи та техніки консультування** (методи активного слухання, емпатії та рефлексії; способи роботи з опором клієнта; методи мотиваційного інтерв'ю).
- **основи психологічної діагностики у консультуванні** (основні психодіагностичні методики, що застосовуються у консультуванні; особливості побудови та проведення діагностичної бесіди).
- **етичні норми та стандарти роботи консультанта** (Кодекс етики психолога; професійні межі взаємодії з клієнтом; принципи конфіденційності та відповідальності консультанта).
- **проблематику професійного вигорання та шляхи його профілактики.**

вміти:

- **проводити ефективну консультативну бесіду** (встановлювати контакт із клієнтом та вибудовувати довірчі стосунки; визначати запит клієнта та формулювати проблему; використовувати різні стратегії взаємодії відповідно до ситуації).
- **застосовувати методи психологічної діагностики** (обирати відповідні психодіагностичні інструменти для різних запитів; інтерпретувати отримані результати для подальшого консультування).
- **виявляти та опрацьовувати опір клієнта.**
- **здійснювати саморефлексію та супервізію** (аналізувати власні професійні реакції та вдосконалювати стиль консультування; використовувати техніки самопідтримки та запобігання професійному вигоранню).
- **дотримуватися етичних норм та стандартів у консультуванні.**

Компетентності та програмні результати навчання:

№ з/п	Програмні компетентності	Результати навчання
1.	<p>ЗК1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу. Розуміння інформації, її кількісний та якісний аналіз, здійснення узагальнення та інтерпретації, критичне оцінювання й висновки.</p> <p>ЗК2. Здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях професійної діяльності. Використання теоретичних знань (філософських, психофізіологічних, психолого-педагогічних) для формування практичних навичок та умінь з метою надання кваліфікованої психологічної допомоги особистості.</p> <p>ЗК3. Знання та розуміння предметної області та специфіки професійної</p>	<p>ПРН1. Розуміти наукову інформацію та вміти здійснювати її попередній аналіз, синтез, узагальнення, інтерпретацію та оцінювання; обґрунтовувати власну позицію.</p> <p>ПРН2. Надавати кваліфіковану психологічну допомогу клієнтам на основі засвоєних теоретичних знань та сформованих практичних навичок і умінь.</p> <p>ПРН3. Розуміти закономірності та особливості розвитку й функціонування психічних явищ і феноменів у контексті вирішення професійних завдань.</p> <p>ПРН4. Здійснювати пошук інформації з різних джерел для вирішення професійних завдань за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій.</p>

<p>діяльності психолога. Знання фактів, розуміння закономірностей та механізмів виникнення, розвитку й прояву психічних явищ та феноменів у контексті вирішення професійних завдань.</p> <p>ЗК4. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. Здатність до застосування сучасних інформаційно-комунікаційних технологій у професійній діяльності.</p> <p>ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним. Здатність до аналізу та об'єктивної оцінки власних якостей та вчинків; критичність і самокритичність.</p> <p>ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення. Здатність працювати самостійно, приймати обґрунтовані рішення, обирати оптимальні професійні дії та елементи самоорганізації для розв'язання завдань професійної діяльності.</p> <p>ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї. Здатність до системного мислення, креативності, генерування нових ідей, пошуку варіантів нестандартного розв'язання професійних завдань.</p> <p>ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії, здатність працювати в команді. Здатність до налагодження конструктивних професійних зв'язків з колегами, громадськістю, засобами масової інформації для розв'язання професійних завдань; здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК9. Здатність діяти на основі етичних міркувань. Здатність до використання принципів, норм етики, правил культури поведінки, правової культури у стосунках з людьми на основі загальнолюдських, національних та громадянських цінностей, норм суспільної моралі.</p> <p>ЗК10. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності. Емпатійно взаємодіяти, вступати в комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися</p>	<p>ПРН5. Аналізувати власні якості й поведінку та об'єктивно їх оцінювати на основі критичності та самокритичності.</p> <p>ПРН6. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати обґрунтовані рішення щодо їх розв'язання.</p> <p>ПРН7. Вміти гнучко, креативно, нестандартно мислити, продукувати нові ідеї та підходи до розв'язання професійних завдань.</p> <p>ПРН8. Встановлювати та підтримувати конструктивні професійні зв'язки з колегами, громадськістю, засобами масової інформації; вміти формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію відповідно до особливостей співрозмовника в умовах міжособистісної взаємодії; продуктивно працювати у команді у процесі вирішення професійних завдань.</p> <p>ПРН9. Дотримуватись принципів моралі, етичних норм, правил культури поведінки у стосунках з людьми на основі загальнолюдських, національних та громадянських цінностей.</p> <p>ПРН10. Демонструвати уміння взаємодіяти з особами, що мають культурні, гендерно-вікові особливості, з гетерогенними групами на засадах емпатії, толерантності й поваги.</p> <p>ПРН12. Розуміти важливості збереження фізичного та психічного здоров'я (власного й оточуючих) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.</p> <p>ПРН13. Розуміти основні поняття, категорії, методи, етапи розвитку та становлення психологічної науки; факти, механізми та закономірності психічних явищ, особливості психічного розвитку особистості та його можливих порушень протягом онтогенезу; особливості міжособистісної взаємодії у соціальних групах та спільнотах.</p> <p>ПРН15. Самостійно обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій; аналізувати, систематизувати,</p>
--	--

	<p>до осіб, що мають інші культурні чи гендерно-вікові особливості.</p> <p>ЗК12. Використання різних видів та форм активності для збереження фізичного та психічного здоров'я. Володіння навичками аналізу своєї діяльності та застосування методів когнітивної та емоційної регуляції власної діяльності, фізичних та психічних станів.</p>	<p>інтерпретувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження; формулювати аргументовані висновки та рекомендації для вирішення соціально-психологічних проблем; вміти презентувати результати власних досліджень.</p> <p>ПРН16. Скласти та реалізувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта; програми групової психологічної корекції.</p>
<p>2.</p>	<p>ФК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології. Знання про етапи розвитку та становлення психології як науки; про психічні явища, їх виникнення, розвиток та прояви; основні поняття, категорії психологічної науки; закономірності психічного та психофізіологічного розвитку; особливості вікового розвитку; виникнення, формування та прояви порушень психічного розвитку; механізми міжособистісної взаємодії в різних соціальних групах та спільнотах.</p> <p>ФК3. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій. Здатність до діагностичної діяльності, використання адекватних методик для оцінки змін у розвитку психіки, особливостей поведінки та шляхів психологічної корекції.</p> <p>ФК4. Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову). Здатність організувати та надавати психологічну допомогу особам, які потребують психокорекційного втручання з метою вирішення їх психологічних проблем; перебувають у кризовій ситуації з метою їх адаптації до нових умов життєдіяльності.</p> <p>ФК5. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту. Здатність здійснювати просвітницько-профілактичну роботу з підвищення психологічної культури населення;</p>	<p>ПРН17. Застосовувати доцільні форми й методи просвітницької роботи для підвищення психологічної культури населення; скласти та реалізовувати програми психопрофілактичних дій; надавати консультативно-методичну допомогу клієнтам за запитом; здійснювати експертну діяльність на замовлення органів державного управління.</p> <p>ПРН18. Розробляти та впроваджувати корекційно-розвивальні програми на основі моніторингу індивідуального розвитку особистості клієнта та причин, що його ускладнюють та застосовування засобів своєчасного попередження відхилень у психічному розвитку та поведінці особистості, змін девіантної поведінки на соціально прийнятну; запобігати та конструктивно вирішувати міжособистісні конфлікти; орієнтувати клієнтів на здоровий спосіб життя та збереження психічного здоров'я; мотивувати клієнта до самовиховання й саморозвитку.</p> <p>ПРН19. Застосувати навички та уміння побудови ефективного міжособистісного спілкування з клієнтами, колегами, громадськістю, засобами масової інформації, іншими суб'єктами міжособистісної взаємодії у процесі професійної діяльності на принципах гуманізму й довіри; ефективно виконувати різні ролі у команді в процесі вирішення фахових завдань, демонструвати лідерські якості.</p>

<p>попереджувати відхилення у психічному розвитку та поведінці особистості в цілому та на запит; надавати консультативно-методичну допомогу клієнтам та органам державного управління на замовлення.</p> <p>ФК6. Здатність до моніторингу змісту й умов індивідуального розвитку клієнта та визначення причини, що його ускладнюють.</p> <p>Здатність своєчасно попереджати відхилення у психофізичному (психічному) розвитку та становленні особистості, міжособистісних стосунках; запобігати конфліктним ситуаціям та здійснювати психолого-педагогічні заходи, які сприяють подоланню життєвих криз особистості, різних форм девіантної поведінки; формувати соціально корисні життєві перспективи, мотивацію до самовиховання й саморозвитку, орієнтацію на здоровий спосіб життя, захист власного психічного здоров'я та психічного здоров'я оточуючих.</p> <p>ФК7. Здатність до ефективного міжособистісного спілкування у процесі професійної діяльності.</p> <p>Організація ефективного міжособистісного спілкування як уміння вислуховувати, сприймати та розуміти інформацію; здійснювати зворотній зв'язок із співрозмовниками; користуватися навичками невербальної та невербальної комунікації; спостерігати та оцінювати співрозмовників і себе у процесі спілкування.</p> <p>ФК8. Здатність усвідомлювати межі своєї компетентності та дотримуватися норм професійної етики. Знання та дотримання принципів Етичного кодексу психолога (відповідальності, компетентності, конфіденційності, захисту інтересів клієнта тощо), норм психологічної етики.</p> <p>ФК9. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення,</p>	<p>ПРН20. Знати, розуміти та дотримуватись етичних принципів професійної діяльності психолога; усвідомлювати межі своєї компетентності; поважати гідність клієнта; захищати від будь-яких форм фізичного або психологічного насильства.</p> <p>ПРН21. Демонструвати відповідальне ставлення до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку, особистісну та професійну рефлексія, самостійне формулювання цілей саморозвитку та підбір шляхів й засобів особистісного та професійного самовдосконалення.</p> <p>ПРН22. Визначати та вміти розв'язувати конкретні проблеми клієнтів, спираючись на сучасні досягнення психологічної науки та зважаючи на реалії сьогодення.</p>
--	---

<p>навчання та саморозвитку, рефлексії результатів професійної діяльності. На основі рефлексії власних професійних навичок та умінь самостійно ставити цілі, підбирати шляхи та засоби самовдосконалення та підвищення рівня професіоналізму.</p> <p>ФК10. Уміння адаптуватися до нових ситуацій та здатність до професійної мобільності. Обізнаність в реаліях сьогодення; використання сучасних досягнень психологічної науки для розв'язання конкретних поточних проблем клієнтів.</p>	
---	--

Зміст курсу:

Змістовий модуль 1. Базові уміння та навички

- Тема 1. Специфіка психологічного консультування
- Тема 2. Особистісний та професійний ріст консультанта
- Тема 3. Взаємовідносини між консультантом і клієнтом. Нерефлексивне слухання
- Тема 4. Стадії моделі. Рефлексивне слухання. Ехо-техніка.
- Тема 5. Перефразовування, резюмування. Відкриті та закриті питання
- Тема 6. Уміння слідувати за клієнтом. Питання змістовного і емоційного характеру
- Тема 7. Ефективні та неефективні питання
- Тема 8. Узагальнення

Змістовий модуль 2. Структура сесії

- Тема 9. Початок сесії
- Тема 10. Активне слухання
- Тема 11. Фокус на емоціях клієнта
- Тема 12. Фокус на думках клієнта (уточнення проблеми)
- Тема 13. Новий погляд на проблему
- Тема 14. Фокус на поведінці клієнта
- Тема 15. Закінчення сесії

Методи навчання: Поєднання традиційних і нетрадиційних методів навчання з використанням інноваційних технологій: практичні, пояснення, опитування, ілюстрування, проблемна бесіда, тестування, метод ситуацій, дискусія, «мозковий штурм», робота в парах, трійках, малих групах, розбір кейсів та ін.

Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):

Політика щодо дедлайнів та перескладання. Відпрацювання практичних занять, що були пропущені або не підготовлені (незадовільні оцінки) відбуваються на консультаціях згідно графіку.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувачі вищої освіти дотримуються правил академічної доброчесності згідно Положення про академічну доброчесність у БДПУ. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем.

Політика щодо відвідування. Очікується, що всі здобувачі вищої освіти відвідають практичні заняття курсу, окрім тих, хто навчається в асинхронному режимі. У будь-якому випадку здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися термінів виконання усіх видів робіт, передбачених курсом.

Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність: Вивчення курсу потребує використання сучасного інформаційно-комунікаційного обладнання; комп'ютерної техніки, мережових систем пошуку та обробки інформації, інтернет-ресурсів; бібліотечних ресурсів та технологій, зокрема електронних; мультимедійного обладнання.

Система оцінювання та вимоги:

Поточне оцінювання																Заг. бали за п/з та с/р	Залік	Сума
Тема №	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Практичне заняття (п/з)	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75	25	100
Самостійна робота (с/р)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			

Критерії оцінювання практичного заняття

Оцінка за заняття в балах	Критерії оцінювання
<u>3 бали</u>	Студент демонструє повні й міцні знання навчального матеріалу практичного заняття. Правильно, аргументовано розкриває зміст теоретичних питань, виділяє суттєві ознаки вивченого, виявляє причинно-наслідкові зв'язки, вільно оперує фактами та відомостями, може відстоювати власну позицію в питаннях, що розглядаються..
<u>2,5 бали</u>	Студент демонструє гарні знання, добре володіє матеріалом практичного заняття, розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому нормативну та обов'язкову літературу. Але при розкритті деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, є окремі несуттєві неточності та незначні помилки.
<u>2 бали</u>	Студент засвоїв основи теоретичного матеріалу, передбаченого практичним заняттям. Розуміє основні теоретичні положення за темою заняття, розкриває основний зміст, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації власної думки.
<u>1,5 бали</u>	Студент має певні знання з теми практичного заняття. У розкритті основних теоретичних положень допускає значну кількість неточностей і грубих помилок, які може усувати за допомогою викладача. Не вміє аргументовано довести власну думку
<u>1 бал</u>	Студент може відтворити окремі фрагменти з теми практичного заняття. Поверхово розкриває зміст теоретичних питань, допускаючи при цьому суттєві неточності. Знання є безсистемні.

Критерії оцінювання самостійної роботи

Оцінка за заняття в балах	Критерії оцінювання
<u>2 бали</u>	Студент в повній мірі, правильно та аргументовано розкриває зміст самостійної роботи. Проявляє самостійність та творчий підхід до реалізації завдань. Виконане самостійне завдання підготовлене та здане вчасно.
<u>1,5 бали</u>	Самостійне завдання виконано на репродуктивному рівні без прояву самостійності. При розкритті деяких питань є окремі несуттєві неточності. Виконане самостійне завдання підготовлене та здане вчасно.
<u>1 бал</u>	Самостійне завдання виконано на репродуктивному рівні без прояву самостійності. При розкритті деяких питань є окремі несуттєві неточності. Виконане самостійне заняття підготовлене та здане не вчасно.

Максимально набрана сума за практичні заняття (45 балів) та самостійні роботи (30 балів) **75 балів**.

Форма звітності: залік (проведення частини консультації) – **25 балів**.

Максимальна кількість балів за дисципліну – **100**.

Критерії оцінювання практичного завдання до заліку

• Аналіз структури консультації (5 балів)

- Визначення основних етапів консультації (вступ, основна частина, завершення) – 2 бали
- Логічність та послідовність етапів – 2 бали
- Відповідність етапів загальним принципам консультування – 1 бал

• Аналіз комунікативної взаємодії (5 балів)

- Використання активного слухання, емпатії, рефлексії – 2 бали
- Дотримання професійної етики та нейтральності – 2 бали
- Визначення можливих комунікативних помилок – 1 бал

• Заповнення протоколу консультації (5 балів)

- Чіткість та повнота опису кожного етапу – 2 бали
- Відображення ключових моментів та реакцій клієнта – 2 бали
- Узгодженість із реальною ситуацією (відсутність вигаданих або надмірно узагальнених відповідей) – 1 бал

• Власні пропозиції щодо покращення консультації (5 балів)

- Конкретність та аргументованість пропозицій – 2 бали
- Відповідність пропозицій принципам ефективного консультування – 2 бали
- Оригінальність або критичне мислення в аналізі – 1 бал

• **Загальне оформлення та висновки (5 балів)**

- Логічність викладу матеріалу, узагальнення результатів – 2 бали
- Саморефлексія студента щодо проведеної консультації – 3 бал

Шкала оцінювання

Оцінка за університетською шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС
90-100	A
78-89	B
65-77	C
58-64	D
50-57	E
35-49	FX (з можливістю повторного складання)
1-34	X (з обов'язковим повторним вивченням ОК)

Список рекомендованих джерел

Основні

1. Братусь Б.С. Основи психологічного консультування. Київ : Вища школа. 2020.
2. Булах І.С, Кузьменко В.У., Помиткін Е.О. Консультативна психологія: підручник. Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД». 2015. 482 с.
3. Васьківська С.В. Основи психологічного консультування: підручник. Київ : Ніка-Центр. 2012. 424 с.
4. Григоренко Т. Професійні та етичні аспекти психологічного консультування. Київ : Дніпро. 2020.
5. Корнілова Т.В. Професійна етика психолога-консультанта. Харків. : Фоліо. 2018.
6. Леві В. Мистецтво бути психологом. Київ : Либідь. 2019.
7. Михайлов В.О., Грішина Н.В. Психологічне консультування та психотерапія: Теорія і практика. Київ : Освіта. 2021.
8. Олійник О.В. Психологічні методи дослідження особистості у консультуванні. Київ : Наукова думка. 2022.

Додаткові

1. Васьківська С.В. Психологічне консультування : навчальний посібник. Київ : Четверта хвиля. 2004. 256 с.
2. Літовченко Н.Ф. Основи психологічного консультування та психокорекції : метод. ред. до проведення семінар. занять з навч. курсу. Ніжин. 2006. 36 с.
3. Панок В.Г., Чаплак Я.В., Романовська Д.Д. Психоконсультативні стратегії діяльності практичного психолога системи освіти: навч. посібник. Чернівці. : Чернівецький нац. ун-т. 2010. 232 с.

4. Хомич Г.О., Ткач Р.М. Основи психологічного консультування: навч. посіб. Київ : МАУП. 2004. 152 с.

5. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція : навчальний посібник. Київ : ВД «Професіонал». 2005. 656 с.

Інформаційні ресурси

1. <https://library.bdpu.org.ua/> Бібліотека БДПУ
2. <http://www.nbuv.gov.ua/> Національна бібліотека імені В.І. Вернадського
3. <http://nplu.org/> Національна бібліотека України імені Ярослава Мудрого
4. <http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/ua/elib.exe> C21COM=F&I21DBN=UKRLIB&P21DBN=UKRLIB
Електронна бібліотека «УКРАЇНКА»
5. <https://zounb.zp.ua/> Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека
6. <https://kdket.lcloud.in.ua/ebook/224> Навчальна хмара. Електронні підручники.