



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ



**В. І. Шебанова**

# ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ

Методичні вказівки і рекомендації  
для здобувачів вищої освіти  
першого (бакалаврського) рівня  
спеціальності 053 Психологія,  
галузі знань 05 Соціальні та  
поведінкові науки



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

*До 105-річниці заснування  
Херсонського державного  
університету*

*До 30-річчя підготовки  
фахівців спеціальності  
«психологія» у ХДУ*

**«ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ»**

*Методичні вказівки і рекомендації для здобувачів вищої освіти  
першого (бакалаврського) рівня спеціальності 053 Психологія,  
галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки*

**ХЕРСОН  
2022**

**УДК 159.923.2**  
**Ш 36**

*Рекомендовано до друку на засіданні вченої ради Херсонського державного університету протокол № 14 від 28 лютого 2022 р.*

**Рецензенти:**

**Яблонська Т. М.** – доктор психологічних наук, професор, Київський національний університет імені Тараса Шевченка.

**Казаннікова О.В.** – кандидат психологічних наук, доцент, Херсонський державний університет.

**Шебанова В.І.**

Ш 36 «Основи психологічної корекції»: методичні вказівки і рекомендації для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 053 Психологія, галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки. / В. І. Шебанова. – Херсон: Книжкове видавництво ФОП Вишемирський В.С., 2022. – 104 с.

**ISBN 978-617-7941-82-7 (електронне видання)**

У цьому навчально-методичному виданні презентовані методичні вказівки і рекомендації до семінарських занять і самостійної роботи для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 053 Психологія, галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки із освітньої компоненти **«Основи психологічної корекції»**.

У цих методичних вказівках і рекомендаціях детально викладений інформаційний обсяг навчальної дисципліни «Основи психологічної корекції». Наведені методичні рекомендації до організації, виконання та оформлення самостійної роботи. Викладені плани, методичні вказівки, питання для самоконтролю та творчі завдання до семінарських занять з курсу «Основи психологічної корекції».

Матеріали будуть корисні науково-педагогічним працівникам, які викладають на спеціальності 053 Психологія.

**УДК 359.923.2**

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДМОВА</b>	4
<b>ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА ДО КУРСУ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ»</b>	5
<b>ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ»</b>	9
<b>МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ, ВИКОНАННЯ ТА ОФОРМЛЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З КУРСУ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ»</b>	20
<b>ПЛАНІ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ З КУРСУ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ»</b>	30
<b>СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ</b>	86
Основна література	86
Додаткова література	86
Інтернет-ресурси	90
<b>ДОДАТКИ</b>	
Додаток А Методи та техніки теоретичних підходів	91
Додаток Б Словник монофобій	96
Додаток В Підходи до інтерпретації арт-терапевтичного процесу та продукту	103

## ПЕРЕДМОВА

Психологічна корекція є самостійним видом практичної діяльності та психологічної допомоги. Дисципліна «*Основи психологічної корекції*» спрямована на формування у здобувачів вищої освіти знань щодо специфіки психокорекційної діяльності, принципів, видів та методів її здійснення.

У змісті курсу особливе місце приділяється одному з важливих і водночас складних питань психологічної корекції, аналізу даних психологічного дослідження та розробки стратегії психокорекційної роботи з клієнтом.

Цей курс є практико-орієнтованим, спрямованим на придбання здобувачами вищої освіти практичних умінь в області розробки психокорекційних заходів; оволодіння методами, техніками та прийомами психологічної корекції.

Специфікою психологічної корекції є орієнтація клієнта не тільки на усвідомлення та пошук альтернативних способів подолання проблеми; вона безпосередньо пов'язана з досягненнями стійких змін аспектів психології та поведінки людини, досягнення певного результату цієї зміни.

З іншого боку, слід зазначити, що об'єктами психокорекційної допомоги може бути як дорослі, і діти. Тому принципи психокорекції використовують поняття, що враховують віково-індивідуальні особливості: «психічне здоров'я», «психологічний вік», «провідна діяльність», «соціальна ситуація розвитку», «новоутворення віку», «зона найближчого розвитку».

Дисципліна «*Основи психологічної корекції*» викладається у Херсонському державному університеті на 3-му році навчання і базується безпосередньо на знаннях та навичках, отриманих при вивченні дисциплін на попередніх курсах, а саме вікової психології, психодіагностики, вступ до спеціальності (з практикумом), загальна психологія (з практикумом) тощо.

Навчальна дисципліна «*Основи психологічної корекції*» містить матеріали теоретичного та практичного характеру, спрямовані на формування у студентів-психологів комплексу знань та вмінь, необхідних для формування фахової компетенції.

Методичні рекомендації до курсу «*Основи психологічної корекції*» розроблені на допомогу здобувачам вищої освіти у підготовці до семінарських занять та підсумкового контролю.

У методичних рекомендаціях представлено інформаційний обсяг навчальної дисципліни, методичні рекомендації до організації, виконання та оформлення самостійної роботи з курсу «*Основи психологічної корекції*», плани та основні завдання до кожного семінарського заняття, наведено рекомендовану основну та додаткову літературу.

Таким чином, видання методичних рекомендацій з навчальної дисципліни «*Основи психологічної корекції*» є доцільним та своєчасним.

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА ДО КУРСУ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є теоретико-методологічні основи психокорекційної роботи; особливості діагностики та надання психологічної допомоги тим хто її потребує.

Курс навчальної дисципліни **«Основи психологічної корекції»** поєднує академічну, теоретичну психологію із психологією дієвою, практичною, яка вкрай потрібна різноманітним групам населення: здобувачам освіти, працівникам і службовцям, бізнесменам, керівникам фірм і підприємств, а також вчителям, учням, батькам, та ін.. У різноманітних сферах соціальної практики та у процесі підготовки психологів неможливо обійтись без психокорекційної роботи. Адже для того, щоб практичний психолог міг оптимально реалізувати свій професійний потенціал, йому необхідно поповнювати особистісні ресурси, поглиблювати та розширювати свої уявлення про сутність психокорекційної роботи. З цього випливають мета та основні завдання навчальної дисципліни.

**Міждисциплінарні зв'язки:** курс «Основи психологічної корекції» тісно пов'язаний з такими фундаментальними і галузевими дисциплінами як «Вступ до спеціальності (з практикумом)», «Загальна психологія (з практикумом)», «Теорії особистості», «Зоопсихологія та порівняльна психологія», «Психогігієна», «Психофізіологія», «Історія психології», «Вікова та педагогічна психологія», «Диференціальна психологія», «Академічна доброчесність», «Психодіагностика», «Експериментальна психологія», «Патопсихологія», «Соціальна психологія (з практикумом)», «Соціально-психологічний тренінг», «Психологічне консультування», «Основи психотерапії», «Психологія травмувальних ситуацій», «Психологія управління», «Клінічна психологія».

**Мета курсу** – отримання здобувачами вищої освіти поглиблених знань, умінь і навичок в області психологічних аспектів психокорекційної роботи відповідно до сучасних наукових уявлень, забезпечення професійної компетентності практичних психологів.

### **Завдання курсу:**

**Теоретичні:** організація теоретичного та практичного засвоєння дисципліни **«Основи психологічної корекції»**; засвоєння понятійного апарату дисципліни, ознайомлення здобувачів вищої освіти із широким спектром проблем, методів і вимог, які пред'являються до практичного психолога для вирішення різноманітних психокорекційних завдань у діяльності психолога-практика; ознайомлення здобувачів вищої освіти з базовими і науковими поняттями теорії і практики психокорекційної роботи, основними методологічними і дослідницькими проблемами психокорекції, напрямками, методами та техніками надання невідкладної та планової психологічної допомоги тим хто її потребує.

**Практичні:** сформувати у здобувачів вищої освіти психологічні вміння та навички використовувати теоретичні та практичні знання з психології в психокорекційній роботі; виробити навички складання психокорекційних програм, в залежності від певної проблеми, яка потребує корекції; здійснювати психокорекційні заходи та оцінювати їх ефективність. Оволодіти уміннями використовувати різні методи та технології практичної психокорекції.

Таким чином, дисципліна має виражену практичну спрямованість, у зв'язку з чим лекційний матеріал доповнюється практичними заняттями з обговоренням ситуацій запитів клієнтів, переглядом відеозаписів; крім того, здійснюється безпосереднє ознайомлення з практичними методами психологічної корекції в межах основних напрямів (психодинамічний підхід, гуманістичний підхід, поведінковий підхід, корекція засобами мистецтва та ін.) під час групової роботи студентів під керівництвом фахівця – практика для оволодіння конкретними техніками.

### **Компетентності та програмні результати навчання**

#### **Програмні компетентності:**

##### **Загальні компетентності (ЗК):**

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії,

ЗК11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя;

##### **Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК):**

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків;

СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку;

#### **Програмні результати навчання**

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання

ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.

ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги

ПР6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження

ПР7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки

ПР8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефахівців.

ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання

ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника

ПР11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.

ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.

ПР14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.

ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

ПР17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

### **Політика курсу**

Для успішного складання підсумкового контролю з дисципліни вимагається 100% відвідування очне або дистанційне відвідування всіх лекційних занять. Пропуск понад 25% занять без поважної причини буде оцінений як FX.

Щодо правил поведінки на заняттях: активна участь учасників освітнього процесу в обговоренні тем вивчення, диспутах тощо, виконання необхідного мінімуму навчальної роботи, відключення телефонів.

Пропущені заняття з причини лікарняного відпрацьовуються за попередньою домовленістю з викладачем. У разі пропуску лекції здобувач вищої освіти готує реферат з теми лекції. У разі пропуску практичного завдання надає конспект з теми та відповідає на питання в усній чи письмовій формі.



Якщо було необхідно виконати методики чи модуль то надає необхідні матеріали.

Пропущені заняття з неповажної причини не відпрацьовуються, а здобувач вищої освіти з цієї теми отримує 0 балів.

Невиконані завдання у відповідності до строку виконання передбачає отримання на занятті куди здобувач вищої освіти з'явився – оцінки 2, що дорівнює 0 балів. Але завдання він може здати, та отримати бали за нього. При цьому з кожним наступним тижнем оцінка знижується на бал.

Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає: самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей); посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; надання достовірної інформації про результати власної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

Не дотримання академічної доброчесності стане причиною стягнень, за що можуть відніматися бали.

### **Форма підсумкового контролю успішності навчання - екзамен**

#### **Засоби діагностики успішності навчання:**

Система контролю успішності здобувача вищої освіти включає наступні різновиди: поточний, модульний, підсумковий модульний (до якого включені питання винесені на самостійне опрацювання) та семестровий контроль.

Для реалізації усіх форм діагностики навчальних досягнень здобувачів застосовуються наступні методи:

**Методи навчання:** лекції, практичні заняття із застосування поточного тестування і проведенням модульних контрольних робіт.

#### **Методи організації та здійснення освітньо-пізнавальної діяльності:**

##### **1. За джерелом інформації:**

- словесні (лекція – традиційна, інформаційна лекція, відео-лекторій, лекція-презентація із застосуванням ІКТ; дискусія, бесіда);
- практичні (практичні вправи, вирішення ситуативних завдань);
- наочні (демонстрація, спостереження, ілюстрація).

**2. За логікою передачі та сприймання навчальної інформації:** індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

**3. За ступенем самостійності мислення:** репродуктивні, пошукові, дослідницькі, евристичні.

**Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації освітньо-пізнавальної активності:** пізнавальні дискусії, «мозковий штурм», проблемно-орієнтовна едукція, практично-теоретична колаборація, створення ситуацій пізнавальної новизни.

Підсумкова оцінка з освітньої компоненти виставляється як загальний підсумок з усіх форм освітньої активності передбаченої у силабусі ОК.

## **ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ»**

### ***Тема 1. Психологічна корекція як сфера діяльності психолога.***

Психологічна культура. Поняття про психологічну допомогу. Відмінності психологічної корекції від інших видів психологічної допомоги. Специфічні ознаки психокорекції. Види психокорекції: за характером спрямованості, за формами роботи, за наявністю програм, за характером спрямування корегуючи ми впливами, за терміном, за масштабом завдань, що вирішуються. Психокорекційна ситуація. Основні принципи, цілі та завдання психокорекційної роботи. Принцип єдності діагностики та корекції. Принцип нормативності розвитку. Принципи корекції «зверху до низу» та «знизу доверху». Принцип системності розвитку психічної діяльності, діяльнісний принцип корекції. Цілі та завдання психокорекційної роботи. Вимоги до психолога, який здійснює психокорекційні заходи. Основні компоненти професійної готовності: теоретичний компонент, практичний компонент підготовки.

### ***Тема 2. Особливості побудови психокорекційних програм.***

Основні принципи складання психокорекційних програм: принцип системності корекційних, профілактичних та розвиваючих програм, принцип єдності корекції та діагностики, принцип пріоритетності корекції казуального типу; діяльнісний принцип корекції, принцип врахування вікових та індивідуальних особливостей клієнта, принцип комплексності методів психологічного впливу, принцип активного залучення найближчого соціального оточення до участі у корекційній програмі, принцип опори на різні рівні організації психічних процесів, принцип програмованого навчання, принцип ускладнення, принцип врахування об'єму та ступеня різноманітності матеріалу, принцип врахування емоційної складності матеріалу. Моделі корекції: загальна, типова, індивідуальна. Види корекційних програм: стандартизована програма та вільна програма. Основні блоки психокорекційного комплексу: діагностичний, установочний, корекційний, блок загальної ефективності корекційних впливів. Основні вимоги до складання корекційних програм. Оцінка ефективності психокорекційних заходів. Ефективність з точки зору клієнта, психолога, оточення. Інтенсивність та пролонгованість психокорекційних заходів. Фактори, які обумовлюють ефективність психокорекції.

### ***Тема 3. Основні напрями у сучасній психокорекційній практиці.***

#### ***1. Психодинамічний напрям.***

*1.1 Корекційний вплив у класичному психоаналізі:* цілі корекції та техніки. Група методів спрямована на виявлення несвідомих спонукань людини, що лежать в основі її поведінки. Група методів, яка акцентує увагу на внутрішніх силах, що допоможуть людині справитися зі складностями самостійно. Група методів, за допомогою яких психолог доводить до клієнта те, як він сприймає

дійсність. Група методів яка спонукує клієнта змінити характер свого функціонування.

Класичний психоаналіз З. Фрейда: структурі особистості за З.Фрейдом; три види остраху: невротичний, реалістичний, моральний; цілі корекції; позиція психолога; вимоги та очікування від клієнта. Основні стадії психоаналізу. Процедури. П'ять базисних технік. Основні правила інтерпретації.

### *1.2. Аналітична індивідуальна психокорекція А.Адлера.*

Основні положення концепції А. Адлера: суб'єктивне сприйняття дійсності; цілісність і доцільність; комплекс неповноцінності і компенсація; індивідуальність; телеологія вимислу та соціального інтересі; соціальне особистісне почуття; соціально-орієнтована поведінка; когнітивні соціально-орієнтовані припущення. Цілі корекції: зниження почуття неповноцінності; розвиток соціального інтересу (просоціальної спрямованості); корекція цілей і мотивів із перспективою зміни стилю життя. Позиція психолога. Пошук помилки в «картині світу» клієнта. Техніки психокорекційної роботи: встановлення правильних відношень; аналіз особистісної динаміки: (опитувальник сімейного сузір'я; набір питань «Ранній спогад»; аналіз сновидіння); підбадьорення; заохочення інсайту; допомога у переорієнтуванні: (антисугестія (парадоксальна інтенція); вправа «Якби, ...»; постановка цілей і прийняття зобов'язань; упіймай себе; «Натискання кнопки»; «Уникнення плакунчика»).

### *1.3. Клієнт-центрований підхід К.Роджерса.*

Основні поняття клієнт-центрованого підходу: («Поле досвіду», «самість», «Я»-реальне, «Я»-ідеальне, «тенденція до самоактуалізації»). Емпатія. Турбота. Конгруентність. Психологічний клімат. Цілі корекції. Умови необхідні для психокорекційного процесу: безумовне позитивне відношення, емпатія, автентичність, стриманість від інтерпретацій та/або від підказок у рішенні проблем. Позиція психолога та умови успішного психокорекційного процесу за К.Роджерсом. Вимоги та очікування від клієнта. Етапи корекційного процесу за К.Роджерсом: заблокованість внутрішньої комунікації; стадія самовираження; розвиток процесу само відкриття; формування відношення до свого феноменологічного світу; розвиток конгруентності, самосприйняття і відповідальності; установа вільної внутрішньої комунікації; особистісні зміни. Основні компоненти роджеріанської психотехніки: установа конгруентності, вербалізація, відображення емоцій.

### *1.4. Логотерапія.*

Зміст людського існування. Основні поняття: «свобода волі», «воля до змісту» і «сенс життя». Основні положення логотерапії. Техніки психокорекції у логотерапії: метод дере флексії та метод парадоксальної інтенції. Психокорекційні прийоми: персональне осмислення життя та «сократівський діалог».

### *1.5. Екзистенціальний напрям.*

Ціль корекції у екзистенціальному напрямку. Теоретики екзистенціалізму. Основні поняття і положення екзистенціального підходу.

Базисні поняття екзистенціальної концепції: «Діалог», «Досвід», «Переживання», «Автентичність», «Самоактуалізація», «Цінність», «Буття у світі», «Життєвий світ», «Подія». Цілі корекції, позиція психолога, основні задачі психолога, який бере участь у процесі екзистенціальної корекції. Вимоги та очікування від клієнта. Техніки. Підходи до вирішення задач психокорекції у екзистенціальному напрямку: упор на розвиток самосвідомості; культивування свободи відповідальності; поміч у відкритті або створенні змісту; унікальність і ідентичність; робота з тривогою.

## **2 Поведінковий напрям.**

Класична теорія умовних рефлексів І.П.Павлова.

Теорія оперантної зумовленості Е.Торндайка і Б.Скіннера.

Мультимодальне програмування, або мультимодальна поведінкова корекція (А.Лазарус, А.Бандура, Т.Нейланс та ін.). Завдання корекції у поведінковому підході. Основні базисні поняття: «Зумовленість», «Генералізація», «Згасання», «Контрзумовленість», «Ефект часткового підкріплення», «Викликані емоційні реакції», «Реакція уникання», «Конфлікт», «Надлишкова поведінка». Основні характеристики та цілі поведінкової корекції, позиція психолога, вимоги та очікування від клієнта у поведінковій корекції. Техніки поведінкової корекції: методика «негативного впливу», методика «Скіл-терапії», методики формування поведінки («Шейпінг», «Зціплення», «Федінг»), методики, засновані на принципах позитивного і негативного підкріплення: «Позитивне підкріплення», «Контроль стимулу», «Оцінка відповідей», «Насичення», «Покарання».

## **3. Когнітивний напрям.**

*3.1. Особливості когнітивної психокорекції.* Основна задача. Напрямки: когнітивно-аналітичний та когнітивно-поведінковий. Основні поняття, використані в когнітивно-аналітичному напрямку: «пастки», «дилеми», «перешкоди». Основні етапи роботи з клієнтом: діагностичний, активної взаємодії, перерва, заключний. Цілі корекції та позиція психолога у когнітивно-аналітичному напрямку. виправлення помилкової переробки інформації. Допомога клієнтам у зміні переконань, що підтримують неадаптивну поведінку і неадаптивні емоції. Поведінковий експеримент: метод «Фіксованої ролі», «Підйом по сходах», «АВС-модель».

### *3.2. Раціонально-емотивна терапія (RET) А.Елліса.*

Основні положення концепції А.Елліса. Два типи когніцій: дескриптивні й оцінні. «Кодекс невротика». Схема «подія - сприйняття події - реакція - обмірковування - висновок». Етапи: кларифікація; ідентифікація емоційних і поведінкових наслідків сприйнятої події; реконструкція ірраціональних установок; закріплення адаптивної поведінки за допомогою домашніх завдань. Вимоги і чекання від клієнта. Три рівні інсайту: поверхневий – усвідомлення проблеми; поглиблений – розпізнавання власних інтерпретацій; глибинний. Техніки. Обговорення і спростування ірраціональних поглядів. Когнітивне домашнє завдання. Раціонально-емотивна уява.

### *3.3. Когнітивний підхід А.Бека.*

Основні положення когнітивного підходу А.Бека. Когнітивні перекручування - систематичні помилки в судженнях під впливом емоцій: персоналізація, дихотомічне мислення, вибіркоче абстрагування (витяг), довільні умовиводи, надгенералізація, перебільшення (катастрофізація). Етапи когнітивної корекційної роботи: зведення проблем, усвідомлення і вербалізація дезадаптивних когніцій, віддалення, зміна правил регуляції поведінки. Класифікація поведінкових правил. Цілі корекції, позиція психолога, вимоги та очікування від клієнта у когнітивній корекції А.Бека. Техніки корекції: «Сократівський діалог», «Заповнення порожнечі», Декатастрофізація (техніка «що... якщо»), Когнітивна ре атрибуція, Переформулювання, Децентралізація, Перевірка гіпотези, Планування діяльності.

### *3.4. Реальнісна терапія У.Глассера.*

Основні положення реальнісної терапії: почуття реальності. Цілі корекції: загальна мета корекції, приватна мета, головні задачі корекційного процесу. Позиція психолога, вимоги та очікування від клієнта. Сім кроків спільної з клієнтом роботи. Встановлення відносин із клієнтом. Забування про минуле. Заохочення клієнта. Допомога клієнту в пошуку альтернативних засобів дій і виробітку плану. Зобов'язання про виконання плану. Відмова прийняття вибачень. Жорсткість із клієнтом.

### **4 Трансактний аналіз.**

Трансактний аналіз Е.Берна. Три стани «Я», або «его-стан»: «Батько», «Дитина», «Дорослий». «Гра», як фіксований і неусвідомлюваний стереотип поведінки. «Погладжування й удари», як взаємодії, спрямовані на передачу позитивних або негативних почуттів. «Трансакції». «Здирство». «Заборони і ранні рішення». «Життєвий сценарій». «Психологічна позиція або основна життєва установка». Основні позиції поведінки людини. Утримання трансактного аналізу. Структурний аналіз. Аналіз структури особистості. Аналіз трансакцій. Аналіз сценарію техніки рольових ігор. Дві проблеми трансактного аналізу: контамінації і винятку. Техніки: техніка сімейного моделювання та трансактний аналіз.

### **5. Гештальттерапія.**

Гештальттерапія Ф.Перзла. Три зони усвідомлювання: внутрішня (явища і процеси, що відбуваються в нашому тілі); зовнішня (зовнішні події, що відбуваються свідомістю); середня (фантазії, вірування, відносини). П'ять механізмів порушення процесу саморегуляції: інтроекція, проєкція, ретрофлексія, дефлексія, конфлуенція. Поняття «незакінчена справа». «Уникання». Рівні неврозу. Техніки: експериментальний (диссоційований) діалог, «Великий пес і Щеня», вчинення кіл, або йти по колу, техніка «навпаки» (перекручення), експериментальне перебільшення, незакінчена справа, проєктивні ігри на уяву: «Старий занедбаний магазин», «Як би я був...»; «У мене є таємниця», «Перебільшення», «Репетиція». Перевірка готової думки.

#### ***Тема 4. Методи, методика та технології психологічної корекції. Ігротерапія.***

Загальна характеристика методу. Характерні особливості гри: двоплановість, структура дитячої гри, сюжет та зміст гри. Загальні вимоги до проведення ігротерапії. Основні психологічні механізми корекційного впливу гри. Основні функції психолога в ігротерапії. Принципи ігротерапії. Основні види та форми ігротерапії: з точки зору критерію теоретичного підходу: ігротерапія у психоаналізу, ігротерапія центрована на клієнті, ігротерапія відреагування, ігротерапія побудови стосунків, примітивна ігротерапія, ігротерапія у вітчизняній психокорекційній практиці; з точки зору критерію функцій (не директивна та директивна); з точки зору критерію форм організації діяльності: індивідуальна та групова; з точки зору критерію структури використовуваного матеріалу. Вимоги до обладнання та поведінки психолога-ігротерапевта. Трансформаційні та соціально-психологічні ігри для дітей та дорослих.

#### ***Арт-терапія.***

Загальна характеристика методу. Основна ціль та механізми психокорекційного впливу. Цілі арт-терапії. Основні напрямки в арт-терапії: динамічно-орієнтована арт-терапія, гештальт-орієнтована арт-терапія. Принцип арт-терапії, її види та показання. Система спонукань у арт-терапії. Застосування інструментарію візуально-нарративного підходу. Техніки «складання віршів» у психокорекції. Застосування метафоричних асоціативних карт у психокорекції. Застосування кінотерапії у психокорекції.

#### ***Музикотерапія***

Загальна характеристика методу. Особливості американської та шведської школи музикотерапії. Вплив музики на різні системи організму. Основні напрямки корекційного впливу музикотерапії. Психологічні механізми корекційного впливу музикотерапії. Форми музикотерапії: активна та пасивна (рецептивна). Особливості проведення групової активної та пасивної музикотерапії. Застосування музикотерапії у дитячому віці.

#### ***Бібліотерапія.***

Загальна характеристика методу. Методика бібліотерапії. Психокорекційні процеси: неспецифічні та специфічні. Аналіз жанрів літератури з точки зору їх можливості використання у бібліотерапії.

#### ***Танцювальна терапія.***

Загальна характеристика методу: мета, основна та додаткові задачі, головна установка, етапи танцювальної терапії. Діагностика аналізу рухів (за Р.Лобманом). Функції психолога при проведенні корекційних занять танцювальним методом. Особливості проведення.

#### ***Проективний малюнок.***

Загальна характеристика методу. Методики у проективному малюванні (за С.Кратхвілом): вільне малювання, комунікативне малювання, спільне малювання, додаткове малювання. Способи роботи з готовими малюнками. Основні параметри інтерпретації малюнка. Використання проективного

малюнку у роботі з дітьми та дорослими. Основні етапи корекційного процесу з використанням методу проєктивного малювання.

### ***Складання історій***

Загальна характеристика методу. Метод «загального створення історій» за Р.М.Стіртцингером та за Р.Гарднером.

### ***Казкотерапія.***

Загальна характеристика методу. Види казок. Можливості роботи із казкою. Основні прийоми роботи із казкою: аналіз казок, розказування казок, переписування казок, постановка казок за допомогою ляльок, постановка казок за допомогою учасників групи, складання казок.

### ***Лялькотерапія.***

Загальна характеристика методу. Можливості застосування лялькотерапії у психокорекції. Етапи лялькотерапії: виготовлення ляльок, використання ляльок для відреагування значущих емоційних станів. Варіанти ляльок, які використовуються для корекції: ляльки-маріонетки, пальчикові, тіньові, мотузкові, площинні, рукавичкові, об'ємні. Типи водіння ляльок.

### ***Психогімнастика.***

Загальна характеристика методу. Частини психогімнастичного заняття: підготовча, пантомімічна, заключна.

### ***Методи поведінкової корекції***

*Метод систематичної десенсибілізації та сенсибілізації.* Загальна характеристика методу. Показання для застосування методу систематичної десенсибілізації: монофобії, підвищена тривожність, реакція підвищеної тривожності, висока інтенсивність тривожності та страхи, сильне бажання, реакція уникнення. Етапи процедури систематичної десенсибілізації.

*Імерсійні методи.* Загальна характеристика методів. Метод повені. Метод імплузії. Метод парадоксальної інтенції.

*Методи, що базуються на принципі біологічного зворотного зв'язку.* Загальна характеристика методу. Типи біологічно зворотного зв'язку.

*Жетонний метод.* Загальна характеристика методу: мета, основні компоненти. Умови необхідні для використання у психокорекції.

*Метод Моріта.* Загальна характеристика методу. Стадії корекційного процесу.

*Холдинг.* Загальна характеристика методу. Завдання психолога у холдинг-терапії. Правила використання методу холдингу.

*Імаго-метод.* Загальна характеристика методу. Мета та завдання імаго-методу. Етапи проведення психокорекції імаго-методом.

### ***Психодрама.***

Загальна характеристика методу. Мета та завдання психодрами. Основні елементи психодрами: протагоніст, режисер (фасилітатор), додаткове «Я», глядачі, сцена. Форми та види психодрами: психодрама центрована на протагоністе, психодрама центрована на темі, психодрама центрована на групі, психодрама спрямована на групу. Основні фази психодрами. Методики психодрами: уявлення самого себе (самопрезентація), монолог, дублювання

(множинне дублювання), обмін ролями, «пустий» стілець та «високий» стілець, «дзеркало», програвання можливих майбутніх життєвих ситуацій, «за спиною», ідеальній інший, чарівний магазин.

### ***Тема 5. Основи індивідуальної та групової психокорекції.***

#### ***Індивідуальна психокорекція***

Показання до індивідуальної психокорекції. Основні методи індивідуального психокорекційного впливу. Психологічні особливості індивідуальної психокорекції. Кінцеві завдання психокорекційної роботи. Основні стадії індивідуальної психологічної корекції: встановлення контракту між клієнтом і психологом; дослідження проблем клієнта; пошук способів розв'язання проблеми; формування психологом корекційної програми й обговорення її із клієнтом; реалізація наміченої програми відповідно до укладеного контракту; оцінка ефективності проведеної роботи.

#### ***Групова психокорекція***

*Специфіка групової форми психокорекції.* Поняття «психокорекційна група» та види психокорекційних груп. Мета й завдання групової психокорекції. Основні механізми корекційного впливу за І. Яломом та С. Кратохвілом. Методи групової психокорекції: основні й допоміжні. Особливості роботи психокорекційної групи. Фактори, що впливають на ефективність групової психокорекційної роботи: універсальність, прийняття або акцепція, альтруїзм, відреагування або катарсис, саморозкриття (самоексплорація), зворотний зв'язок або конфронтація, інсайт (усвідомлення). Корекційний емоційний досвід. Перевірка нової поведінки. надання інформації, навчання спостереженню.

*Особливості комплектування групи.* Принципи комплектуванні корекційної групи добровільності, поінформованості. Віковий та статевий склад групи. Розмір групи.

*Групова динаміка.* Складові групової динаміки: завдання й норми групи; структура групи й структура лідерства в групі; групові ролі; згуртованість групи; групова напруга. Фази розвитку групи: орієнтація й залежність; конфлікти й протест; розвиток зв'язків і співробітництва; цілеспрямована діяльність.

*Керівництво психокорекційною групою.* Основні завдання групового психолога. Засоби впливу, використовувані груповим психологом, можна умовно розділити на два види: 1) вербальні й 2) невербальні. Основні ролі групового керівника (за І.Яломом): технічний експерт; еталонний учасник. Основні ролі групового керівника (за С. Кратохвілом): лідер, аналітик, коментатор, експерт, автентична особистість. Стили керівництва групою: емоційна стимуляція; опіка; пізнавальна орієнтація; виконавча функція. Типологія керівників груп: опікуни, стимулятори, соціальні інженери, індивідуально-нейтральні керівники, ліберальні керівники, командири. Ко-тренери. Типові помилки керівника групи. Етичні вимоги до керівника корекційної групи



### **Тема 6. Види корекційних груп.**

*Тренінгові групи й соціально-психологічний тренінг.* Робота тренінгових груп. Історія створення тренінгових груп (Т-Груп). Мета Т-Груп у психокорекційному спрямуванні. Соціально-психологічний тренінг як засіб корекції. Загальна мета та завдання СПТ. Розмір груп, частота та кількість корекційних занять у СПТ групах. Принципи корекційних занять у СПТ групах: активність на заняттях, принцип відкритого зворотного зв'язку, принцип «тут і тепер», довірчість у спілкуванні. Етапи та фази СПТ. Методи СПТ. Види тренінгів.

*Групи зустрічей.* Історія розвитку груп зустрічей. Правила груп зустрічей. Добір кандидатів у групи зустрічей. Основні етапи роботи груп зустрічей. Техніка занять групи зустрічей. Балінтовські групи. Історія створення балінтовських груп. Етапи роботи балінтовської групи: відтворення конкретного випадку; постановка питань; обговорення можливих варіантів розв'язку ситуації; етап зворотного зв'язку. Суспільство АА (анонімних алкоголіків). Історія розвитку АА. Основні завдання АА. План звільнення від залежності. Типи зборів АА. Програма «12 шаблів» суспільства «Анонімні алкоголіки». Сайнанон-Групи.

*Гештальт-групи.* Ключовими поняттями гештальт-терапії. Основні форми роботи гештальт-груп. Основні принципи гештальткорекції. Види роботи в гештальт-групі: драматизація, робота з фантазією, робота зі сновидіннями, домашня робота. Основні прийоми, використовувані в роботі гештальт-груп: розширення усвідомлення, інтеграція протилежностей, посилення уваги до почуттів, робота із мріями фантазіями, снами, прийняття відповідальності.

*Групи тренінгу вмінь.* Цілі груп тренінгу вмінь. Компоненти груп тренінгу вмінь: навчальна модель, постановка мети, вимір і оцінка. Техніка занять груп тренінгу вмінь. Основні елементи техніки тренінгу вмінь: оцінка впевненості в собі, репетиція поведінки, релаксаційний тренінг, перебудова переконань, домашня робота.

*Тілесно-орієнтовані психокорекційні групи.* Історія розвитку тілесно-орієнтованих психокорекційних груп. Методи, використовуваними в тілесно-орієнтованих групах: біоенергетичний аналіз О.Лоуена, метод М. Фельденкрайза, метод Ф. Александера, метод А.Янова. Основні поняття тілесно-орієнтованих психокорекційних груп: «енергія», «м'язова броня», «опори під ногами». Основні вправи, які використовуються у тілесно-орієнтованих психокорекційних групах: дихальні вправи, що сприяють розумінню свого тілесного стану й напружених поз; рухові вправи; фізичний контакт між учасниками групи, вправи на усвідомлення напруження у тілі та мязове розслаблення. Система рухових вправ за Ш.Колер.

### **Тема 7. Групова дискусія як метод груповий роботи.**

Загальна характеристика методу групової дискусії. Види групової дискусії в залежності від проблематики клієнта: біографічна, тематична, інтеракційна дискусії. Основні специфічні дискусійні вміння. Форми організації

дискусії (за Г.Є.Філатовою). Види групової дискусії за формою проведення: рольова дискусія; дискусія зі схованими ролями дискусія як аналіз конкретних ситуацій

**Тема 8. Психологічна корекція дітей з порушеннями когнітивної сфери та емоційними розладами. Психокорекційна робота в окремих вікових періодах.**

**Тема 8.1. Психологічна корекція дітей з порушеннями когнітивної сфери.**

Поняття про порушення когнітивних процесів. Методи спостереження, бесіди з батьками та тестування в дітей дошкільного віку. Встановлення контакту з батьками щодо проведення корекційних занять. Діагностика та корекція розладів уваги. Діагностика та корекція розладів сприймання. Діагностика та корекція психомоторики. Діагностика та корекція розладів пам'яті. Діагностика та корекція розладів мислення. Корекційні програми, спрямовані на первинні та вторинні дефекти у розвитку дитини

**Тема 8.2. Психологічна корекція емоційних розладів.**

Визначення поняття «емоційного розладу». Агресія та страхи здорових дітей. Постстресові розлади. Необхідність відреагування та усвідомлення емоційних станів. Використання принципів аналітичної психотерапії у роботі з постстресовими розладами. Повтор, опис дій, відображення почуттів та переказ під час ігрової психокорекції з дітьми.

Пісочна психотерапія. Її теоретичні засади та методи проведення. Обладнання для піскової терапії. Поведінка психолога під час сеансу. Ознаки успішності психокорекції. Аналіз та інтерпретація того, що відбувається в ході гри. Ознаки завершення психокорекції емоційних розладів.

**Тема 8.3. Психокорекційна робота в окремих вікових періодах.**

Порушення особистісного розвитку в дитячому віці. Замкнутість і її корекція. Корекційна робота з дітьми, у яких є проблеми із самооцінюванням. Корекція психологічної готовності дітей до школи. Корекція типів невстигання у навчанні учнів початкових класів. Рання профілактика педагогічної занедбаності учнів. Основні психологічні проблеми підліткового віку. Причини важковиховуваності. Психолого-педагогічні підходи у психокорекції підлітків з різними акцентуаціями характеру. Корекція відхилень поведінки у підлітків.

Вибір методик для обстеження дитини. Симптоматика, що виявляється при обстеженні: показники інтелектуальної сфери по методиках «Малюнок людини», «Малюнок родини»; показники особистісної сфери по методиках «Малюнок людини», «Малюнок родини»; показник інтелектуальної сфери за методикою «Піктограма»; показник особистісної сфери за методикою «Піктограма»; показники за методикою «Класифікація»; показники за методикою «Зразок і правило»; показники за методикою «Коректурна проба»; показники за методикою «Неіснуюча тварина»; показники за методикою «Два будинки»; показники по методиках САТ і ТАТ; основні варіанти несприятливого розвитку молодших школярів (опис синдромів). «Збірка» цілісного портрета дитини (можливі діагнози при типових скаргах): «Дитина

погано учиться», «Дитина лінується», «Дитина розсіяна», «Дитина некерована», «У дитини труднощі у спілкуванні», «Дитина агресивна». Психокорекція за основними діагнозами: хронічна неуспішність, інфантилізм, відхід від діяльності, відсутність навчальних мотивів, негативізм, демонстративність, інтелектуалізм, несформованість засобів спілкування, агресивність, знижений темп діяльності, знижена енергетика, розлад уваги, низький рівень організації діяльності, тривожність.

### ***Тема 9. Основи психологічної корекції сімейних відносин та дитячо-батьківських стосунків***

Родина як об'єкт психокорекційного впливу. Напрями корекційної роботи з родиною: психодинамічний, системний й стратегічний, еклектичний. Основні функції родини: виховна, господарсько-побутова, емоційна, духовного (культурного) спілкування, первинного соціального контролю, сексуально-еротична. Структуру родини. Динаміка родини. Фази життєвого циклу родини. Порушення життєдіяльності родини. Групи труднощі, які виникають перед родиною й загрожують її життєдіяльності: гострі, хронічні, пов'язані з різкою зміною способу життя родини, пов'язані з підсумовуванням труднощів, їх «накладенням» один на одного, пов'язані з етапами життєвого циклу родини, обумовлені несприятливими варіантами життєвого циклу, ситуаційні впливи на родину. Функціональна та дисфункціональна родина. Структура дисфункціональної родини. Сімейні міфи: поняття та функції. Сімейна проблема. Проблеми родинних дисфункцій з погляду теорії трансактного аналізу. Психокорекція з використанням нового рішення та аналізу сімейного сценарію. Поведінкові методи сімейної психокорекції. Система парадоксальних приписів Дж. Хейлі. Теорії комунікативних порушень Вацлавіка. Вправи, спрямовані на подолання комунікативних порушень. Гештальттерапія В. Сатир. Використання «скульптури» та обміну ролями. Системні моделі сімейної психологічної корекції. Варіанти групової корекції порушених сімейних стосунків. Напрямки сімейної психокорекційної роботи. Короточасна сімейна психокорекція та довгочасна сімейна психокорекція. Параметри складання корекційної програми роботи з родиною: Тимчасовий Просторовий Стильовий Змістовний. Методики корекції дитячо-батьківських і сімейних відносин. Техніки: «Сімейна фотографія», «Сімейна скульптура», «Сімейна хореографія». Методики «Рольова карткова гра», «Сімейний ритуал», «Соціальний ритуал». Використання поезії. Створення аналогічних ситуацій. Техніки: «Порівняння цінностей», «Екокарта», «Солом'яна вежа», «Сімейний простір», «Подружня конференція», «Сімейна рада». «Батьківський семінар», «Чесна боротьба». Групова дискусія. Біблеотерапія. Анонімні важкі ситуації.

### ***Тема 10. Психологічна корекція порушень соціально-психологічної адаптації.***

Зміст, функції та етапи профілактики і корекції девіантної поведінки особистості. Основні підходи до надання психологічної допомоги особистості з девіантною поведінкою. Особливості профілактики асоціальної поведінки особистості дитини. Форми і методи профілактики і корекції асоціальної

поведінки особистості. Проблема соціально-психологічної реабілітації особистості з асоціальною поведінкою. Особливості роботи «телефону довіри» як анонімного консультування особистості, схильної до асоціальної поведінки. Проблема зловживання алкоголем. Метод терапевтичної інтервенції. Проблеми наркотичної залежності. Співзалежні члени родини та необхідність у корекції співзалежних. Телефонна психокорекція співзалежних. Феномен адаптації в психології особистості. Стрес і адаптація. Психокорекція осіб у ситуації довготривалого безробіття. Порушення професійної адаптації. Технології підвищення адаптованості особистості. Корекційні та профілактичні програми з професійної адаптації на підприємствах.

### **Номер та назва змістових модулів**

**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ № 1.** Загальні засади теорії і практики психокорекції

**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ № 2.** Основи психологічної корекції індивідуальних та сімейних проблем у дитячому, підлітковому та дорослому віці.

## **МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ, ВИКОНАННЯ ТА ОФОРМЛЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З КУРСУ «ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ»**

Самостійна робота є невід'ємною складовою вивчення навчальної дисципліни «*Основи психологічної корекції*». Вона здійснюється за такими напрямками:

- підготовка теоретичних питань до практичних занять;
- опрацювання першоджерел;
- підготовка рефератів;
- виконання професійно-орієнтованих завдань;
- підготовка до підсумкових модульних творчих робіт;
- підготовка до екзамену.

Виконання самостійної роботи передбачає розвиток навичок пошуку необхідної інформації, опрацювання та осмислення теоретичного і практичного матеріалу.

Для вивчення навчальної дисципліни «*Основи психологічної корекції*» здобувач вищої освіти повинен бути націлений на засвоєння мети, завдань, змісту, принципів, функцій, засобів і технологій психокорекційної роботи, методів психологічного впливу та різноманітних технік саморегуляції. Самостійна робота полягає у систематизації знань з курсу, формуванні цілісного, системного бачення питань психологічного впливу; узагальненні знань, форм і методів роботи відповідно їх логіко-змістовного викладення в процесі навчального курсу.

Важливим елементом такої роботи є опрацювання першоджерел які сприяють опануванню основних понять, вітчизняного і закордонного досвіду, розумінні закономірностей процесу психологічної корекції.

Вивчення навчальної дисципліни здобувачами вищої освіти денної форми навчання відбувається за допомогою різних форм опанування матеріалом: лекцій, семінарських, роботі з літературою, написанні контрольних, рефератів. У вищому навчальному закладі найбільш суттєвою формою передачі певного об'єму знань по дисципліні є **академічна лекція**. Сучасна лекція ґрунтується на активній взаємодії викладача і здобувача вищої освіти. Вона повинна задовольнити запити здобувача вищої освіти з активізації мислення, бути мотивуючого, аналізуючого, висновкового характеру. Для викладача мета лекції полягає у доведенні до здобувачів вищої освіти найбільш суттєвих сторін проблеми, що розглядається у логіко-змістовній структурі курсу. Викладач активізує участь здобувачів вищої освіти у різних формах її проведення: лекція-повідомлення, лекція-бесіда, лекція-дискусія, лекція з розглядом конкретних ситуацій.

Лекція допомагає у стислий час зорієнтувати здобувачів вищої освіти на усвідомлення суттєвих питань теми, сформулювати свої погляди та інші відомості про шляхи розв'язання проблеми.

### **Практичні рекомендації до оформлення конспекту лекції:**

- записувати тільки суттєве, ключовими словами;

- логічно пов'язувати матеріал ілюструючи його прикладами, малюнками;
- повністю заносити таблиці, графіки, статистичні відомості;
- виділяти найбільш важливі положення, смислові блоки і думки;
- виділяти питання, які потребують додаткового висвітлення під час семінарів і практичних занять.

До кожної з тем додається список літератури, який допомагає самостійно підготуватись до семінарських занять.

**Семінарське заняття** передбачає активну, самостійну участь здобувачів вищої освіти у подальшому засвоєнні, закріпленні, уточненні теоретичних і практичних знань, умінь, навичок, що отримані на лекції, або під час опрацювання рекомендованої літератури.

**Підготовка теоретичних питань семінарських занять** передбачає опрацювання питань теми практичного заняття. Ці питання можуть розглядатися під час лекції, але також виноситися на самостійне опрацювання.

*Алгоритм підготовки.*

- Чітко усвідомте мету і професійну спрямованість семінарського заняття;
- Визначте питання для підготовки (**Прим.: Необхідно розглянути усі питання, зазначені у плані практичного заняття!**).
- Прочитати конспект лекції, ознайомитись з рекомендованою літературою.
- Скориставшись бібліотечними каталогами (алфавітним, предметним або систематичним) чи електронними джерелами, запропонованими у списку рекомендованої літератури до практичного заняття, визначте розділи (теми або параграфи), у яких розкрито питання практичного заняття.
- Прочитайте ці розділи.
- Складіть план (простий або складний) відповіді на кожне питання.
- Визначте основні поняття, які Ви повинні засвоїти.
- Проаналізуйте, як опрацьований матеріал пов'язаний з іншими питаннями теми.
- Для кращого засвоєння та запам'ятовування матеріалу складіть короткий конспект, схеми, таблиці або графіки по прочитаному матеріалу.
- Зробіть виписки, посилання з рекомендованої літератури, які знадобляться для аргументації своєї позиції;
- Визначте питання, які потребують додаткового роз'яснення, тобто проблеми в опрацьованому матеріалі, які Ви недостатньо зрозуміли. З цими питаннями Ви можете звернутися на консультації до викладача.
- Перевірте, як Ви засвоїли опрацьоване питання. Ви можете це зробити, відповівши на тестові питання до теми або розв'язавши практичні завдання.
- Зорганізуйтеся на активну участь у практичному занятті.

**Опрацювання першоджерел** передбачає поглиблений розгляд окремих питань теми. Для цього можуть пропонуватися статті з фахових журналів, розділи монографій або підручників.

*Алгоритм підготовки.*

- Прочитайте запропоноване першоджерело.
- Правильно оформіть бібліографію першоджерела (автор, назва, вихідні

дані).

- Складіть план (простий або складний).
- Для кожного пункту плану виділіть основні положення проблеми, яка висвітлюється у першоджерелі.
- Представте прочитаний текст у вигляді тез або анотації, використовуючи, при потребі, схеми, таблиці, графіки тощо.
- Для самоперевірки перекажіть статтю, використовуючи власний конспект.
- Задля економії часу й зусиль конспект можна замінити опрацюванням сканованого чи скопійованого тексту: підкресленням або виділенням основного за допомогою маркерів та олівців, помітками на полях, нумерацією та ін.

**Підготовка рефератів** передбачає глибокий та детальний аналіз проблеми, винесеної у темі реферату.

*Алгоритм підготовки.*

- Ознайомтеся з вимогами до реферату.
- Підберіть літературу, у якій розкривається тема реферату. При підборі літератури можете користуватися бібліотечними каталогами (алфавітним, предметним або систематичним) та електронними джерелами мережі інтернет.
- Складіть план реферату.
- Опрацюйте літературні джерела, користуючись порадами до конспектування першоджерел.
- Систематизуйте опрацьований матеріал відповідно до плану реферату.
- Дайте власний критичний аналіз та оцінку висвітленої проблеми.
- Оформіть реферат відповідно до вимог.
- На основі реферату підготуйте усну доповідь на практичне заняття.

**Підготовка до підсумкової модульної роботи (ПМР) та екзамену** має на меті узагальнення та систематизацію знань з окремого модуля або дисципліни у цілому.

*Алгоритм виконання*

- Ознайомтеся з переліком питань та завдань до ПМР або заліку.
- Підберіть підручники, інструктивно-методичні матеріали або іншу довідкову літературу, необхідну для підготовки (її перелік Ви можете знайти в силабусі або інструктивно-методичних матеріалах).
- Перегляньте зміст кожного питання, користуючись власними конспектами або підручниками.
- Визначте рівень знань з кожного питання.
- Визначте питання, які потребують ретельнішої підготовки (опрацювання додаткової літератури, складання конспектів, схем, виконання окремих завдань тощо). З цією метою зверніться до алгоритму підготовки теоретичних питань до семінарських занять та виконання практичних завдань. Для самоперевірки перекажіть теоретичні питання або виконайте практичне завдання.

**Примітка:** якщо ви маєте труднощі у підготовці окремих теоретичних питань або при виконанні практичних завдань, то можете звернутися за консультацією до викладача. Час проведення консультацій, зазначений у графіку проведення консультацій (кафедра теоретичної психології та психології

розвитку).

З метою успішного та глибокого засвоєння знань з дисципліни «**Основи психологічної корекції**», за вузівським курсом університету здобувачам вищої освіти всіх форм навчання рекомендований модуль самостійної роботи.

Виконання блоку самостійної роботи з навчальної дисципліни «**Основи психологічної корекції**» передбачає виконання різних блоків завдань (теоретичного та практичного спрямування).

Відповіді на *теоретичні питання* (у формі конспектів) повинні бути повними, аргументованими, з визначенням особливостей психокорекційної та визначення напрямів, методик, технік, прийомів, прикладів роботи. Після опрацювання кожного теоретичного питання необхідно скласти 5 контрольних питань (бажано щоб питання стимулювали відповіді не репродуктивного, а узагальнюючого або порівняльного характеру) та 5 тестових питань.

Під час підготовки, здобувач вищої освіти пропонуються посібники, підручники, монографії та статті у науково-популярних журналах, що наведені у списку літератури (методичного забезпечення). В той же час *добір та оформлення наукової літератури* з означених теоретичних питань також є складовою модулю самостійної роботи. Список використаних джерел оформлюється з урахуванням Національного стандарту України ДСТУ 8302:2015.

**I блок** теоретичного спрямування: передбачає опрацювання лекційного матеріалу (див. зміст структури навчальної дисципліни) із застосуванням додаткової наукової літератури. Цей блок потребує:

а) наявність **конспекту у відповідності до змісту лекційного курсу**. Якщо здобувач вищої освіти денної форми навчання має пропуски (з будь-якої причини), то йому необхідно самостійно опрацювати та представити конспект та/або реферат з означеної тематики;

б) **засвоєння понятійного апарату** відповідно до тематичного плану курсу (складання робочого словнику).

**II блок** теоретичного спрямування: передбачає складання стислого конспекту підготовки до семінарських занять. Здобувачі вищої освіти *заочної форми навчання* повинні представити конспект відповідно до тематичного плану навчальної дисципліни (всі теми). Конспект представляє собою проробку основних положень теми, що дозволяє здобувачам вищої освіти ознайомитися з певним спектром проблем корекційного процесу та визначенню особливостей застосування психокорекційних технологій. Конспекти повинні бути від написані від руки або в електронному вигляді у вигляді схем або таблиць. Переписувати підручник або вставляти його ваші файли не треба! Ваше завдання, – опрацювати матеріал і мені це необхідно бачити!

**III блок** – практичного спрямування полягає у закріпленні навичок застосування методів корекції, аналізування прийомів, технік, реакцій психолога під час проведення індивідуальної та групової корекції. Цей блок потребує:

а) виконання творчих завдань до семінарських занять;



б) оформлення протоколів діагностичної та психокорекційної індивідуальної роботи (форма протоколу вільна, але враховує основні вимоги до оформлення протоколів);

в) складання анотації під час опрацювання першоджерел (наукових статей). Зразок анотації дивись нижче.

Складові анотації та варіанти опису дивиться у табл. 1.

Таблиця 1

### Складові анотації та варіанти опису

Складові анотації	Варіанти опису
1. Вступна частина анотації (бібліографічний опис статті)	Стаття, що анотується має назву «...» Статтю під назвою «...» опубліковано в журналі «...» за ... р., №...
2. Тематика статті	Статтю присвячено актуальній проблемі... Тема статті – ... Автор статті висвітлює теоретично значуще питання... Стаття являє собою узагальнення (огляд, опис, виклад, аналіз)... У статті йдеться про... Автор статті «...» здійснює ґрунтовний аналіз
3. Проблематика статті	У статті розв'язуються (висвітлюються, досліджуються, ставляться, порушуються проблеми (питання))... Автор формулює... У ході дослідження автор висвітлює такі актуальні питання, як... У статті узагальнюються результати дослідження... Автор пропонує науково обґрунтований аналіз... Автор визначає сутність поняття...
4. Ілюстрування думок прикладами	Автор наводить переконливі приклади... Автор ілюструє прикладами ... Автор цитує... Для переконливої ілюстрації автор використовує... У статті наведено статистичні дані...
5. Підсумок. Висновки	Автор наводить висновки... Автор підбиває підсумки... Автором стверджується, що... Завершуючи дослідження, автор формулює висновки: ... Автор переконує, що...
6. Адресат статті (для рекомендаційної анотації)	Стаття зацікавить... Стаття розрахована на (широке коло читачів, менеджерів, перекладачів, студентів, аспірантів...)... Стаття адресована науковцям...

**IV блок теоретично-практично та творчого спрямування** полягає у закріпленні навичок застосування діагностичних методів, технік і методів психокорекції при складанні психокорекційних програм.

Цей блок потребує:

а) складання психокорекційної програми щодо корекції пізнавальних процесів.

Нижченаведений перелік тем:

1. Корекція уваги у дітей дошкільного віку
2. Корекція уваги у молодшого шкільного віку
3. Корекція уваги у підлітковому віці
4. Корекція пам'яті у дітей дошкільного віку
5. Корекція пам'яті у дітей молодшого шкільного віку
6. Корекція пам'яті у підлітковому віці
7. Корекція мислення у дітей дошкільного віку
8. Корекція мислення у дітей молодшого шкільного віку
9. Корекція мислення у підлітковому віці
10. Корекція уяви у дітей дошкільного віку
11. Корекція уяви у молодшого шкільного віку
12. Корекція уяви у підлітковому віці

б) складання психокорекційної програми за власним інтересом чи проблематикою курсової роботи щодо корекції афективно-вольової сфери, поведінкових проявів, міжособистісних стосунків, особистісних рис.

Модуль самостійної творчої роботи з курсу «Основи психологічної корекції» оцінюється тах в 20 балів. При цьому максимум 10 балів здобувачами вищої освіти отримує на заочному етапі оцінювання свого модулю за виконаний без зауважень модуль самостійної роботи, який був наданий на попередню перевірку у зазначений викладачем термін (за кожен день надання матеріалів після терміну -1 бал), за кожне доопрацювання (-1 бал) та 10 балів за захист свого модулю безпосередньо на іспиті;

При цьому 5 балів за психокорекційну програму блоку А (корекцію пізнавальних процесів) та 5 балів за психокорекційну програму блоку Б (корекцію афективно-вольової сфери, поведінкових проявів, міжособистісних стосунків, особистісних рис).

**Кожна психокорекційна програма складається з трьох частин:**

Теоретичної  
Діагностичної  
Психокорекційної  
**та має наступні елементи:**  
Титульний лист  
Зміст  
Теоретична частина  
Діагностична частина  
Психокорекційна частина  
Список використаних джерел  
Додатки (за необхідністю)

## **Складання програми блоку А та Б має свої особливості:**

### **Програма блоку А (корекція пізнавальної сфери)**

**1. Теоретична частина** – розкриваються теоретичні основи питання – розгляд теми у сучасних наукових джерелах (вітчизняних та зарубіжних). У кінці узагальнюючий висновок.

**2. Діагностична частина** – добір методик дослідження з врахуванням віку (мінімум 5 методик). Обов'язкові елементи: назва методики, автор, рік публікації, хто адаптував у випадку зарубіжного авторства, мета застосування, обладнання (стимульний матеріал), хід проведення, шкали, особливості інтерпретації.

**3. Психокорекційна частина вміщує у себе наступні компоненти:**

- загальну психокорекцію

- приватну психокорекцію: необхідно розробити 5 занять для корекції/розвитку пізнавального процесу. У кожному занятті повинні бути мінімум по п'ять вправ, з яких перша та остання – ритуали зустрічі та прощання, а інші, – вправи основної частини. Вправи необхідно презентувати наступним чином: Назва вправи, Мета, Обладнання/Матеріали (якщо необхідно), Хід проведення.

**4. Список використаних джерел (за вимогами, що прийняті в ХДУ до наукових робіт)**

### **Програма блоку Б (корекція афективно-вольової сфери, поведінкових проявів, міжособистісних стосунків, особистісних рис)**

**1. Теоретична частина** – розкриваються теоретичні основи питання – розгляд теми у сучасних наукових джерелах (вітчизняних та зарубіжних). У кінці узагальнюючий висновок.

**2. Діагностична частина** – добір методик для діагностування за обраною тематикою з врахуванням віку – мінімум 5 (з яких не більше 2-х опитувальників та інші – проєктивні методики). До малюнкових методик та історій завершення формулюються по 5 психодіагностичних запитань. При оформленні методик обов'язково зазначається назва методики, автор, рік публікації, хто адаптував у випадку зарубіжного авторства, мета застосування, обладнання (стимульний матеріал), хід проведення, шкали, особливості інтерпретації. Повні варіанти тестів-опитувальник розміщувати у додатках.

**3. Психокорекційна частина вміщує у себе наступні компоненти:**

- загальну психокорекцію

- приватну психокорекцію:

- ✓ 5 вправ, які спрямовані на вирішення проблеми. Вправи необхідно презентувати наступним чином: Назва вправи, Мета, Обладнання/Матеріали (якщо необхідно), Хід проведення. Вправи можуть бути у будь-якому психокорекційному напрямі;

- ✓ 5 книжок/казок/притч (до однієї 5 психокорекційних запитань для обговорення). Опис книжок/казок/притч повинен вміщувати назву, автора, мету та стислу анотацію з якої повинно бути зрозуміло навіщо ви рекомендуєте саме

цей художній твір. Якщо казка/притча на 1-2 сторінки можна їх навести повністю.

✓ 5 фільмів/мультфільмів (до одного 5 психокорекційних запитань для обговорення). Опис фільму/мультфільму повинен вміщувати назву, мету та стислу анотацію з якої повинно бути зрозуміло навіщо ви рекомендуєте саме цей фільм/мультфільм;

✓ Окрім того, необхідно скласти рекомендації клієнту, його партнеру або батькам.

#### **4. Список використаних джерел (за вимогами, що прийняті в ХДУ до наукових робіт)**

Самостійну роботу належить виконувати не лише грамотно, а й охайно, з дотриманням необхідних абзаців та інтервалів, залишаючи поля для наведення зауважень. Робота повинна бути зброшурованою і мати наступні складові: титульний аркуш, зміст, основний текст, список використаних джерел.

Самостійна робота виконується на скріплених сторінках формату А4. На титульній сторінці вказуються: назва дисципліни («Основи психологічної корекції»); прізвище, ім'я, по-батькові здобувача вищої освіти; номер групи. Робота оформлюється українською мовою, шрифт – 14 (Times New Roman), міжрядковий інтервал – 1,5, поля: ліве – 3 см, праве – 1 см, верхнє і нижнє – 2 см.; абзацний відступ-1,25; вирівнювання по ширині сторінки.

Позитивна оцінка за самостійну роботу є необхідною умовою для складання поточного модульного контролю.

#### **Мова й стиль наукового дослідження**

Найбільш характерною особливістю письмової наукової мови є формально-логічний спосіб викладу матеріалу. Це знаходить своє вираження у всій системі мовних засобів. Науковий текст складається головним чином з міркувань, метою яких є доказ істин, виявлених у результаті дослідження фактів дійсності.

Для наукового тексту характерні значеннєва закінченість, цілісність і зв'язок. Найважливішим засобом вираження логічних зв'язків є спеціальні функціонально-синтаксичні засоби зв'язку:

- думки, що вказують на послідовність розвитку (спочатку, насамперед, потім, по-перше, по-друге, виходить, отже),
- суперечливі відносини (однак, тим часом, у той час як, проте),
- причинно-наслідкові відносини (отже, тому, завдяки цьому, згідне із цим, внаслідок цього, крім того, до того ж),
- перехід від однієї думки до іншої (перш ніж перейти до..., звернемося до, розглянемо, зупинимось на..., розглянувши, перейдемо до..., необхідно зупинитися на..., необхідно розглянути),
- підсумок, висновок (отже, таким чином, виходить, на закінчення відзначимо, все сказане дозволяє зробити висновок, підбивши підсумок, варто сказати).

У науковій мові дуже поширені вказівні займенники «цей», «той», «такий». Вони не тільки конкретизують предмет, але й виражають логічні зв'язки між частинами висловлення (наприклад: «Ці дані служать достатньою основою для висновку...»).

Норми наукової комунікації строго регламентують характер викладу наукової інформації, вимагаючи відмови від виявлення власної думки в чистому виді. Зараз стало неписаним правилом, коли автор наукового твору виступає в множині й замість «я» вживає займенник «ми», що дозволяє йому відбити свою думку як думку певної групи людей, наукової школи або наукового напрямку. І це цілком з'ясовано, оскільки сучасну науку характеризують такі тенденції, як інтеграція, колективність творчості, комплексний підхід до рішення проблем.

Ставши фактом наукової мови, займенник «ми» обумовив цілий ряд нових значень і похідних від них зворотів, зокрема, із присвійним займенником типу «на нашу думку».

### **Використання й оформлення цитат**

Для підтвердження власних доводів посиланням на авторитетне джерело або для критичного розбору того або іншого наукового твору варто наводити цитати.

При цитуванні кожна цитата повинна супроводжуватися посиланням на джерело, бібліографічний опис якого повинен наводитися відповідно до вимог бібліографічних стандартів.

**Приклад 1.** *Л.М. Веккер аналізував феномен повноти розуміння як індикатор рівня розвитку розумового процесу на поняттєвому рівні. «... був виявлений зв'язок властивостей оборотності розумових операцій, з одного боку, з інваріантністю оперантних структур, з іншого боку, зі специфічним феноменом розуміння...» [39, с.219].*

**Приклад 2.** *«Емоційний досвід - один з механізмів наведення на рішення» [23, с.102], що визначає процес переструктурування початково заданих умов задачі.*

При непрямому цитуванні (при переказі, при викладі думок інших авторів своїми словами), що дає значну економію тексту, варто бути гранично точним у переказі думок автора й коректним при оцінці що викладається, давати відповідні посилання на джерело.

**Приклад 1.** *Агресія, за визначенням К. Лоренца, розглядається як будь-яка форма поведінки, яка націлена на образу, заподіяння шкоди іншій живій істоті, що не бажає подібного звернення [15].*

**Приклад 2.** *У дослідженнях А.В. Брушлінського [30], Л.М. Веккера [39], Г.С. Костюка [58], О.М. Матюшкіна [65], Я.О. Пономарьова [65], С.Л. Рубінштейна [70] та ін. мислення розкривається як дуже динамічний багаторівневий і багатомірний процес.*

**Увага!**

Для перевірки модулю самостійної творчої роботи (мінімум за тиждень до дати екзамену) надсилається Шебановій Віталії Ігорівні на електронну скриньку: [vitaliashebanova@gmail.com](mailto:vitaliashebanova@gmail.com)

**Форма контролю – екзамен (два модуля)**

Контроль успішності здобувача вищої освіти здійснюється з використанням методів і засобів, що визначені в ХДУ. Академічні успіхи здобувача вищої освіти оцінюються за шкалою, яка застосована в ХДУ з обов'язковим переведенням оцінок в бали та у відповідності до національної шкали та шкали ECTS.

**Шкала оцінювання у ХДУ за ЄКТС**

Сума балів / Local grade	Оцінка ЄКТС		Оцінка за національною шкалою / National grade
90 – 100	<b>A</b>	Excellent	Відмінно
82-89	<b>B</b>	Good	Добре
74-81	<b>C</b>		
64-73	<b>D</b>	Satisfactory	Задовільно
60-63	<b>E</b>		
35-59	<b>FX</b>	Fail	Незадовільно з можливістю повторного складання
1-34	<b>F</b>		Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## ПЛАНІ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ З КУРСУ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ

### I. Змістовий модуль

#### Загальні засади теорії і практики психокорекції

#### Тема 1: Психологічна корекція як сфера діяльності психолога

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо особливостей психологічної корекції, як одного з видів надання психологічної допомоги.

**Професійна спрямованість:** знання предмету та завдань курсу, системи основних понять, специфічні ознаки психокорекції, види психокорекції, психокорекційна ситуація, принципи психокорекційної роботи, вимоги до психолога, який здійснює психокорекційні заходи, основні компоненти професійної готовності: теоретичний компонент, практичний компонент підготовки.

**Компетенції:** вміння вільно орієнтуватися в основних теоретичних підходах, цілях та методах психокорекційної роботи.

**Питання до семінарського заняття (стислий конспект у вигляді схем або таблиць):**

Основні поняття: психологічна культура, психологічна допомога та її види.

Відмінності психологічної корекції від інших видів психологічної допомоги. Специфічні ознаки психокорекції.

Види психокорекції: за характером спрямованості, за формами роботи, за наявністю програм, за характером спрямування корегуючими впливами, за терміном, за масштабом завдань, що вирішуються.

Психокорекційна ситуація.

Основні принципи, цілі та завдання психокорекційної роботи. Принцип єдності діагностики та корекції. Принцип нормативності розвитку. Принципи корекції «зверху до низу» та «знизу доверху». Принцип системності розвитку психічної діяльності, діяльнісний принцип корекції.

Цілі та завдання психокорекційної роботи.

Вимоги до психолога, який здійснює психокорекційні заходи. Основні компоненти професійної готовності: теоретичний компонент, практичний компонент підготовки.

**Методичні вказівки.** Виокремити предмет та специфіку психологічної корекції як виду діяльності психолога; визначити місце психологічної корекції у цілісному процесі надання психологічної допомоги людині, яка її потребує; представити можливості надання психокорекційного впливу у межах роботи психолога-консультанта; охарактеризувати різноманіття видів психологічної корекції; визначити зміст основних принципів психокорекційної діяльності психолога. Виокремити компоненти професійної готовності психолога до здійснення психокорекційних заходів.

Психокорекційна робота розрізняється за різними критеріями на наступні види: симптоматична та каузальна; індивідуальна та групова психологічна

корекція; програмова та імпровізована; директивна та не директивна; надшвидка, швидка, тривала, довготривала; загальна, приватна та спеціальна; корекція пізнавальної сфери, особистості, афективно-вольової сфери, поведінкових проявів, міжособистісних стосунків.

Мета та завдання психокорекції значно відрізняються від завдань патопсихологічного обстеження. Метою патопсихологічного обстеження є виявлення особистісних особливостей, порушень у психічному функціонуванні, вирішення експертних питань. Метою психокорекції є поліпшення функціонування різних сфер особистості (когнітивно-пізнавальної, емоційно-вольової, поведінкової, особистісної, міжособистісної), вирішення внутрішньоособистісних конфліктів.

Психічне здоров'я – стан душевного благополуччя, який супроводжується відсутністю хворобливих психічних проявів та забезпечує адекватну вимогам дійсності регуляцію поведінки та діяльності.

Основні критерії психічного здоров'я:

- 1) відповідність суб'єктивних образів – об'єктам дійсності та відповідність характеру реакцій – зовнішнім подразникам, життєвим подіям;
- 2) адекватний віку рівень зрілості (розвитку) емоційно-вольової та пізнавальної сфер особистості (поняття норми вікового розвитку);
- 3) адаптивність у мікросоціальних стосунках;
- 4) здатність саморегуляції поведінкою, планування життєвих цілей та активність у їх досягненні.

Додаткові критерії психічного здоров'я (за І.А. Классеном):

- причинна обумовленість психічних явищ відповідно віку;
- зрілість почуттів, максимальне наближення суб'єктивних образів до об'єктів дійсності, що відображаються;
- гармонія між життєвими ситуаціями та ставленням до них;
- відповідність реакцій (фізичних та психічних) силі зовнішніх подразників;
- критичний підхід до обставин життя;
- здатність до саморегуляції поведінки відповідно до інформації;
- почуття відповідальності за дітей;
- почуття сталості;
- здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих ситуацій;
- самоствердження у колективі без шкоди для інших його членів;
- здатність планувати та здійснювати свій життєвий шлях.

**Словникова робота:** психологічна культура, психологічна допомога, психопрофілактика, психологічне консультування, психологічна корекція, психотерапія, симптоматична психокорекція, каузальна психокорекція; індивідуальна психокорекція, групова психокорекція; програмована психокорекція, імпровізована психокорекція; директивна психокорекція, недирективна психокорекція; надшвидка психокорекція, швидка психокорекція, тривала психокорекція, довготривала психокорекція; загальна психокорекція, приватна психокорекція, спеціальна психокорекція; корекція



пізнавальної сфери, психокорекція афективно-вольової сфери, психокорекційна ситуація; принципи, цілі та завдання психокорекційної роботи.

**Питання для самоконтролю:**

1. Що входить до поняття про психологічну допомогу?
2. За яких умов виникає психокорекційна ситуація?
3. В чому полягає принцип єдності діагностики та корекції?
4. Чому необхідне дослідження уваги, сенсомоторної сфери та наочно-дійового мислення у дошкільнят?
5. З чого складається дослідження психічних процесів у дітей шкільного віку?
6. В чому полягає принцип нормативності розвитку?

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А та Б.**

Блок А. Надайте письмові відповіді на нижченаведені ситуації. Відповіді обґрунтуйте.

1. Сформулюйте специфічні риси психологічного консультування та психологічної корекції. Проведіть порівняльний аналіз видів психологічної допомоги. Визначте подібність та відмінності психокорекції як виду діяльності психолога Використовуйте табл. 1.

Таблиця 1

Порівняльна характеристика особливостей видів психологічної допомоги

Вид психологічної допомоги	Мета психологічного впливу	Методи та техніки	Хто надає допомогу та кому?	Очікуваний результат
Психопрофілактика				
Психодіагностика				
Психологічне консультування				
Психологічна корекція				
Психотерапія				
<i>Немедична Психотерапія</i>				
<i>Медична Психотерапія</i>				
Психіатрія				

2. Визначте, за яких порушень і труднощів клієнта психолог приймає рішення щодо надання клієнту психокорекційної допомоги.

3. Здійсніть та обґрунтуйте вибір виду психологічної допомоги людині з проблемами та порушеннями із запропонованого нижче переліку, а потім класифікуйте види психологічної корекції залежно від особливостей порушень, труднощів та проблематики клієнта. Приблизний перелік порушень, проблем людини: групова ізоляція підлітка, дитина не слухається батьків, дорослий скаржиться на нудьгу і втрату сенсу життя, психогенна шкільна (професійна)

дезадаптація, демонстративність підлітка, затримка психічного розвитку (ЗПР), страх темряви у дитини, часті сварки в сім'ї, депресія після розлучення, переживання втрати близької людини, труднощі у міжособистісних стосунках, істерика дитини, проблеми адаптації у трудовому колективі, емоційна депривація дитини, повернення дитини до дитячого будинку з прийомної сім'ї тощо.

4. Сформулюйте поняття «психічне здоров'я» та його критерії. Використовуючи запропонований перелік можливих порушень клієнта, визначте, який із критеріїв психічного здоров'я у людини є порушеним.

5. Визначте зміст поняття «норма вікового розвитку», використовуючи критерії норми вікового розвитку та табл. 2.

Таблиця 2

Нормативні критерії психологічного віку			
Віковий етап	Соціальна ситуація розвитку	Провідна діяльність	Новоутворення

Блок Б. Подивитесь запропоновані відеоматеріали до теми, що розміщені на сайті <http://ksuonline.kspu.edu> у вкладці з освітньої компоненти «Основи психологічної корекції» та надайте відповіді на питання:

- 1) З чим ви погоджуєтесь? Відповідь обґрунтуйте
- 2) З чим ви не погоджуєтесь? Відповідь обґрунтуйте

### Теми рефератів

1. Психокорекційна ситуація.
2. Принцип єдності діагностики та корекції.
3. Принцип нормативності розвитку.
4. Принципи корекції «зверху до низу» та «знизу до верху».
5. Цілі та завдання психокорекційної роботи.
6. Вимоги до психолога, який здійснює психокорекційні заходи.

## Тема 2: Особливості побудови психокорекційних програм

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо особливостей побудови психокорекційних програм.

**Професійна спрямованість:** знання основних принципів складання психокорекційних програм; моделей корекції: загальної, типової, індивідуальної; видів корекційних програм; основних блоків психокорекційного комплексу; основних вимог до складання корекційних програм; оцінки ефективності психокорекційних заходів; факторів, які обумовлюють ефективність психокорекції.

**Компетенції:** вміти здійснювати: збір психологічного анамнезу клієнта/дитини; постановку психологічного діагнозу та психологічного прогнозу; розробляти стратегію психокорекційної допомоги клієнту/дитині.

### **Питання до семінарського заняття:**

Основні принципи складання психокорекційних програм: принцип системності корекційних, профілактичних та розвиваючих програм, принцип єдності корекції та діагностики, принцип пріоритетності корекції казуального типу; діяльнісний принцип корекції, принцип врахування вікових та індивідуальних особливостей клієнта, принцип комплексності методів психологічного впливу, принцип активного залучення найближчого соціального оточення до участі у корекційній програмі, принцип опори на різні рівні організації психічних процесів, принцип програмованого навчання, принцип ускладнення, принцип врахування об'єму та ступеня різноманітності матеріалу, принцип врахування емоційної складності матеріалу. Моделі корекції: загальна, типова, індивідуальна. Види корекційних програм: стандартизована програма та вільна програма. Основні блоки психокорекційного комплексу: діагностичний, установочний, корекційний, блок загальної ефективності корекційних впливів. Основні вимоги до складання корекційних програм. Оцінка ефективності психокорекційних заходів. Ефективність з точки зору клієнта, психолога, оточення. Інтенсивність та пролонгованість психокорекційних заходів. Фактори, які обумовлюють ефективність психокорекції.

**Методичні вказівки.** Визначити логіку у виокремленні самостійних етапів психологічної корекції; охарактеризувати завдання та зміст діяльності психолога на кожному з етапів психологічного коригування корекції, визначаючи послідовність та умови діяльності психолога; простежити взаємозв'язки між етапами психокорекційної роботи; визначити зміст понять «психологічний анамнез», «психологічний діагноз» та «психологічний прогноз» з метою аналізу проблематики клієнта; простежити підходи до розробки ефективної програми корекції психологічних труднощів та порушень клієнта; визначити уявлення про критерії ефективності психокорекційних заходів.

Метою психологічної корекції є наближення розвитку та поведінки суб'єкта до вікової норми. Тому завдання формуються, спираючись на ті особливості пошкодженого розвитку, що були виявлені під час діагностичного етапу. При формулюванні завдань треба звернути увагу як на можливість дитини та її оточення, так і на чіткі ознаки успішності корекції. Одним з найважливіших принципів коригуючої роботи є принцип усвідомленої згоди. Відповідальні особи, дитина і психолог мають узгодити між собою мету, завдання та особливості здійснення корекційної програми. Всі учасники мають уявляти, яку інформацію і кому буде повідомлено. Цей принцип дає змогу психологу не створювати коаліцій з батьками проти дитини або з дитиною проти батьків або вчителів. Принципом корекційної роботи з особами з емоційними розладами може бути конфіденційність: усе, що розповідає дитина психологові під час бесіди, не може бути повідомлене педагогам і навіть батькам дитини. Винятком із цього правила можуть бути тільки ті вкрай рідкі випадки, коли ця інформація має загрозливий для життя та здоров'я оточуючих характер. Наприклад,

підліток повідомляє про підготовку вбивства, підпалу, втечі тощо. Якщо інформація стосується здоров'я самого підлітка (вагітність, венерична хвороба, вживання наркотиків, прагнення до самогубства), бажано переконати підлітка розповісти про те, що сталося, батькам.

Важливим моментом є встановлення відповідного довірливо-ділового стилю спілкування з дитиною, що відрізняється від системи стосунків «учитель – учень», «дитина – батько», «обстежуваний – психолог» більшою рівністю партнерів, більшою свободою творчого самовираження. Цьому можуть сприяти й суто технічні моменти: устаткування кабінету, робоча поза, час роботи тощо.

Корекційні програми мають відповідати віковим і психологічним особливостям дитини, спиратися на її можливості та здібності, бути узгоджені з лікарем, батьками та іншими відповідальними за дитину особами.

Необхідно звернути увагу, що необхідно розрізняти терміни, які є як у психології, так і у в медицині: «анамнез», «діагноз», «прогноз», тому що за своїм значеннями вони не є тотожними термінами.

Анамнез – медичне поняття. У вузькому сенсі означає історію розвитку хвороби. У ширшому – не тільки дані про начало та розвитку захворювання, а й відомості про умови життя, роботи. Поняття «психологічний анамнез» вільне від обов'язкового зв'язку з хворобливими процесами та проблемами і вживається в психології як синонім поняття «історія індивідуального психічного розвитку».

Психологічний анамнез важливий оскільки, оскільки психологічний статус клієнта може бути правильно визначений тільки у світлі всієї історії його розвитку в поєднанні з уявленням даної історії у свідомості самого клієнта, при зборі якого акцент робиться не на факти та події, як у медицині, але на їх інтерпретації самим клієнтом.

При аналізі психологічного анамнезу особливу увагу необхідно приділяти:

1) встановленню присутності стресових факторів у процесі розвитку та формування особистості;

2) індивідуальних реакцій клієнта на ці стрес-фактори;

3) частоті соматичних захворювань клієнта;

4) наявності хронічних захворювань;

5) відносинам усередині сім'ї;

6) типу виховання у сім'ї стосовно клієнту;

7) взаємовідносинам клієнта зі значущими близькими (можливо розбіжність понять «значущі близькі» і «батьки»);

8) рівню розвитку на кожному віковому етапі та відповідності цього рівня поняттю «норма».

Психологічний анамнез збирається у процесі спеціально організованої бесіди, інтерв'ю, спостереження, а також за допомогою методів психодіагностики.

Бесіда, цілеспрямовано організована фахівцем, є основним методом ведення та надання психологічної допомоги. Під час бесіди передбачається виявлення

тих зв'язків, які цікавлять дослідника. Як специфічний вид бесіди виокремлюється інтерв'ю.

Інтерв'ю – спосіб отримання соціально-психологічної інформації з допомогою усного опитування. Виділяють два види інтерв'ю: вільне та стандартизоване.

Вільне інтерв'ю не залежить від теми та форми бесіди та передбачає співпрацю клієнта при пошуку необхідної інформації. До його переваг можна віднести великий діапазон безпосередньо поведінкових реакцій клієнта, які спостерігає фахівець, що сприяє отриманню повнішої інформації про особистість клієнта та сутність його проблеми. До недоліків даного методу можна віднести достатньо значний часовий відрізок.

Стандартизоване інтерв'ю – близьке за формою до анкети, відрізняється від неї більшою свободою клієнта при формулюванні відповідей. Отримані дані згодом уточнюються та використовуються для висунування нових гіпотез. Переваги: інформативність, економія часу, кількісна виразність результату. Недоліки: ймовірність втрати емоційного контакту з клієнтом, зниження безпосередніх поведінкових реакцій унаслідок активізації механізмів захисту.

Спостереження – емпіричний метод психологічного дослідження, що полягає в цілеспрямованому та усвідомленому сприйнятті фахівцем психічних проявів клієнта. Дозволяє фахівцю зібрати інформацію про клієнта, виявити найбільш значущі дієві моменти, відстежити зміну його стану на різних етапах процесу. Недоліки: суб'єктивізм спеціаліста, який може виявлятися у фіксації уваги на факті, що є значущий з позиції психолога, а не клієнта, і наступної його інтерпретації, а не проясненні, а також можливості механізму контрперенесення психологом.

Тести – стандартизований метод для об'єктивного виміру одного або декількох аспектів цілісної особистості через вербальні або невербальні відповіді.

Опитувальники – методики, матеріал яких складається з питань, які клієнт повинен відповісти, або тверджень, з якими клієнт повинен висловити свою згоду чи незгоду. Розрізняють опитувальники відкриті та закриті, анкетні та особистісні.

**Словникова робота:** модель корекції: загальна корекційна програма, типова корекційна програма, індивідуальна корекційна програма: стандартизована програма, вільна програма; основні блоки психокорекційного комплексу: діагностичний, установочний, корекційний, блок загальної ефективності корекційних впливів; діагностичний етап, аналітичний етап, настановний етап, корекційний етап, етап оцінки ефективності, завершальний етап, анамнез, психологічний анамнез, психологічний діагноз (симптоматичний, етіологічний, типологічний рівні постановки), психологічний прогноз (імовірнісний та умовно-варіантний), соціальна ситуація розвитку, новоутворення особистості, провідна діяльність.

### **Питання для самоконтролю:**

1. Якими принципами має керуватись психолог у своїй роботі?

2. З чого складається професійна компетентність психолога?
3. В чому полягає принцип створення корекційної програми «зверху до низу»?
4. Основні вимоги до складання психокорекційних програм.
5. Оцінка ефективності психокорекційних заходів.

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А, Б та В.**

Блок А. Надайте відповіді на наступні питання:

1. Зібрати банк діагностичних процедур (тестових методик) для психологічного обстеження на діагностичному етапі психологічної корекції для клієнтів з порушеннями наступних сфер:

- когнітивній;
- емоційній;
- поведінковій;
- мотиваційній;
- міжособистісній.

2. Визначте, чим ви керувалися при виборі діагностичних методів та методик. Виходячи з цього, сформулюйте принципи вибору діагностичних методів (валідність, надійність, відносна короткостроковість, комплексність).

3. Встановіть зміст психологічного анамнезу клієнта в інформації нижченаведеного практичного матеріалу до заняття. Чи всі сторони психологічного анамнезу визначені у практичних завданнях? Яким чином можна прояснити ті сторони психологічного анамнезу клієнта, інформація за якими відсутня?

4. Складіть алгоритм для аналізу інформації про клієнта з метою структурування та узагальнення даної інформації.

5. Використовуючи наданий викладачем практичний матеріал, структуруйте психологічну інформацію про клієнта з метою визначення психологічного діагнозу та психологічного прогнозу клієнта

Практичний матеріал до заняття

Випадок 1

Євгенія В., 16 років

Батьки Євгенії звернулися за консультацією на прохання самого дівчини. Причина звернення – постійно знижений настрій, відсутність друзів та подруг. Женья скаржиться, що вона нікому не цікава, що ніхто не звертає на неї увагу. Вона навчається у 10 класі. Її навчальні досягнення дуже високі. Женья стверджує, що їй не турбують її стосунки з батьками та з однолітками. При цьому вона не усвідомлює протиріччя між цим твердженням та причиною звернення до психолога.

Психологічне обстеження показало, що Женья глибоко переживає відсутність теплих і близьких людських відносин з дорослими та однолітками. Її зануреність у навчання являє собою форму психологічного захисту, що знижує гостроту переживання. Цей спосіб поведінки підтримується також

очікуваннями батьків та вчителів, чия думка має для дівчинки дуже велике значення.

Конфлікт між пригніченими, недостатньо усвідомлюваними емоційними потребами та свідомою спрямованістю на навчання зумовлюють високу емоційну напруженість. Це і стало причиною того, що Женя попросила психологічної допомоги. У той же час вона не усвідомлює цей конфлікт і визначає свою проблему як відсутність у себе як зовнішньої, так і особистісної привабливості для будь-кого (у дійсності це приємна приваблива дівчина; за словами вчителів, її високо оцінюють її однокласники, які, однак, мало з нею спілкуються, оскільки вважають її «надто розумною»).

#### Випадок 2

Сергій І., 14 років.

Батьки скаржаться на те, що Сергій став замкнутий, упертий, постійно виявляє негативізм. Три роки тому сім'я переїхала до Херсону з Донецька. Хлопчик важко адаптувався в новому оточенні. Вчителі скаржилися на його поведінку, наголошували на «хуліганських витівках» як під час уроків, і на перервах. Сергій став часто прогулювати уроки. Адміністрація двічі ставила питання про його виключення зі школи, але батькам обидва раз вдалося погасити конфлікт. У період життя у Донецьку поведінка Сергія також викликала нарікання, але скарг було значно менше.

Спочатку після переїзду Сергій часто був збуджений, знаходився у піднесеному настрої. Він проводив багато часу на вулиці або у дворі біля будинку, намагаючись брати участь у розвагах своїх однолітків. Ці спроби не зустрічали вони позитивної реакції. Згодом Сергій їх припинив і став більшу частину часу проводити вдома. Проте іноді він йшов на цілий день, вибираючи для своїх прогулянок відокремлені місця.

Психологічне обстеження виявило високий рівень емоційного напруження. Сергій сприймає своє соціальне оточення (включаючи і дорослих, і однолітків) як вороже до себе. Під час бесіди тримається насторожено та підозріло. Він ідеалізує своє колишнє життя у Донецьку, хоче туди повернутися. Херсон називає «бандитським містом». Хлопчик виражений екстраверт. Фрустрація потреби у спілкуванні переживається ним дуже гостро.

#### Випадок 3

Катерина, 24 роки

Катерина – менеджер туристичної агенції – звернулася до психолога зі скаргою на часті головні болі, що заважає виконанню її професійних обов'язків. Медикаментозне лікування не призводить до позитивних результатів: головний біль на короткий час минає, але потім повертається з тією ж інтенсивністю. Лікар поліклініки не виявив порушень органічного характеру і рекомендував звернутися до психотерапевта чи психолога.

#### Випадок 4

Ірина Вікторівна, 38 років

Ірина Вікторівна – бухгалтер. 15 років у шлюбі, двоє дітей – 13,5 та 8 років.

Близько місяця тому чоловік сказав, що знайшов іншу жінку, і пішов із сім'ї, хоча офіційно розлучення не оформлялося. Клієнтка говорить про те, що не може змиритися з тим, що відбувається: зверталася до екстрасенсів, бабок.

Тяжко переживає те, що відбувається: спить погано, не може працювати, цілими днями плаче. На консультації каже, що «якби не діти, то руки на себе наклала б».

#### Випадок 5

Петро, 32 роки

Петро, інженер будівельної компанії, звернувся зі скаргами на страх, пов'язаний із керуванням автомобілем. Три місяці тому потрапив в аварію і, хоча тілесні ушкодження були нетяжкі, ніяк не може впоратися зі своїм станом. З того часу не може змусити себе сісти за кермо, хоч автомобіль і відновлено. Додає, що почав уникати не тільки водіння особистого транспорту, але відчуває тривогу, переміщаючись на громадському транспорті.

#### Випадок 6

Дарина 3,5 роки

Звернення батьків пов'язане з появою у дитини страху темряви після нічного переляку, причину якого Дарина не могла пояснити.

Психологічна діагностика показала, що рівень психічного розвитку Дарини відповідає віковій нормі. На прийомі у психолога у спонтанній грі було помічено уникнення «вовка» (іграшки), в той же час дівчинка охоче грала з іншими іграшками. Психолог звернула на цей факт увагу батьків, які згадали, що незадовго до виникнення страху у дівчинки вони читали дочці казку «Червона Шапочка».

#### Випадок 7

Олена, 23 роки

Закінчила інститут майже рік тому, але й досі не може влаштуватися на роботу. Вважає, що це пов'язано з її труднощами в міжособистісних стосунках: «не вмію підтримати розмову, коли говорю, то хвилююся і виглядаю безглуздо». Скільки пам'ятає себе – існували складнощі у взаємостосунках: у дитячому садку, у школі часто відчувала себе самотньою. Олена була єдиною дитиною в сім'ї, батьки вели досить замкнутий образ життя. В даний час дівчина не має друзів і подруг, каже, що та з нею знайомляться молоді люди, не прагне підтримати спілкування: «все і з цього нічого не вийде».

Блок Б. Ознайомтесь с нижченаведеними ситуаціями та надайте письмові відповіді на питання:

1. Настя 3., 12 років. До психологічної консультації звернулася мати дівчинки з проханням про корекцію поведінки й характеру дитини. Дівчинка зростала й розвивалася нормально, до школи пішла вчасно, вчиться на 4 і 5. Матір непокоїть те, що дівчинка недостатньо спілкується з вітчимом, часом запальна, дратівлива. Мати розлучилася з батьком дівчинки 11 років тому, з того часу мати й дочка жили вдвох. Рік тому мати вийшла заміж. Вітчим не зловживає спиртним, намагається допомогти в хатніх справах, добре ставиться до дівчинки. Настя важко адаптується до нової сімейної ситуації. Під час



психологічного обстеження виявляється нормальна працездатність. Пам'ять та увага – висока норма. Мислення логічне, послідовне, з опорою на суттєві ознаки. Самооцінка диференційована, дівчинка відзначає підвищену запальність, дратівливість протягом останнього року. Вона усвідомлює, що її ставлення до вітчима не зовсім виправдане, але коли вона чує якісь його зауваження, в неї виникає непереборне бажання відповісти грубістю. Дівчинка хотіла б дістати психологічну допомогу для корекції цього стилю поведінки, нормалізації свого самопочуття.

Чи потребує дівчинка психологічної корекції? Які її форми можна використати? Яких рекомендацій потребують батьки?

2. У школі створений клас підвищеної педагогічної уваги. У ньому навчається 15 дітей. З них п'ять – із ЗПР, що є наслідком педагогічної та мікросоціальної занедбаності, шість – із порушеннями пам'яті, уваги та виснажуваністю за гіперстенічним типом, двоє – із соматичними захворюваннями та гіпостенічною виснажуваністю, двоє – із затримкою розвитку мовлення. Адміністрація школи вимагає від психолога організації психологічного коригування у цьому класі.

Як організувати роботу? Чи є – доцільними заняття з усім класом разом? Допомога якого фахівця була б бажаною?

3. Ігор Ч., 15 років. Психолога викликали на консультацію в реанімаційне відділення. Ігор поступив сюди три дні тому в зв'язку з отруєнням великою дозою клофеліну.

При патопсихологічному обстеженні виявлена виражена виснажуваність за гіпостенічним типом, порушення обсягу та довільної концентрації уваги. Механічне запам'ятовування недостатнє, мислення логічне, послідовне, з опорою на істотні ознаки. Самооцінка занижена за всіма показниками. Рівень домагань низький. При описуванні картин ТАТ–проекції переживань, пов'язаних з нерозділеним коханням, неодноразові висловлювання про самогубство персонажів як про оптимальний вихід зі скрутних становищ.

При дослідженні за ПДО – виражена лабільно–психастенічна акцентуація. З бесіди стало відомо, що спроба самогубства була реакцією на відмову коханої дівчини підтримувати стосунки далі. Зараз життя сприймається як безглузде й безцільне.

У чому причина стану хлопця? Які види допомоги бажані?

4. Психолог зібрався проводити індивідуальну корекційну програму з дитиною з порушеннями уваги внаслідок органічного ураження ЦНС. Він взяв статтю з журналу «Розвиток уваги» і провів з дитиною точно ті вправи і в тій послідовності, як було надруковано. У чому причина низької успішності дій психолога?

Блок В. Зробіть аналіз програми з корекційно-розвиткової роботи «Розвитку психомоторики та сенсорних процесів» для 1-4 класів спеціальних закладів загальної середньої освіти для дітей з інтелектуальними порушеннями, яка розміщена на сайті Інституту модернізації змісту освіти за посиланням:

[https://docs.google.com/document/d/10Rzs0tB2bf-c5gZg\\_7cKYg0bb-xYKccAE6tvLdrNOs0/edit](https://docs.google.com/document/d/10Rzs0tB2bf-c5gZg_7cKYg0bb-xYKccAE6tvLdrNOs0/edit).

Надайте аналіз сильних та слабких сторін вищезначеної програми.

### **Теми рефератів**

1. Цілі та завдання психокорекційної роботи.
2. Вимоги до психолога, який здійснює психокорекційні заходи.
3. Основні компоненти професійної готовності.
4. Особливості побудови психокорекційних програм.
5. Моделі корекції: загальна, типова, індивідуальна.
6. Корекційна програма для дошкільника з порушеннями уваги.
7. Корекційна програма для дошкільника з метою розвитку мислення.
8. Корекційна програма для молодшого школяра з метою розвитку пам'яті.
9. Корекційна програма для молодшого школяра з метою розвитку уваги.

### **Тема 3. Основні напрями у сучасній психокорекційній практиці**

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо основні напрями психокорекційної роботи у сучасній закордонній психокорекційній практиці

**Професійна спрямованість:** поведінковий напрямок, класичний психоаналіз, індивідуальна психокорекція А.Адлера, клієнт-центрований підхід К.Роджерса, йоготерапія, екзистенціальний напрямок, когнітивний напрямок, неадаптивна поведінка, неадаптивні емоції, дескриптивні когніції, оцінні когніції, інсайт, ірраціональні погляди, когнітивні перекручування, персоналізація, дихотомічне мислення, вибіркоче абстрагування (витяг), довірливі умовиводи, надгенералізація, перебільшення (катастрофізація), декатастрофізація, когнітивна реатрибуція, переформулювання, децентралізація, трансактний аналіз, его-стан, життєвий сценарій, структурний аналіз, гештальттерапія, зони усвідомлення, інтродекція, проєкція, ретрофлексія, дефлексія, конфлуенція.

**Питання до семінарського заняття:**

#### ***1. Психодинамічний напрям.***

*1.1 Корекційний вплив у класичному психоаналізі:* цілі корекції та техніки. Група методів спрямована на виявлення несвідомих спонукань людини, що лежать в основі її поведінки. Група методів, яка акцентує увагу на внутрішніх силах, що допоможуть людині справитися зі складностями самостійно. Група методів, за допомогою яких психолог доводить до клієнта те, як він сприймає дійсність. Група методів яка спонукує клієнта змінити характер свого функціонування.

Класичний психоаналіз З. Фрейда: структурі особистості за З.Фрейдом; три види остраху: невротичний, реалістичний, моральний; цілі корекції; позиція психолога; вимоги та очікування від клієнта. Основні стадії психоаналізу. Процедури. П'ять базисних технік. Основні правила інтерпретації.

### *1.2. Аналітична індивідуальна психокорекція А.Адлера.*

Основні положення концепції А. Адлера: суб'єктивне сприйняття дійсності; цілісність і доцільність; комплекс неповноцінності і компенсація; індивідуальність; телеологія вимислу та соціального інтересу; соціальне особистісне почуття; соціально-орієнтована поведінка; когнітивні соціально-орієнтовані припущення. Цілі корекції: зниження почуття неповноцінності; розвиток соціального інтересу (просоціальної спрямованості); корекція цілей і мотивів із перспективою зміни стилю життя. Позиція психолога. Пошук помилки в «картині світу» клієнта. Техніки психокорекційної роботи: встановлення правильних відношень; аналіз особистісної динаміки: (опитувальник сімейного сузір'я; набір питань «Ранній спогад»; аналіз сновидіння); підбадьорення; заохочення інсайту; допомога у переорієнтуванні: (антисугестія (парадоксальна інтенція); дія «Якби, ...»); постановка цілей і прийняття зобов'язань; упіймай себе; «Натискання кнопки»; «Уникнення плакунчика»).

### *1.3. Клієнт-центрований підхід К.Роджерса.*

Основні поняття клієнт-центрованого підходу: («Поле досвіду», «самість», «Я»-реальне, «Я»-ідеальне, «тенденція до самоактуалізації»). Емпатія. Турбота. Конгруентність. Психологічний клімат. Цілі корекції. Умови необхідні для психокорекційного процесу: безумовне позитивне відношення, емпатія, автентичність, стриманість від інтерпретацій та/або від підказок у рішенні проблем. Позиція психолога та умови успішного психокорекційного процесу за К.Роджерсом. Вимоги та очікування від клієнта. Етапи корекційного процесу за К.Роджерсом: заблокованість внутрішньої комунікації; стадія самовираження; розвиток процесу само відкриття; формування відношення до свого феноменологічного світу; розвиток конгруентності, самосприйняття і відповідальності; установа вільної внутрішньої комунікації; особистісні зміни. Основні компоненти роджеріанської психотехніки: установа конгруентності, вербалізація, відображення емоцій.

### *1.4. Логотерапія.*

Зміст людського існування. Основні поняття: «свобода волі», «воля до змісту» і «сенс життя». Основні положення логотерапії. Техніки психокорекції у логотерапії: метод дере флексії та метод парадоксальної інтенції. Психокорекційні прийоми: персональне осмислення життя та «сократівський діалог».

### *1.5. Екзистенціальний напрям.*

Мета корекції у екзистенціальному напрямку. Теоретики екзистенціалізму. Основні поняття і положення екзистенціального підходу. Базисні поняття екзистенціальної концепції: «Діалог», «Досвід», «Переживання», «Автентичність», «Самоактуалізація», «Цінність», «Буття у світі», «Життєвий світ», «Подія». Цілі корекції, позиція психолога, основні задачі психолога, який бере участь у процесі екзистенціальної корекції. Вимоги та очікування від клієнта. Техніки. Підходи до вирішення задач психокорекції у екзистенціальному напрямку: упор на розвиток самосвідомості; культивування

свободи відповідальності; поміч у відкритті або створенні змісту; унікальність і ідентичність; робота з тривогою.

## **2 Поведінковий напрям.**

Класична теорія умовних рефлексів І.П.Павлова.

Теорія оперантної зумовленості Е.Торндайка і Б.Скіннера.

Мультимодальне програмування, або мультимодальна поведінкова корекція (А.Лазарус, А.Бандура, Т.Нейланс та ін.). Завдання корекції у поведінковому підході. Основі базисні поняття: «Зумовленість», «Генералізація», «Згасання», «Контрзумовленість», «Ефект часткового підкріплення», «Викликані емоційні реакції», «Реакція уникання», «Конфлікт», «Надлишкова поведінка». Основні характеристики та цілі поведінкової корекції, позиція психолога, вимоги та очікування від клієнта у поведінковій корекції. Техніки поведінкової корекції: методика «негативного впливу», методика «Скіл-терапії», методики формування поведінки («Шейпінг», «Зціплення», «Федінг»), методики, засновані на принципах позитивного і негативного підкріплення: «Позитивне підкріплення», «Контроль стимулу», «Частування», «Оцінка відповідей», «Насичення», «Покарання».

## **3. Когнітивний напрям.**

*3.1. Особливості когнітивної психокорекції.* Основна задача. Напрямки: когнітивно-аналітичний та когнітивно-поведінковий. Основні поняття, використані в когнітивно-аналітичному напрямку: «пастки», «дилеми», «перешкоди». Основні етапи роботи з клієнтом: діагностичний, активної взаємодії, перерва, заключний. Цілі корекції та позиція психолога у когнітивно-аналітичному напрямку. виправлення помилкової переробки інформації. Допомога клієнтам у зміні переконань, що підтримують неадаптивну поведінку і неадаптивні емоції. Поведінковий експеримент: метод «Фіксованої ролі», «Підйом по сходах», «АВС-модель».

### *3.2. Раціонально-емотивна терапія (РЕТ) А.Елліса.*

Основні положення концепції А.Елліса. Два типи когніцій: дескриптивні й оцінні. «Кодекс невротика». Схема «подія - сприйняття події - реакція - обмірковування - висновок». Етапи: кларифікація; ідентифікація емоційних і поведінкових наслідків сприйнятої події; реконструкція ірраціональних установок; закріплення адаптивної поведінки за допомогою домашніх завдань. Вимоги і чекання від клієнта. Три рівні інсайту: поверхневий – усвідомлення проблеми; поглиблений – розпізнавання власних інтерпретацій; глибинний. Техніки. Обговорення і спростування ірраціональних поглядів. Когнітивне домашнє завдання. Раціонально-емотивна уява.

### *3.3. Когнітивний підхід А.Бека.*

Основні положення когнітивного підходу А.Бека. Когнітивні перекручування - систематичні помилки в судженнях під впливом емоцій: персоналізація, дихотомічне мислення, вибіркове абстрагування (витяг), довільні умовиводи, надгенералізація, перебільшення (катастрофізація). Етапи когнітивної корекційної роботи: зведення проблем, усвідомлення і вербалізація дезадаптивних когніцій, віддалення, зміна правил регуляції поведінки.

Класифікація поведінкових правил. Цілі корекції, позиція психолога, вимоги та очікування від клієнта у когнітивній корекції А.Бека. Техніки корекції: «Сократівський діалог», «Заповнення порожнечі», Декатастрофізація (техніка «що... якщо»), Когнітивна ре атрибуція, Переформулювання, Децентралізація, Перевірка гіпотези, Планування діяльності.

#### *3.4. Реальнісна терапія У.Глассера.*

Основні положення реальнісної терапії: почуття реальності. Цілі корекції: загальна мета корекції, приватна мета, головні задачі корекційного процесу. Позиція психолога, вимоги та очікування від клієнта. Сім кроків спільної з клієнтом роботи. Встановлення відносин із клієнтом. Забування про минуле. Заохочення клієнта. Допомога клієнту в пошуку альтернативних засобів дій і виробітку плану. Зобов'язання про виконання плану. Відмова прийняття вибачень. Жорсткість із клієнтом.

#### *4 Трансактний аналіз.*

Трансактний аналіз Е.Берна. Три стани «Я», або «его-стан»: «Батько», «Дитина», «Дорослий». «Гра», як фіксований і неусвідомлюваний стереотип поведінки. «Погладжування й удари», як взаємодії, спрямовані на передачу позитивних або негативних почуттів. «Трансакції». «Здирство». «Заборони і ранні рішення». «Життєвий сценарій». «Психологічна позиція або основна життєва установка». Основні позиції поведінки людини. Утримання трансактного аналізу. Структурний аналіз. Аналіз структури особистості. Аналіз трансакцій. Аналіз сценарію техніки рольових ігор. Дві проблеми трансактного аналізу: контамінації і винятку. Техніки: техніка сімейного моделювання та трансактний аналіз.

#### *5. Гештальттерапія.*

Гештальттерапія Ф.Перзла. Три зони усвідомлювання: внутрішня (явища і процеси, що відбуваються в нашому тілі); зовнішня (зовнішні події, що відбиваються свідомістю); середня ( фантазії, вірування, відносини). П'ять механізмів порушення процесу саморегуляції: інтроєкція, проєкція, ретрофлексія, дефлексія, конфлуенція. Поняття «незакінчена справа». «Уникання». Рівні неврозу. Техніки: експериментальний (диссоційований) діалог, «Великий пес і Щеня», вчинення кіл, або йти по колу, техніка «навпаки» (перекручення), експериментальне перебільшення, незакінчена справа, проєктивні ігри на уяву: «Старий занедбаний магазин», «Як би я був...»; «У мене є таємниця», «Перебільшення», «Репетиція». Перевірка готової думки.

**Словникова робота.** поведінковий напрямок, класичний психоаналіз, індивідуальна психокорекція А.Адлера, клієнт-центрований підхід К.Роджерса, йоготерапія, екзистенціальний напрямок, когнітивний напрямок, неадаптивна поведінка, неадаптивні емоції, дескриптивні когніції, оцінні когніції, інсайт, ірраціональні погляди, когнітивні перекручування, персоналізація, дихотомічне мислення, вибіркоче абстрагування (витяг), довільні умовиводи, сверженералізація, перебільшення (катастрофізація), декатастрофізація, когнітивна реатрибуція, переформулювання, децентралізація, трансактний

аналіз, еґо-стан, життєвий сценарій, структурний аналіз, гештальттерапія, зони усвідомлення, інтроєкція, проєкція, ретрофлексія, дефлексія, конфлуєнція.

**Питання для самоконтролю:**

1. Які принципові характеристики психодинамічного напрямку в психокорекційній роботі?
2. Визначите основну область діяльності (предмет) психолога, який працює в психодинамічній парадигмі.
3. Сформулюйте специфіку класичного (ортодоксального) психоаналізу в трактуванні психологічних проблем і способів роботи з ними.
4. Охарактеризуйте групу методів спрямованих на виявлення несвідомих спонукань людини, що полягають в основі її поведінки.
5. Охарактеризуйте групу методів, які акцентують увагу на внутрішніх силах, що допоможуть людині справитися зі складностями самостійно
6. Охарактеризуйте групу методів за допомогою яких психолог доводить до клієнта те, як він сприймає дійсність.
7. Охарактеризуйте групу методів, яка спонукує клієнта змінити характер свого функціонування.
8. Основні стадії класичного психоаналізу, процедури, базисні техніки, основні правила інтерпретації.
9. Основні положення концепції А.Адлера, цілі корекції та техніки психокорекційної роботи.
10. Основні поняття клієнт-центрованого підходу К.Роджерса.
11. Умови необхідні для психокорекційного процесу та етапи корекційного процесу за К.Роджерсом.
12. Основні компоненти роджеріанської психотехніки.
13. Основні положення йоготерапії, техніки психокорекції та психокорекційні прийоми.
14. Ціль корекції у екзистенціальному напрямку
15. Підходи до вирішення задач психокорекції у екзистенціальному напрямку
16. Завдання корекції у поведінковому підході.
17. Техніки поведінкової корекції
18. Цілі корекції та позиція психолога у когнітивно-аналітичному напрямку.
19. Основні положення концепції А.Елліса.
20. Основні положення когнітивного підходу А.Бека.
21. Основні положення реальнісної терапії
22. Трансактний аналіз Е.Берна
23. Опишіть основні техніки в гештальт-терапії.

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А, Б, В.**

Блок А. Надайте письмові відповіді на нижченаведені ситуації. Відповіді обґрунтуйте.

1. Перерахуйте основні теоретичні положення підходів, використовуючи наступний план підготовки відповіді:

- 1) поняття особистості, структура особистості;
- 2) рушійні сили розвитку особистості;

3) модель (умови) зростання та розвитку особистості;

4) порушення особистості та їх джерела.

2. Спираючись на основні теоретичні положення психокорекційних підходів, сформулюйте мету психокорекційної роботи, основні положення, основні методи та техніки. Заповніть табл. 3.

Таблиця 3

Основні концептуальні підходи у психологічній корекції

Напрями психокорекції	Основні поняття та положення	Цілі корекції	Позиція психолога	Вимоги та очікування від клієнта	Основні техніки, які використовуються у психокорекційній роботі
Психодинамічний напрям					
Класичний психоаналіз					
Аналітична психокорекція А. Адлера					
.....					
Поведінковий напрям					
.....					

3. Продемонструйте із залученням студентської групи роботу методу концептуального підходу (на вибір здобувача вищої освіти) (зміст деяких методів та технік підходів наведено в додатку А).

4. Використовуючи вищенаведені практичні матеріали (див. практичний матеріал до теми 2, Блок А, завдання 5), структуруйте психологічну інформацію про клієнта з метою визначення психологічного діагнозу та психологічного прогнозу щодо клієнта.

Запропонуйте схему, модель надання психокорекційної допомоги клієнту, виходячи з розуміння взаємозв'язку та взаємозалежності його психологічного діагнозу та психологічного прогнозу, врахування індивідуальних та вікових особливостей, тієї соціальної ситуації, в якій знаходиться клієнт. Використовуйте для відповіді на це завдання наступний план.

*План для побудови моделі надання психокорекційної роботи*

1. Сформулюйте психологічний діагноз.
2. Визначте психологічний прогноз.
3. Визначте мету та завдання психокорекції.
4. Виберіть теоретичну концепцію, у межах якої буде будуватися психокорекційна робота.
5. Визначте форму психокорекційної роботи;
6. Визначте частоту та тривалість зустрічей.

Блок Б. Прочитайте скаргу батьків та запропонуйте оптимальні, на вашу думку, методи психологічної корекції з позицій психодинамічного напрямку, поведінкового напрямку, когнітивного напрямку, трансактного аналізу, гештальттерапії.

Івану три, і іноді він просто нестерпний.... Він може зчинити неймовірний

галас із зовсім незначного приводу: напій налили не в його чашку, а в іншу; чай занадто гарячий; труси та майка не того кольору, у ліфті поганий запах. Часто, коли він не отримує бажане, – він аж заходиться та синіє, доки не отримає те, чого прагне. Часто, коли він грає і я кличу його їсти, – мені необхідно повторити це декілька разів та постійно підвищувати тон, інакше він не реагує.

Блок В. Подивитися запропоновані відеоматеріали до теми, що розміщені на сайті <http://ksuonline.kspu.edu> у вкладці з освітньої компоненти «Основи психологічної корекції» до цієї теми та надайте відповіді на питання після відеоматеріалів.

**Методичні вказівки.** Діагноз психологічний (від грец. diagnosis – розпізнання) – «кінцевий результат діяльності психолога, спрямованої на опис та з'ясування сутності індивідуально-психологічних особливостей особистості з метою оцінки їх актуального стану, прогнозу подальшого розвитку та розробки рекомендацій, що визначаються завданням психодіагностичного обстеження. Предмет психологічного діагнозу – встановлення індивідуально-психологічних відмінностей як у нормі, і у патології». Важливою складовою психологічного діагнозу є необхідність з'ясування в кожному окремому випадку причини виникнення цих проявів у поведінці клієнта та їх можливих наслідків.

Постановка психологічного діагнозу можлива на трьох рівнях (табл. 4):

Таблица 4

Рівні постановки психологічного діагнозу

Рівень	Зміст рівня	Глибина психологічної діагностики	Недоліки рівня
1.	Симптоматичний, або емпіричний	Констатація симптомів	Неможливість встановлення причин виникнення та ймовірнісних наслідків
2.	Етіологічний	Визначення симптомів та причин їх виникнення	Відсутність цілісної картини у структурі особистості
3.	Типологічний	Визначення місця та значення симптомів у цілісній, динамічній структурі особистості, включаючи передумови виникнення симптомів	

Психологічний діагноз пов'язаний із психологічним прогнозом. За Л.С.Виготським, «зміст прогнозу та діагнозу збігається, проте прогноз будується на вмінні настільки зрозуміти «внутрішню логіку саморуху процесу розвитку, що на основі минулого і теперішнього планує шлях розвитку». Рекомендується розділити прогноз на окремі періоди та доповнювати його тривалим повторним спостереженням».

У психології існують два типи прогнозів: імовірнісний та умовно-варіантний. Імовірнісний прогноз – це прогнозування найбільш ймовірного майбутнього, в основі якого лежать об'єктивні дані про справжню ситуацію в



моменті «тут і тепер» та суб'єктивне уявлення спеціаліста про структуру минулого досвіду клієнта. Імовірнісний прогноз у більшості випадків застосовується при роботі з клієнтами юнацького віку та всіх періодів «дорослості». При роботі з дітьми і підлітками найбільш доречним є умовно-варіантний прогноз.

Умовно-варіантний прогноз розуміється як конструювання трьох основних ліній (варіантів) подальшого розвитку дитини з множини потенційно можливих. Ці варіанти визначаються залежно від реалізації ситуації трьох типів: 1) якщо несприятливі умови, що стали причиною виникнення у дитини психологічних труднощів, будуть зберігатися; 2) якщо вони будуть зняті, усунуті або значно ослаблені; 3) якщо вони, навпаки, посиляться.

Екстраполяція, що міститься в умовно-варіантному прогнозі, щодо подальшого ходу розвитку дитини стосується головним чином її вікових етапів і, зрозуміло, повинна будуватися з урахуванням всієї сукупності вікових та індивідуально-психологічних факторів розвитку конкретної дитини.

### **Теми рефератів**

1. Класичний психоаналіз
2. Аналітична індивідуальна психокорекція А. Адлера
3. Клієнт-центрований підхід К.Роджерса
4. Логотерапія
5. Екзистенціальний напрямок.
6. Класична теорія умовних рефлексів І.П.Павлова
7. Теорія оперантної зумовленості Е.Торндайка і Б.Скіннера.
8. Особливості когнітивної психокорекції
9. Раціонально-емотивна терапія А.Елліса
10. Когнітивний підхід А.Бека
11. Реальнісна терапія У.Глассера
12. Трансактний аналіз Е.Берна.
13. Гештальттерапія Ф.Перлза.

### ***Тема 4. Методи, методика та технології психологічної корекції***

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо різних методів, методик та технологій психологічної корекції.

**Професійна спрямованість:** знання методів, методик та технологій психологічної корекції.

***Питання до семінарського заняття:***

#### ***Ігротерапія.***

Загальна характеристика методу. Характерні особливості гри: двоплановість, структура дитячої гри, сюжет та зміст гри. Загальні вимоги до проведення ігротерапії. Основні психологічні механізми корекційного впливу ігри. Основні функції психолога в ігротерапії. Принципи ігротерапії. Основні види та форми ігротерапії: з точки зору критерію теоретичного підходу: ігротерапія у психоаналізу, ігротерапія центрована на клієнті, ігротерапія відреагування, ігротерапія побудови стосунків, примітивна ігротерапія,

ігротерапія у вітчизняній психокорекційній практиці; з точки зору критерію функцій (не директивна та директивна); з точки зору критерію форм організації діяльності: індивідуальна та групова; з точки зору критерію структури використовуваного матеріалу. Вимоги до обладнання та поведінки психолога-ігротерапевта. Трансформаційні та соціально-психологічні ігри для дітей та дорослих.

### ***Арт-терапія.***

*Загальна характеристика методу.* Основна ціль та механізми психокорекційного впливу. Цілі арт-терапії. Основні напрямки в арт-терапії: динамічно-орієнтована арт-терапія, гештальт-орієнтована арт-терапія. Принцип арт-терапії, її види та показання. Система спонукань у арт-терапії. Застосування інструментарію візуально-нарративного підходу. Техніки «складання віршів» у психокорекції. Застосування метафоричних асоціативних карт у психокорекції. Застосування кінотерапії у психокорекції.

### ***Музикотерапія***

*Загальна характеристика методу.* Особливості американської та шведської школи музикотерапії. Вплив музики на різні системи організму. Основні напрямки корекційного впливу музикотерапії. Психологічні механізми корекційного впливу музикотерапії. Форми музикотерапії: активна та пасивна (рецептивна). Особливості проведення групової активної та пасивної музикотерапії. Застосування музикотерапії у дитячому віці.

### ***Бібліотерапія.***

*Загальна характеристика методу.* Методика бібліотерапії. Психокорекційні процеси: неспецифічні та специфічні. Аналіз жанрів літератури з точки зору їх можливості використання у бібліотерапії.

### ***Танцювальна терапія.***

*Загальна характеристика методу:* мета, основна та додаткові задачі, головна установка, етапи танцювальної терапії. Діагностика аналізу рухів (за Р.Лобманом). Функції психолога при проведенні корекційних занять танцювальним методом. Особливості проведення.

### ***Проективний малюнок.***

*Загальна характеристика методу.* Методики у проективному малюванні (за С.Кратхвілом): вільне малювання, комунікативне малювання, спільне малювання, додаткове малювання. Способи роботи з готовими малюнками. Основні параметри інтерпретації малюнка. Використання проективного малюнку у роботі з дітьми та дорослими. Основні етапи корекційного процесу з використанням методу проективного малювання.

### ***Складання історій***

*Загальна характеристика методу.* Метод «загального створення історій» за Р.М.Стіртцингером та за Р.Гарднером.

### ***Казкотерапія.***

*Загальна характеристика методу.* Види казок. Можливості роботи із казкою. Основні прийоми роботи із казкою: аналіз казок, розказування казок,

переписування казок, постановка казок за допомогою ляльок, постановка казок за допомогою учасників групи, складання казок.

### ***Лялькотерапія.***

Загальна характеристика методу. Можливості застосування лялькотерапії у психокорекції. Етапи лялькотерапії: виготовлення ляльок, використання ляльок для відреагування значущих емоційних станів. Варіанти ляльок, які використовуються для корекції: ляльки-маріонетки, пальчикові, тіньові, мотузкові, площинні, рукавичкові, об'ємні. Типи водіння ляльок.

### ***Психогімнастика.***

Загальна характеристика методу. Частини психогімнастичного заняття: підготовча, пантомімічна, заключна.

### ***Методи поведінкової корекції***

*Метод систематичної десенсибілізації та сенсибілізації.* Загальна характеристика методу. Показання для застосування методу систематичної десенсибілізації: монофобії, підвищена тривожність, реакція підвищеної тривожності, висока інтенсивність тривожності та страхи, сильне бажання, реакція уникнення. Етапи процедури систематичної десенсибілізації.

*Імерсійні методи.* Загальна характеристика методів. Метод повені. Метод імплузії. Метод парадоксальної інтенції.

*Методи, що базуються на принципі біологічного зворотного зв'язку.* Загальна характеристика методу. Типи біологічно зворотного зв'язку.

*Жетонний метод.* Загальна характеристика методу: ціль, основні компоненти. Умови необхідні для використання у психокорекції.

*Метод Моріта.* Загальна характеристика методу. Стадії корекційного процесу.

*Холдинг.* Загальна характеристика методу. Завдання психолога у холдінг-терапії. Правила використання методу холдингу.

*Імаго-метод.* Загальна характеристика методу. Цілі та завдання імаго-методу. Етапи проведення психокорекції імаго-методом.

### ***Психодрама.***

Загальна характеристика методу. Мета та завдання психодрами. Основні елементи психодрами: протагоніст, режисер (фасилітатор), додаткове «Я», глядачі, сцена. Форми та види психодрами: психодрама центрована на протагоністі, психодрама центрована на темі, психодрама центрована на групі, психодрама спрямована на групу. Основні фази психодрами. Методики психодрами: уявлення самого себе (самопрезентація), монолог, дублювання (множинне дублювання), обмін ролями, «пустий» стілець та «високий» стілець, «дзеркало», програвання можливих майбутніх життєвих ситуацій, «за спиною», ідеальній іншій, чарівний магазин.

**Методичні вказівки.** Ігрова терапія застосовується при роботі з дітьми починаючи раннього віку (від 2,5-3 років) і може бути застосована і при роботі дорослими, в залежності від мети корекції та виду ігри.

Ігрова терапія допомагає при таких порушеннях: низький рівень сформованості вищих психічних функцій, труднощі у навчанні та мовному

розвитку, порушення емоційного стану (високий рівень агресивності, тривожності, страхи, фобії, нестійкість емоцій тощо), особливо внаслідок травмуючих ситуацій, порушення поведінкових проявів, занижена самооцінка тощо.

Арт-терапія – об'єднує методи та технології надання психологічної допомоги на основі мистецтва. Застосовується насамперед для дітей і дорослих, що страждають на емоційні розлади. Активізація творчості, здатність виразити свої почуття у витворі мистецтва допомагає як усвідомленню змісту своїх переживань, так і їх реагуванню.

Частіше використовується зображувальна творчість: малювання, колажі, ліплення. Творчість може мати спонтанний характер з подальшим обговоренням результатів, але частіше використовуються спеціальні завдання, зокрема – створення історії, скульптури тощо. Наприклад, дитині пропонується намалювати себе у майбутньому та обговорити шляхи його досягнення. Підходи до інтерпретації арт-терапевтичного процесу та продукту наведено у додатку В.

Арт-терапевтичні заняття (сесії) можуть бути неструктурованими та структурованими. Для перших характерна висока ступінь свободи вибору учасниками не тільки матеріалів, засобів, інструментів, але також і самої теми творчої роботи. Структуровані заняття є тематично-орієнтованими зустрічами арт-терапії, відрізняються заданістю теми та/або образотворчих засобів. Зміст, спосіб втілення задуму, темп творчої діяльності визначаються кожним самостійно. Це поряд з корекційними цілями має діагностичну значущість.

У структурі арт-терапевтичної сесії логічно виокремити дві основні частини. Одна – невербальна, творча, неструктурована. Основний засіб самовираження – образотворча діяльність (малюнок, скульптура, танець). Використовуються різноманітні механізми невербального самовираження та візуальної комунікації. Інша частина – вербальна, аперцептивна та формально більш структурована. Вона передбачає словесне обговорення, а також інтерпретацію намальованих об'єктів та асоціацій.

Таким чином, клієнт або члени групи пересуваються від дослідження власних внутрішніх переживань та відчуттів до розгляду себе у просторі, часі та стосунках з іншими. При цьому створюються сприятливі умови для співпраці, з'являється можливість показати учасникам привабливість стосунків підтримки та взаємодопомоги.

Загальні зауваження до групової тематично-орієнтованої арт-терапії: оптимальна кількість учасників групи від 3 до 15 осіб, арт-терапевтичний простір організовується відповідно до мети та змісту роботи. Якщо основна мета заняття – корекція будь-яких відхилень (порушень) у емоційній або вольовій сфері особистості, то краще, якщо група буде однорідна за складом групи. Організація гетерогенних груп допустима, коли це не шкодить емоційному самопочуттю і психічному здоров'ю інших учасників. Матеріали: різноманітні образотворчі засоби та матеріали у достатній кількості, важливо,

щоб у кожного учасника був повний індивідуальний набір всього, що необхідно для роботи.

### Структура заняття. Основні процедури

Етапи названі умовно, їх кількість може змінюватись в залежності від мети, теми, форми корекції, темпу роботи учасників.

1. Налаштування («розігрів»).
2. Актуалізація візуальних, аудіальних, кінестетичних відчуттів.
3. Індивідуальна образотворча робота (розробка теми).
4. Етап вербалізації (активізація вербальної та невербальної комунікації).
5. Колективна робота (театралізація, ритуальна драматизація).
6. Заклучний етап. Рефлексивний аналіз.

#### *1. Налаштування («розігрів»)*

Початок заняття – налаштованість на творчість.

Завдання першого етапу полягає у підготовці учасників до спонтанної, художньої діяльності та внутрішньогрупової комунікації. Для цього використовуються різні ігри, рухові та танцювальні вправи, нескладні образотворчі прийоми. Наприклад, різні варіанти техніки «Каракулі» («каракулі Віннікотта», «каракулі тіла»), техніка «заплющених очей», «автографи», «естафета ліній», що дозволяють знизити контроль з боку свідомості у процесі малювання (Д. Віннікотт, Ф. Кейн, М. Річардсон, Е. Ульман та ін.). Вважається, що, малюючи із заплющеними очима, учасники краще налаштовуються на свій внутрішній світ.

Для настрою на спонтанну творчість використовуються також різноманітні прийоми, що належать до фонду арт-терапії, зокрема: малювання пальцями, крейдою, вугіллям, піском, пластиліном та інші.

#### *2. Актуалізація візуальних, аудіальних, кінестетичних відчуттів*

Завдання даного етапу полягає у пошуку людиною адекватного власному настрою та емоційному стану образу через музику, рухи, спонтанний танець.

До змісту другого етапу корисно вміщувати елементи музичної та танцювальної терапії у поєднанні з образотворчою творчістю.

Музика як терапевтичний і корекційний засіб, за даними досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених (В.М. Бехтерев, С.С. Корсаков, К. Швабе та ін.), регулює настрій, покращує самопочуття, стимулює волю до одужання, допомагає людині брати активну участь у лікувальному процесі. Це обумовлено природної потребою людини у сприйнятті музики, доступністю, простотою вибору музичних творів.

Відзначено позитивний ефект при поєднанні малюнкової та танцювально-рухової терапії, а також ігрової психотерапії.

Для занять краще підбирати малознайомі мелодійні композиції без тексту, музичні імпровізації, оркестрові композиції з м'яким мелодико-ритмічним малюнком, які не викликають протесту у учасників. Гучність звучання встановлюється за загальною згодою. Причому необхідно змінити композицію або виключити музику, якщо цього хоче хоча б один із присутніх!

### *3. Індивідуальна образотворча робота (розробка теми)*

Третій етап заняття передбачає індивідуальну творчість для дослідження власних почуттів, проблем та переживань. Всі види підсвідомих процесів, у тому числі страхи, сновидіння, внутрішні конфлікти, ранні дитячі спогади, відбиваються у малюнковій продукції при спонтанній творчості. Більш того, заняття візуальним мистецтвом, на думку британського арт-терапевта С. Скейфі, сприяють розкриттю ресурсних внутрішніх сил людини.

Таким чином, людина невербальною мовою образно повідомляє про себе, вчиться розуміти та аналізувати емоції, свідомо викликати, керувати і певною мірою їх контролювати. Іншими словами, за твердженням Е. Крамера, продукт образотворчого твору сублімує руйнівні, агресивні тенденції автора і попереджає тим самим їх безпосередній прояв у вчинках. В арт-терапевтичному процесі пізнання власного внутрішнього «Я» супроводжується його інтеграцією із зовнішньою реальністю. Надалі відбувається перенесення отриманого досвіду в щоденну інтерперсональну поведінку поза арт-терапевтичним досвідом.

Безперечно, учасники відрізняються ступенем готовності до експресії, контакту з керівником групи, до відкритості у вербалізації своїх переживань. Деякі діти та дорослі сприймають образотворчу діяльність як створення реалістичних, гарних малюнків. Тому необхідно переконливо роз'яснити учасникам заняття, що їх роботи не оцінюватимуться.

Даний етап заняття можна використати як непряму діагностику. Деякі додаткові відомості про автора можна отримати завдяки інтерпретації малюнків відповідно до валідних критеріїв проектних методик.

Разом з тим необхідно уникати прямолінійних аналогій і швидких висновків. Лише зважаючи на всю різноманітність асоціацій, які виникають у клієнта, можна зробити більш вірну інтерпретацію (Р. Гудман). Важко погодитись, вважає автор, із твердженням, що низька самооцінка проявляється в малому розмірі фігури, обмеженні набору кольорів і бідності деталей або в тому, що відсутність у зображенні рук, ніг, очей та рота відображає переживання власної неадекватності та безсилля. Подібні судження можуть бути як вірними, так і помилковими стосовно конкретного моменту часу, конкретній особі.

Сказане відноситься і до вибору образотворчих засобів. Зокрема, перевага, яка надається тому чи іншому художньому матеріалу, може залежати від стану особистості «тут і тепер», а також відображати потребу у маскуванні переживань, бажанні контролювати емоції тощо.

Зазвичай на перших заняттях учасники прагнуть працювати звичними та знайомими засобами. І лише по мірі подолання психологічного захисту починають експериментувати, стають більш експресивними та схильними до творчості.

Учасники з високою особистісною чи ситуативною тривожністю, як правило, спочатку малюють простим олівцем, часто виправляючи зображення, а потім його розфарбовують. Зауважимо, що малювання олівцями, фломастерами, восковою крейдою у порівнянні з гуашшю та фарбами легше

піддається свідомому контролю. Коли захисні тенденції подолані, – фарби здатні викликати сильний емоційний відгук, стимулювати уяву і свободу творчості. Поліфонія кольорів та відтінків дозволяє більш точно відобразити нюанси настрою, психологічного стану.

Використання техніки колажу часто допомагає подолати невпевненість, ситуативну тривожність людини, пов'язану з відсутністю у нього, на його думку, художнього таланту. Колективна робота щодо створення колажу прояснює взаємини у групі. Зокрема, І. Ранп зазначає, що перспектива зайнятися малюванням часто викликає у членів групи тривогу, рівень якої можна знизити, якщо надати можливість зробити те, що вдасться, а не ставити конкретне завдання. Наприклад, керівник може підкинути багато фрагментів цигаркового паперу, з яких на великому аркуші паперу, на підлозі всі учасники роблять колаж, приклеюючи листочки.

#### *4. Етап вербалізації (активізація вербальної та невербальної комунікації)*

Завдання четвертого етапу заняття полягає у створенні умов внутрішньогрупової комунікації. Вважається, що вербалізація допомагає покращити самопочуття і певною мірою звільнитися від внутрішніх переживань.

Тому кожному учаснику пропонується показати свою роботу, поділитися враженнями, розповісти про ті думки, емоції, асоціації, які виникли у нього в процесі образотворчої діяльності. Ступінь відкритості та відвертості самопрезентації залежить від рівня довіри до групи, арт-терапевта, особистих особливостей та визначається самим суб'єктом. Якщо він з якихось причин відмовляється брати участь у цій формі роботи, наполягати не варто.

Можна запропонувати вигадати історію про свій малюнок і придумати для нього назву. Початок оповідання словами «Жила-була людина, схожий на мене...» полегшує вербалізацію внутрішнього стану та посилює ефекти проєкції та ідентифікації.

Метод розповідання історій у закордонній психотерапії має свою давню історію. За словами Р. Гарднера, розповіді дітей та дорослих відкривають шлях до їхніх внутрішніх конфліктів, переживань, захисних реакцій.

По тому, як і що саме розповідає людина, кого засуджує, кому співчуває, ким захоплюється, легко скласти уявлення про її саму, її цінності та інтереси, стосунки з оточуючими.

#### *5. Етап колективної роботи у малих групах*

Учасники вигадують сюжет і розігрують невеликі спектаклі. Переведення травмуючих переживань у комічну форму, емоційне перемикання призводить до катарсису, звільненню від неприємних почуттів. Доведено, що ритуальний характер дій підвищує самозцілювальні можливості спонтанної творчості.

У результаті учасники заняття набувають цінного досвіду усвідомлення та контролю своїх емоційних станів. До того ж у процесі спільної роботи успішніше формуються рефлексивні вміння, що сприяє формуванню адекватного самосприйняття (Н.Є. Щуркова).

Отже, етап колективної роботи, заснований на спільній творчій діяльності та груповій комунікації, активізує групові процеси, сприяє формуванню позитивного досвіду, засвоєнню групових і цінностей. Іншими словами він змодельований як потенційна умова соціалізації учасників арт-терапії.

*б. Заключний етап передбачає групову рефлексію*

«Ми слідуємо стародавній та мудрій традиції, запрошуючи учасників сісти в коло для того, щоб поговорити один з одним та поділитися переживаннями, відчути спільність багатьох проблем і своєрідність кожної людини» (К. Фопель).

У такій взаємодії зазвичай присутні елементи спонтанної «взаємотерапії», «психологічного погладження» за допомогою доброзичливих висловлювань, так званого позитивного програмування, підтримці. Атмосфера емоційної теплоти, емпатії, турботи, що складається на заняттях, дозволяє кожному учаснику арт-терапії пережити ситуацію успіху у той чи іншій діяльності. У результаті набувається позитивний досвід самоповаги і самоприйняття, зміцнюється почуття власної гідності, поступово коригується образ «Я».

Довіра, що формується на заняттях, дозволяє учасникам спокійно сприймати індивідуальні відмінності, приходити до взаємодії, взаєморозуміння і допомагати один одному.

Завершуючи заняття, важливо підкреслити успіх кожного і всієї групи загалом.

У тематично-орієнтованих структурованих групах тема заняття найчастіше задається керівником. Проте в окремих ситуаціях вона може вибиратися учасниками у процесі колективного обговорення.

В арт-терапії склалися різні підходи до відбору та класифікації тем. У зарубіжній практиці загальноновизнана система М. Лібмана:

- теми, пов'язані з освоєнням образотворчих матеріалів;
- загальні теми, що дозволяють досліджувати широке коло проблем та переживань учасників;
- теми, пов'язані з дослідженням системи стосунків, образу «Я»;
- теми, що мають особливе значення при парній роботі, а також спрямовані на роботу з сім'ями;
- теми для спільної образотворчої діяльності учасників групи.

Так, теми останньої із вищеперерахованих груп: «Добро і зло», «Чорне і біле», «День і ніч», «Доля» – дозволяють розвивати комунікативні навички, долати соціальну відчуженість, вибудовувати гармонійні стосунки з колективом.

Прикладом технік та вправ, пов'язаних із сприйняттям самого себе, є: «Автопортрет», «Лінії життя», «Яким мене бачать люди», «Яким я бачу себе», «Минуле. Справжнє. Майбутнє», «Казковий герой» та багато інших.

Такі теми як: «Я і моя залежність», «Сни», «Дитинство», «Свобода», «Приховане бажання» – особливо значущі при роботі з залежностями.

У процесі художньої діяльності актуалізуються емоції та фантазії, що відображають травматичний досвід особистості та причини стресового розладу.



У корекції проблем особистісного розвитку доцільні «ігри з кольором». Наприклад, намалювати і розфарбувати відповідно до власних уявлень такі емоційні стани – щастя, смуток, гнів, страх.

Інший варіант – використовувати лише один колір, який подобається або, навпаки, не подобається. Для дослідження його смислового значення пропонується намалювати різні фігури, лінії, форми.

Задля зняття психологічних бар'єрів, зниження негативних переживань, побоювань, емоційного напруження, тривожності рекомендується застосовувати техніку «Монотипія». Робота виконується фарбами на глянсовому папері, склі або дзеркалі. Вигадливі плями-відбитки є джерелом асоціацій.

Казкотерапія – метод, який використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення, свідомості, вдосконалення взаємодії з навколишнім світом. До казок зверталися у своїй творчості відомі закордонні та вітчизняні психологи: Е. Фромм, Е. Берн, Р. Гарднер, А. Менегетті, М. Осоріна, Т. Зінкевич-Євстигнеєва, І. Вачков, Д. Соколов та ін.

Тексти казок викликають інтенсивний емоційний резонанс як у дітей, і у дорослих. Образи казок звертаються одночасно до двох психічних рівнів: до рівня свідомості та підсвідомості, що дає особливі можливості комунікації. Особливо це важливо це у корекційній роботі, коли необхідно у складній емоційній обстановці створювати ефективну ситуацію спілкування.

Вирізняють такі корекційні функції казки: психологічну підготовку до напружених емоційних ситуацій; символічне відреагування фізіологічних та емоційних стресів; прийняття у символічній формі своєї фізичної активності.

Метод казкотерапії використовує два своїх основних види: складання казки (історії) самими клієнтами та використання готових казок, зокрема і авторських. Казка, побудована психологом під час корекційної програми має відповідати структурі проблеми та містити частини, властиві чарівній казці. Метод розповідання історій (складання історій) виник у зарубіжній практиці (1971) і пов'язаний з Річардом Гарднером.

#### *Ефективність оповідання історій*

Існують дві первинні цілі, які роблять казкотерапію ефективною, а саме: передача та отримання інформації. Обидві сторони, психолог і клієнт, транслюють та отримують інформацію у процесі розповідання історії. У найпоширенішому варіанті клієнт або дитина спочатку надає, а потім отримує інформацію (тобто психолог розповідає власну історію лише після того, як вислухає історію клієнта, і тільки у відповідь на його історію). Цей процес не тільки полегшує діагностику, а також сприяє побудові взаєморозуміння з клієнтом. Цим процесом організуються умови, у яких психологічний вплив може здійснюватися у безпечній та культурально сенситивній манері.

Як зазначалося вище, дорослі та діти використовують історії, щоб висловити і вдосконалювати свої почуття, транслювати інформацію про себе і свої сім'ї тощо. Психологи, завдяки цим історіям, дізнаються про проблеми та фрустрації

й отримують уявлення про захисні механізми, конфлікти та сімейну динаміку. Історії, таким чином, є чудовим доповненням до інших діагностичних процедур і можуть використовуватися, щоб підтвердити гіпотези щодо клієнта, дитини та її сім'ї. Історії можуть використовуватися, щоб отримати більш повне розуміння про дорослих та дітей, враховуючи їхнє значуще оточення, як культурне, так та сімейне. Перевага історій для цих завдань – їх ненав'язливість і неочевидність. Більшість дорослих та дітей не усвідомлюють, як сильно вони розкриваються, коли розповідають казки або історії. За різними характеристиками казкотерапія є проєктивною методикою, яка має багато спільного з вільними асоціаціями чи сновидіннями. Вигадані історії містять значний обсяг інформації про клієнта, не змушуючи його давати пояснення або коментарі, захищати себе або сім'ю або відчувати себе відповідальним.

Психологу необхідно просто уважно слухати та вміти зрозуміти прихований зміст. Психолог може зрозуміти клієнта (дитину), спираючись на запропоновану ним метафору. Більш того, він може реагувати у межах цієї ж метафори, щоб уникати прямих формулювань проблеми або мови конфронтації. За словами Гарднера, психолог безпосередньо звертається до несвідомого клієнта і не завжди повинен прагнути зробити неусвідомлене усвідомленим (Gardner, 2011). Таким чином, психолог зможе багато дати дитині, без всяких порад і рекомендацій і так, що вона цього і не усвідомлює. Фактично, розповідаючи клієнту (дитині) історію у відповідь, використовуючи ті ж персонажі та умови, але дещо змінюючи сюжет, психолог може забезпечити коректуючий досвід, може запропонувати варіанти вирішення або стратегію подолання, може дати нову інтерпретацію (або переформулювання) події, може дати пораду, уникаючи прямих формулювань.

Складання історій, оповідань використовується задля поживлення почуттів клієнта, вербалізації образів, асоціацій, символів, наявних у клієнта, для того щоб втілити внутрішнє занепокоєння у конкретний образ і побачити власні ресурси, як творчі, так і інші. Цей метод може використовуватися як у індивідуальній, так і в груповій роботі. Використовуючи групову форму роботи, психолог повинен враховувати готовність клієнта чимось щиро поділитися в групі. Літературний твір координує, дисциплінує розум і руку; уява використовується клієнтом у творчій формі, а не у вигляді мрій та фантазій. Можливості складання історій полягають у наступному.

1. Виклад навіть простих переживань автора є твором, який відрізняє автора з інших. Спільна робота над твором збагачує, посилює почуття задоволення.

2. Опис у творі сім'ї, друзів, подій минулого та сьогодення допомагає клієнту стати більш невимушеним щодо зовнішнього світу, протистояти умовностям.

3. Творчо-літературна справа виявляє реакції клієнта на реальні та фантастичні події на тлі реакцій групи загалом.

4. Члени групи оцінюються іншими клієнтами як творчі люди.

5. Клієнти групи своєю роботою висловлюють більшу рішучість щодо активного руху та самостійності на шляху до самозміни та самореалізації.

6. Деякі автори відзначають, що вербалізація внутрішніх переживань клієнта сприяє звільненню від цих переживань. Тому процес написання оповідань, творів, записів у щоденнику сприяє звільненню від багатьох переживань та усвідомленню внутрішнього конфлікту клієнта.

Метод складання історій успішно використовується в роботі з дітьми. Так, Р. Гарднер запропонував метод «загального твору історій» дитиною та дорослим. Цей метод використовувався ним для того, щоб допомогти дитині знайти адекватні способи вирішення конфліктів, викликають порушення поведінки дитини вдома та у школі.

Метод реалізується так: спочатку деяку історію розповідає дитина, потім її продовжує психолог, який вводить у оповідання більш конструктивні способи адаптації та вирішення конфліктів, ніж ті, про які оповідала дитина. Цей метод допомагає дітям зрозуміти позитивні та негативні сторони свого «Я», усвідомити свій гнів і висловити його без побоювання. У відповідь дорослий надає альтернативні вирішення конфліктів задля того, щоб у дитини були можливості звільнитися від невротичних типів поведінки.

Кожну історію починає дитина зі слів: «Одного разу...», «Давним-давно...», «Колись...», «Далеко-далеко...». Це відділяє дитину від змісту висловлювання у часі та просторі та дозволяє говорити про те, що викликає у неї тривогу. Наприкінці кожної історії дитина вигадує назву, яка допомагає психологу виокремити найважливіші аспекти історії.

Можливості психокорекційної роботи з готовою казкою

1. Використання казки як метафори. Текст та образи казок викликають вільні асоціації, які стосуються особистого життя клієнта, а потім ці метафори та асоціації можуть бути обговорені.

2. Малювання за мотивами казки. Вільні асоціації виявляються в малюнку, і далі можливий аналіз отриманого графічного матеріалу.

3. Обговорення поведінки та мотивів дій персонажа, що є приводом для обговорення цінностей поведінки людини, виявляє систему оцінок людини.

4. Програвання епізодів казки. Програвання епізодів надає можливість дитині або дорослому відчувати деякі емоційно значущі ситуації та звільнитися від «законсервованих» емоцій завдяки їх проживанню повторно у безпечному просторі.

5. Використання казки як притчі-моралі. Підказка за допомогою метафори варіанта вирішення ситуації.

6. Творча робота з мотивів казки (дописування, переписування, робота зі казкою).

Казки поділяють на традиційні (народні) та авторські. Народні казки також поділяються на кілька груп: побутові (наприклад, «Лисиця і журавель»); казки-загадки (історії на кмітливість, історії хитруна); казки-байки, що прояснюють якусь ситуацію чи моральну норму; притчі (історії про мудрих людей або про цікаві ситуації); казки про тварин; міфологічні сюжети (зокрема історії для героїв); чарівні казки, казки з перетвореннями («Царівна жаба», «Гусі-лебеді» тощо).

Привабливість казок для психокорекції та розвитку особистості дорослого та дитини полягає в наступному.

1. Відсутність у казках прямих повчань, моралі. Події казкової історії логічні, природні, впливають одна з одною, дитина засвоює причинно-наслідкові зв'язки, які є у світі.

2. Через образи казки дитина стикається з життєвим досвідом багатьох поколінь. У казкових сюжетах зустрічаються ситуації та проблеми, які переживає у своєму житті кожна людина: відділення від батьків; життєвий вибір; взаємодопомога; любов; боротьба добра із злом. Перемога добра у казках забезпечує дитині психологічну захищеність: що б не відбувалося у казці – все закінчується добре. Випробування, що випали на долю героїв, допомагають їм стати більш розумними, добрими, сильними, мудрими. Таким чином, дитина засвоює, що все, що відбувається у житті людини, сприяє її внутрішньому зростанню.

3. Відсутність заданості імені головного героя та місця казкової події. Головний герой – це збірний образ, і дитині легше ідентифікувати себе з героєм казки та стати учасником казкових подій.

4. Ореол таємниць та чарівництва, що інтригує сюжет, несподіване перетворення героїв – все це дозволяє слухачеві активно сприймати та засвоювати інформацію, що міститься в казках.

Т.Д. Зінкевич-Євстигнеєва запропонувала систему «казкотерапевтичної психокорекції», яка розуміється як процес знайомства з сильними сторонами особистості дитини, розширення поля свідомості та поведінки дитини, пошук нестандартних оптимальних виходів з різних ситуацій, безумовне прийняття дитини та взаємодія з нею на рівних через роботу з казкою.

Розроблений автором курс казкотерапії вміщує у себе різноманітні прийоми і форми роботи, які дозволяють розвивати творче мислення, уяву, увагу і пам'ять, координацію рухів, позитивну комунікацію та адекватну самооцінку. Казку можна аналізувати, складати, переписувати, розповідати, малювати, драматизувати.

Біхевіоральні методи корекції використовуються як при емоційних, так і при когнітивних розладах. Основною мішенню впливу стає поведінка дитини. Психолог створює умови, в яких проявляється адаптивна поведінка, та систему позитивного і негативного підкріплення.

У 1958 році вийшла книга австрійського психотерапевта Д. Вольпе «Психотерапія реципрокним гальмуванням». У теорії реципрокного гальмування Вольпе йдеться про гальмування тривожних реакцій за допомогою одночасного викликання інших реакцій, які з фізіологічного погляду є антагоністичними по відношенню до тривоги та несумісні з нею. Якщо несумісна з тривогою реакція викликається одночасно з імпульсом, котрий досі викликав тривогу, то умовний зв'язок між імпульсом і тривогою слабшає. Такими антагоністичними реакціями по відношенню до тривоги є прийом їжі, реакції самоствердження, статеві реакції та стан релаксації. Найдієвішим стимулом усунення тривоги виявилася м'язова релаксація.

Експериментуючи з тваринами, Вольпе показав, що виникнення та згасання невротичної тривожності, яка пригнічує корисні адаптивні реакції суб'єкта, можна пояснити з позиції теорії класичного обумовлення. Виникнення неадекватної тривожності та фобічних реакцій, на думку Вольпе, засновано на механізмі умовно-рефлекторного зв'язку, а згасання тривожності – на механізмі контробумовлення, відповідно до принципу реципрокного пригнічення: якщо реакцію, протилежну тривожності, можна буде викликати у присутності стимулів, які призводять до виникнення тривожності, то це зумовить повне або часткове пригнічення реакції тривожності.

Вольпе визначав невротичну поведінку як звичку неадаптивного реагування, яка була набута у результаті навчання та закріпилася. Принципове значення відводиться тривозі, яка є складовою ситуації, в якій відбувається невротичне навчання. Вольпе розробив спеціальну техніку, призначену для погашення цих умовних автономних реакцій, – систематичну десенсибілізацію.

Він вважав, що неадаптивна поведінка людини (зокрема невротична) у значному ступені обумовлені тривогою та підтримується зниженням її рівня. Страх, тривога можуть бути пригнічені, якщо об'єднати у часі стимули, що викликають страх, та стимули, які антагоністичні страху. Відбудеться проти обумовлення: стимул, який не викликає страх погасить колишній рефлекс. На основі цього припущення Вольпе розробив один з найбільш поширених на даний час методів поведінкової корекції – метод систематичної десенсибілізації.

В експериментах на тваринах таким проти обумовлюючим стимулом є годування. У людини одним із дієвих стимулів, який протилежний до страху, є релаксація. Тому, якщо навчити клієнта глибокої релаксації та в цьому стані спонукати його викликати в уяві стимули, що зумовлюють значний ступінь тривоги, відбудеться десенсибілізація клієнта та до реальних стимулів чи ситуацій, які викликає страх. Такою була логіка обґрунтування цього методу.

Метод систематичної десенсибілізації, розроблений Вольпе для подолання стану підвищеної тривожності і фобічних реакцій, набув популярності і широко використовується у психологічній практиці. Вольпе реалізував ідею надобумовлення у роботі з клієнтами, які відчувають страхи та фобії, за допомогою поєднання стану глибокої релаксації клієнта та пред'явлення йому стимулу, який викликає страх. При цьому добираючи стимули за інтенсивністю так, щоб реакція тривожності була пригнічена попередньою релаксацією. Таким чином, конструювалася ієрархія стимулів, що викликають тривожність, - від стимулів мінімальної інтенсивності, що викликають у клієнтів лише легке занепокоєння і тривогу, до стимулів, що провокують сильно виражений страх і навіть жах. Цей принцип – систематичного рангування стимулів, що викликають тривожність, і дав назву методу систематичної десенсибілізації.

Метод систематичної десенсибілізації – метод систематичного поступового зменшення сензитивності (тобто чутливості) людини до предметів, подій або людей, що викликають тривожність, а отже, і систематичне послідовне зменшення рівня тривожності по відношенню до цих об'єктів. Метод може бути

корисним для вирішення труднощів у розвитку особистості, коли основним чинником складнощів є недоречна неадекватна тривожність.

Сама методика відносно проста: людині, яка знаходиться у стані глибокої релаксації, пропонують уявити ситуації, що зумовлюють у неї виникнення страху. Потім за допомогою поглиблення релаксації клієнт знижує тривогу, що виникає. В уяві відтворюються різні ситуації: від найлегших – до найбільш складних, тих які викликають найбільший страх. Процедура закінчується, коли найбільш сильний стимул перестає викликати у людини страх.

### **Зразковий ієрархічний список для методу систематичної десенсибілізації**

Як приклад можна навести 15 сцен з ієрархії, складної для клієнта зі страхом польотів у літаку.

1. Ви читаете газету та помічаєте оголошення авіакомпанії.
2. Ви дивитесь телевізійну програму і бачите групу людей, що сідають у літак.
3. Ваш шеф каже, що вам потрібно здійснити ділову поїздку, летіти доведеться літаком.
4. Залишається два тижні до вашої поїздки, і ви просите секретаря забронювати квиток на літак.
5. Ви у своїй спальні складаєте валізу для поїздки.
6. Ви приймаєте душ уранці перед поїздкою.
7. Ви в таксі на шляху до аеропорту.
8. Ви проходите реєстрацію в аеропорту.
9. Ви в залі очікування та чуєте інформацію про посадку на ваш рейс.
10. Ви стоїте у черзі перед трапом літака.
11. Ви сидите у літаку та чуєте, як починає працювати його двигун.
12. Літак починає рухатися, і ви чуєте голос стюардеси: «Застебніть ремені, будь ласка!»
13. Ви дивитесь у вікно, коли літак починає розбігатися по злітній смугі.
14. Ви дивитесь у вікно, коли літак збирається злетіти.
15. Ви дивитесь у вікно, коли літак відривається від землі.

#### *Показання для застосування методу систематичної десенсибілізації*

1. У клієнта відзначаються монофобії, які не можуть бути десенсибілізовані в реальному житті через складність або неможливість знайти реальний стимул, наприклад, страх польоту в літаку, поїздки в поїзді, страх змій та ін. У випадках множинних фобій десенсибілізація здійснюється по черзі, стосовно кожної фобії. Методика десенсибілізації з великим успіхом застосовується при корекції таких станів, як фобія тварин, страх води, шкільна фобія, страх їжі.

2. Підвищена тривожність, що виникає у ситуаціях, коли відсутня об'єктивна небезпека або загроза фізичної та особистісної безпеки клієнта, характеризується достатньою тривалістю або інтенсивністю настільки, що спричиняє клієнту тяжкі афективні переживання та суб'єктивні страждання.

3. Реакції підвищеної тривожності набувають специфічний характер та викликають психофізіологічні та психосоматичні розлади: мігрені, головний біль, безсоння, шлунково-кишкові розлади тощо.

4. Висока інтенсивність тривожності та страхи призводять до дезорганізації та розпаду складних форм поведінки. Прикладом може слугувати нездатність учня, який чудово знає навчальний предмет, впоратися з контрольною роботою або провал малюка на святковому заході у дитячому саду, який вивчив вірш, але не зумів його продекламувати у потрібний момент.

Ситуативні зриви у поведінці дитини у тяжких випадках можуть перейти в хронічні та набути форми «вивченої безпорадності». Тому ще до початку використання методу систематичної десенсибілізації необхідно зняти або зменшити дію стресора і надати дитині відпочинок, убезпечивши її від повторення проблемних ситуацій.

5. Сильне бажання клієнта уникнути важких афективних переживань, пов'язаних з підвищеною тривожністю та страхами, призводить до реакцій уникнення травмуючих ситуацій як своєрідної форми захисту. Наприклад, учень прогулює уроки, намагається уникнути опитування та контрольних робіт при об'єктивно-високому ступеню засвоєння навчального матеріалу. Або, наприклад, у тих ситуаціях, коли дитина постійно говорить неправду, навіть відповідаючи на питання щодо його цілком бездоганних вчинків, тому що відчуває страх і тривожність втратити прихильність батьків. В даному випадку дитина вже починає відчувати страх перед ситуацією можливого виникнення страху. Тривале збереження такого стану може призвести до депресії.

6. Реакція уникнення заміщується дезадаптивними формами поведінки. Так, при виникненні страху і тривожності дитина стає агресивною, виникають спалахи люті, невинуватого гніву. У молодшому шкільному та підлітковому віці можуть спостерігатися звернення підлітків до алкоголю, наркотиків, токсикоманії, дромоманії. У більш м'якому соціально прийнятному варіанті дезадаптивні реакції набувають форми вигадливо-ексцентричної поведінки, спрямованої на те, щоб стати центром уваги та отримати необхідну соціальну підтримку.

**Словникова робота:** ігротерапія, трансформаційні ігри, соціально-психологічні ігри, арт-терапія, гештальт-орієнтована арт-терапія, візуально-нарративний підхід, метафоричні асоціативні карти (МАК), кінотерапія, музикотерапія, бібліотерапія, танцювальна терапія, проєктивний малюнок, складання історій, казкотерапія, лялько терапія, психогімнастика, систематична десенсибілізація, сенсибілізація, імерсійні методи, метод повені, метод імплзії, метод парадоксальної інтенції, біологічно зворотний зв'язок, жетонний метод, метод Моріта, холдинг-терапія, імаго-метод, психодрама, протагоніст, режисер (фасилітатор), додаткове «Я», глядачі, сцена.

#### **Питання для самоконтролю:**

1. Дайте загальну характеристику методу ігротерапії.
2. Розкрийте та поясніть характерні особливості гри: двоплановість, структура дитячої гри, сюжет та зміст гри.

3. Які загальні вимоги до проведення ігротерапії?
4. Основні психологічні механізми корекційного впливу ігри.
5. Основні функції психолога в ігротерапії.
6. Принципи ігротерапії.
7. Основні види та форми ігротерапії.
8. Вимоги до обладнання та поведінки психолога-ігротерапевта.
9. Трансформаційні та соціально-психологічні ігри для дітей та дорослих.
10. Дайте загальну характеристику методу арт-терапії.
11. Основна мета та механізми психокорекційного впливу арт-терапії.
12. Основні напрями в арт-терапії: динамічно-орієнтована арт-терапія, гештальт-орієнтована арт-терапія.
13. Принцип арт-терапії, її види та показання.
14. Система спонукань у арт-терапії.
15. Застосування інструментарію візуально-нарративного підходу.
16. Техніки «складання віршів» у психокорекції.
17. Застосування метафоричних асоціативних карт у психокорекції.
18. Застосування кінотерапії у психокорекції.
19. Загальна характеристика методу музикотерапії.
20. Особливості американської та шведської школи музикотерапії.
21. Вплив музики на різні системи організму.
22. Основні напрямки корекційного впливу музикотерапії.
23. Психологічні механізми корекційного впливу музикотерапії.
24. Форми музикотерапії: активна та пасивна (рецептивна).
25. Особливості проведення групової активної та пасивної музикотерапії.
26. Застосування музикотерапії у дитячому віці.
27. Загальна характеристика методу бібліотерапія (книготерапія).
28. Методика бібліотерапії.
29. Психокорекційні процеси в бібліотерапії: неспецифічні та специфічні.
30. Аналіз жанрів літератури з точки зору їх можливості використання у бібліотерапії.
31. Загальна характеристика методу танцювальної терапії: мета, основна та додаткові задачі, головна установка, етапи.
32. Діагностика аналізу рухів (за Р.Лобманом).
33. Функції психолога при проведенні корекційних занять танцювальним методом. Особливості проведення танцювальної терапії.
34. Загальна характеристика методу проєктивного малюнка.
35. Методики у проєктивному малюванні (за С.Кратхвілом): вільне малювання, комунікативне малювання, спільне малювання, додаткове малювання.
36. Способи роботи з готовими малюнками.
37. Основні параметри інтерпретації малюнка.
38. Використання проєктивного малюнку у роботі з дітьми та дорослими.
39. Основні етапи корекційного процесу з використанням методу проєктивного малювання.
40. Загальна характеристика методу складання історій.



41. Метод «загального створення історій» за Р.М.Стіртцингером та за Р.Гарднером.
42. Загальна характеристика методу казкотерапія.
43. Види казок у казкотерапії.
44. Можливості роботи із казкою.
45. Основні прийоми роботи із казкою.
46. Варіанти складання казок.
47. Загальна характеристика методу лялькотерапії.
48. Можливості застосування лялькотерапії у психокорекції.
49. Етапи лялькотерапії: виготовлення ляльок, використання ляльок для відреагування значущих емоційний станів.
50. Варіанти ляльок, які використовуються для корекції: ляльки-маріонетки, пальчикові, тіньові, мотузкові, площинні, рукавичкові, об'ємні.
51. Типи водіння ляльок.
52. Загальна характеристика методу психогімнастики.
53. Частина психогімнастичного заняття: підготовча, пантомімічна, заключна.
54. Назвіть методи поведінкової корекції, розкрийте їх зміст, визначте область їх застосування.
55. Перерахуйте труднощі і порушення людини, при яких ефективними будуть поведінкові методи.
56. Розкрийте особливості механізму впливу поведінкових методів на клієнта.
57. Загальна характеристика методів систематичної десенсибілізації та сенсибілізації.
58. Показання для застосування методу систематичної десенсибілізації.
59. Етапи процедури систематичної десенсибілізації.
60. Загальна характеристика імерсійних методів.
61. Загальна характеристика методів, що базуються на принципі біологічного зворотного зв'язку.
62. Загальна характеристика жетонного методу: ціль, основні компоненти. Умови необхідні для використання у психокорекції.
63. Визначте відмінності у підході та проведенні корекційного впливу на дітей і дорослих, які страждають від ситуативної тривожності.
64. Загальна характеристика методу Моріта, стадії корекційного процесу.
65. Загальна характеристика методу Холдинг. Завдання психолога у холдинг-терапії. Правила використання методу холдингу.
66. Загальна характеристика Імаго-методу. Цілі та завдання імаго-методу. Етапи проведення психокорекції імаго-методом.
67. Загальна характеристика методу психодрами, мета та завдання психодрами.
68. Основні елементи психодрами: протагоніст, режисер (фасилітатор), додаткове «Я», глядачі, сцена.
69. Форми та види психодрами: психодрама центрована на протагоністе, психодрама центрована на темі, психодрама центрована на групі, психодрама спрямована на групу.
70. Основні фази психодрами.

71. Методики психодрами: уявлення самого себе (самопрезентація), монолог, дублювання (множинне дублювання), обмін ролями, «пустий» стілець та «високий» стілець, «дзеркало», програвання можливих майбутніх життєвих ситуацій, «за спиною», ідеальній іншій, чарівний магазин.

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А, Б, В.**

Блок А.

1. Запропонуйте психокорекційне заняття (сесію) для клієнта/дитини (учасників групи) з різними психологічними труднощами, використовуючи різні види методу ігротерапії.

2. Запропонуйте психокорекційне заняття (сесію) для клієнта/дитини (учасників групи) з різними психологічними труднощами, використовуючи різні види методу арт-терапії.

3. Запропонуйте психокорекційне заняття (сесію) для клієнта/дитини (учасників групи) з різними психологічними труднощами, використовуючи різні техніки та прийоми методу сказкотерапії.

4. Використовуючи словник монофобій, визначте ті з них, від яких часто страждають люди (додаток Б). Яким чином відбувається формування фобічних реакцій у людини?

Блок Б. Прочитайте скарги батьків та запропонуйте оптимальні, на вашу думку, техніки з методів психологічної корекції: арт-терапія, музикотерапія, бібліотерапія, танцювальна терапія, проєктивний малюнок, складання історій, казкотерапія, лялькотерапія, психогімнастика, біхевіоральні методи, систематична десенсибілізація, жетонний метод, метод Моріта, холдинг, психодрама, імаго-метод

1. Моя дочка Оля, двох років, не засинає до першої години ночі і не дає спати не лише нам, а й сусідам. Я намагаюся вкласти її до ліжка о десятій, але потім вона починає кричати, намагатися втекти зі своєї кімнати, і це триває доти, доки ми всі не падаємо з ніг.

2. Моєму сину Андрію вже десять, з часом стає тільки гірше: вчителі викликають мене до школи через день. То він побився, то зірвав урок, то приніс до школи жабу. Сварив, навіть за пасок хапався — нічого не допомагає.

3. Ваші хоч розмовляють, а моїй Клаві ще немає й восьми років, але як їй щось не подобається — мовчить і дивиться! Слова не почувеш! А якщо хтось їй не до вподоби, то вона взагалі не розмовляє з цією людиною та в її присутності.

4. Насті три, і вона велика маніпулянтка! Особливо добре вона маніпулює бабусями: як тільки вони не роблять так я бажає вона, – відразу починає істерики, поки не отримує бажане. Бабусі ж говорять, що вона починає іноді плакати, що починає задихатися.

5. Я боюся, що мій син Ілля нічого не досягне в житті. Йому вже вісім, але як тільки він стикається з найменшою проблемою, то не долає її, а поводить, як дівчинка. От, наприклад, вчора він робив домашнє завдання з української мови. Показав мені зошит, і я помітив там одну помилку, наказав йому виправити. Замість того, щоб зробити як слід, він порвав і викинув зошита і

побіг до кімнати з плачем та галасом: «Я ніколи не навчуся писати!» Щось подібне відбувається щодня!

6. Мій Мишко не найкращий! Я не знаю, як йому догодити. Купила нову сорочку, а він вимагає, щоб одягнули стару. Кажу, що підемо зараз до зоопарку, а він не тільки не радіє, а й намагається уникнути прогулянки. А ремонт чи перестановка меблів взагалі виводить його з ладу на тиждень.

Блок В. Подивитися запропоновані відеоматеріали до теми, що розміщені на сайті <http://ksuonline.ksu.edu> у вкладці з освітньої компоненти «Основи психологічної корекції» до цієї теми та надайте відповіді на питання після відеоматеріалів.

### **Теми рефератів**

1. Характеристика методу ігротерапії.
2. Вимоги до проведення ігротерапії та основні психологічні механізми корекційного впливу ігри.
3. Основні види та форми ігротерапії при роботі з дітьми та дорослими.
4. Вимоги до обладнання та поведінки психолога-ігротерапевта.
5. Трансформаційні та соціально-психологічні ігри для дітей та дорослих.
6. Загальна характеристика арт-терапії.
7. Основні напрями в арт-терапії.
8. Особливості застосування арт-терапії при роботі з дітьми.
9. Особливості застосування арт-терапії при роботі з дорослими.
10. Застосування інструментарію візуально-нарративного підходу.
11. Застосування метафоричних асоціативних карт у психокорекції.
12. Застосування кінотерапії у психокорекції.
13. Загальна характеристика методу музикотерапії.
14. Загальна характеристика методу бібліотерапії (книготерапії).
15. Загальна характеристика методу танцювальної терапії.
16. Загальна характеристика методу проєктивного малюнка.
17. Використання проєктивного малюнку у роботі з дітьми та дорослими.
18. Загальна характеристика методу складання історій.
19. Загальна характеристика методу казкотерапії.
20. Види казок у казкотерапії.
21. Можливості роботи з казкою при роботі з дітьми.
22. Можливості роботи з казкою при роботі з дорослими.
23. Загальна характеристика методу лялькотерапії.
24. Можливості застосування лялькотерапії у психокорекції.
25. Загальна характеристика методу психогімнастики.
26. Загальна характеристика методів систематичної десенсибілізації та сенсибілізації.
27. Методи поведінкової корекції.
28. Загальна характеристика методу психодрами.

### **Тема 5. Основи індивідуальної та групової психокорекції.**

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо особливостей індивідуальної та групової психокорекції.

**Професійна спрямованість:** знання особливостей індивідуальної та групової психокорекції, особливості комплектування групи, принципи комплектуванні корекційної групи, віковий та статевий склад групи, розмір групи; групова динаміка, фази розвитку групи, керівництво психокорекційною групою.

**Компетенції:** вміти усвідомлено підходити до вибору методів та технік психологічної корекції відповідно до проблематики та порушень учасників, ґрунтуючись на розумінні психологічного механізму впливу даного методу (техніки) на різні аспекти психології та поведінки клієнта/тів.

#### **Питання до семінарського заняття:**

##### ***Індивідуальна психокорекція***

Показання до індивідуальної психокорекції. Основні методи індивідуального психокорекційного впливу. Психологічні особливості індивідуальної психокорекції. Кінцеві завдання психокорекційної роботи. Основні стадії індивідуальної психологічної корекції: встановлення контракту між клієнтом і психологом; дослідження проблем клієнта; пошук способів розв'язання проблеми; формування психологом корекційної програми й обговорення її із клієнтом; реалізація наміченої програми відповідно до укладеного контракту; оцінка ефективності проведеної роботи.

##### ***Групова психокорекція***

*Специфіка групової форми психокорекції.* Поняття «психокорекційна група» та види психокорекційних груп. Мета й завдання групової психокорекції. Основні механізми корекційного впливу за І. Яломом та С. Кратохвілом. Методи групової психокорекції: основні й допоміжні. Особливості роботи психокорекційної групи. Фактори, що впливають на ефективність групової психокорекційної роботи: універсальність, прийняття або акцепція, альтруїзм, відреагування або катарсис, саморозкриття (самоексплорація), зворотний зв'язок або конфронтація, інсайт (усвідомлення). Корекційний емоційний досвід. Перевірка нової поведінки. надання інформації, навчання спостереженню.

*Особливості комплектування групи.* Принципи комплектуванні корекційної групи добровільності, поінформованості. Віковий та статевий склад групи. Розмір групи.

*Групова динаміка.* Складові групової динаміки: завдання й норми групи; структура групи й структура лідерства в групі; групові ролі; згуртованість групи; групова напруга. Фази розвитку групи: орієнтація й залежність; конфлікти й протест; розвиток зв'язків і співробітництва; цілеспрямована діяльність.

*Керівництво психокорекційною групою.* Основні завдання групового психолога. Засоби впливу, використовувані груповим психологом, можна умовно розділити на два види: 1) вербальні й 2) невербальні. Основні ролі

групового керівника (за І.Яломом): технічний експерт; еталонний учасник. Основні ролі групового керівника (за С. Кратохвілом): лідер, аналітик, коментатор, експерт, автентична особистість. Стили керівництва групою: емоційна стимуляція; опіка; пізнавальна орієнтація; виконавча функція. Типологія керівників груп: опікуни, стимулятори, соціальні інженери, індивідуально-нейтральні керівники, ліберальні керівники, командири. Ко-тренери. Типові помилки керівника групи. Етичні вимоги до керівника корекційної групи

**Методичні вказівки.** Визначити необхідність врахування вибору форми психологічної корекції залежно від проблематики та особистісних особливостей клієнта; обґрунтувати орієнтацію психолога при дослідженні проблемної ситуації клієнта на стратегію ставлення клієнта до проблеми; уявити та охарактеризувати особливості методів психокорекційного впливу в контексті індивідуальної психологічної корекції; визначити спрямованість та предмет корекційної допомоги у когнітивній, емоційній та поведінковій сферах клієнта. Обґрунтувати механізми психокорекції.

**Словникова робота.** індивідуальна психокорекція, групова психокорекція, психокорекційна група, групова динаміка, завдання й норми групи; структура групи, групові ролі; згуртованість групи; групове напруження, стилі керівництва групою, ко-тренер.

**Питання для самоконтролю:**

1. Які показання до індивідуальної психокорекції?
2. Перерахуйте основні методи індивідуального психокорекційного впливу.
3. Які психологічні особливості індивідуальної психокорекції?
4. Розкрийте сутність основних стадій індивідуальної психологічної корекції.
5. Назвіть показання до вибору групової форми психологічної корекції. Наведіть приклади можливих труднощів і порушень клієнта, при яких ефективно використання певних видів групової психологічної корекції.
6. У чому специфіка групової форми психокорекції?
7. Розкрийте поняття «психокорекційна група»
8. Які види психокорекційних груп?
9. Які основні механізми корекційного впливу за І. Яломом та С. Кратохвілом?
10. Перерахуйте основні та допоміжні методи групової психокорекції.
11. Які фактори, впливають на ефективність групової психокорекційної роботи?
12. Які особливості комплектування групи?
13. Перерахуйте принципи комплектуванні корекційної групи.
14. Перерахуйте та охарактеризуйте елементи групової динаміки психокорекційної групової роботи. Як елементи групової динаміки надавали свій вплив на роботу групи під час тренінгу та на вас як на учасника групи?
15. Розкрийте основні складові групової динаміки.

16. Розкрийте основні фази розвитку групи.
17. Перерахуйте основні завдання групового психолога.
18. Розкрийте які засоби впливу використовує груповий психолог.
19. Які основні ролі групового керівника (за І.Яломом)?
20. Розкрийте стилі керівництва групою.
21. Розкрийте типологію керівників груп.
22. Ко-тренер: поняття та основні функції.
23. Які типові помилки керівника групи?
24. Які етичні вимоги до керівника корекційної групи?

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А та Б.**

#### **Блок А.**

1. *Розробіть план корекції та надайте рекомендації для батьків та вчителів щодо наступного випадку:*

Вова Т., 7 років. До психолога звернулася мама хлопчика з проханням показати розвиваючі ігри та попрацювати з ним, бо він не засвоює шкільної програми. Мама пояснює неуспішність дитини відсутністю індивідуального підходу з боку вчительки та своєю зайнятістю. Із бесіди з матір'ю стало відомо, що дитина народилася вчасно, але затримувалась у психофізичному розвитку: сидіти почав у 8 місяців, ходити у 1,5 роки, окремі слова з'явилися у 2 роки. Дитячий садок хлопчик не відвідував, виховувався у селі в бабусі. До школи пішов не підготовлений: не знав літер, не володів навичками лічби. Протягом 1-го класу Вова навчився розпізнавати окремі літери, цифри, засвоїв лічбу в межах 5 з використанням наочного матеріалу. При психологічному обстеженні виявлено недостатність обсягу та переключення уваги. Працездатність рівномірно низька. Механічне запам'ятовування ускладнене. Осмислення та опосередкування не поліпшує результатів. Мислення конкретне. Для хлопчика посилене встановлення зв'язку та послідовності подій у серії з 2-3 картин. Узагальнення здійснюється за конкретно-ситуативними та наочними ознаками. Розуміння прихованого смислу нісенітниць непомітне. IQ = 65 балів з рівномірно низьким рівнем досягнень. Дрібна моторика не розвинута, при виконанні графічних проб — малюнок на рівні головонога. Надання допомоги, додаткові інструкції суттєво не впливають на результати.

2. *Розробіть план групової корекції та надайте рекомендації для батьків та вчителів щодо наступного випадку:*

У школі створено клас підвищеної педагогічної уваги. У ньому навчається 15 дітей. З них п'ять із затримкою психічного розвитку, що є наслідком педагогічної та мікросоціальної занедбаності, шість – із порушеннями пам'яті, уваги та виснажуваністю за гіперстенічним типом, двоє із соматичними захворюваннями та гіпостенічною виснажуваністю, двоє-із затримкою розвитку мовлення. Адміністрація школи вимагає від психолога організації психологічної корекції у цьому класі.

1. Як організувати роботу?
2. Чи є доцільними заняття з усім класом разом?
3. Допомога якого фахівця була б бажаною?

Відповіді обґрунтуйте.

3. *Розробіть план корекції та надайте рекомендації для батьків та вчителів щодо наступного випадку:*

Вася А., 10 років. Звернулися мати і вчителька зі скаргою на низьку й нерівномірну успішність дитини. Із розмови з матір'ю стало відомо, що вагітність проходила із загрозою зриву, пологи були стрімкими, дитина народилася в асфіксії. Впродовж першого року життя дитина перебувала на обліку в невропатолога, однак усі навички засвоювала своєчасно. Дитина відвідувала дитячий садок й успішно справлялася з програмою, до школи пішла підготовленою. Останнім часом Вася навчається в загальноосвітній школі й відвідує музичні заняття. Вдома він часто скаржиться на головний біль, важко засинає. У школі успішність нерівномірна: іноді «забуває» добре відомі йому речі, а іноді успішно справляється зі складним завданням. При патопсихологічному дослідженні хлопчик охоче йде на контакт, прагне досягнень. Працездатність низька, виражена виснаженістю за гіпостенічним типом. Тип сенсомоторики повільний, утруднене формування динамічного стереотипу. Обсяг уваги – низька норма, переключання і розподілення недостатні. Механічне запам'ятовування – в межах норми, стереотипне відтворення недостатнє. Рівень інтелекту відповідає віковій нормі, порушень мислення не виявлено. При виконанні графічних проб спостерігаються недостатність точної координації рухів, упускання окремих деталей зображення, порушення пропорцій фігур. Самооцінка адекватна. Відзначається виражена шкільна тривожність. Рівень домагань дещо занижений, але реакція на успіх і невдачу адекватна.

4. *Розробіть план групової корекції для підлітків задля коригування емоційної неврівноваженості.*

Блок Б. Подивитися запропоновані відеоматеріали до теми, що розміщені на сайті <http://ksuonline.kspu.edu> у вкладці з освітньої компоненти «Основи психологічної корекції» до цієї теми та відповіді на питання після відеоматеріалів.

### **Теми рефератів**

1. Індивідуальна психокорекція: основні особливості, стадії та завдання.
2. Групова психокорекція: основні особливості, стадії та завдання.
3. Основні механізми корекційного впливу та методи групової психокорекції.
4. Особливості роботи психокорекційної групи.
5. Особливості комплектування групи.
6. Фактори, що впливають на ефективність групової психокорекційної роботи.
7. Принципи комплектуванні корекційної групи добровільності, поінформованості.
8. Групова динаміка та фази розвитку групи: орієнтація й залежність; конфлікти й протест; розвиток зв'язків і співробітництва; цілеспрямована діяльність.

9. Основні ролі групового керівника та стилі керівництва групою.
10. Ко-тренерство.
11. Етичні вимоги до керівника корекційної групи
12. Корекційна програма для молодшого школяра з метою розвитку емоційно-вольової регуляції.
13. Корекційна програма для молодшого школяра з метою розвитку самооцінки.
14. Корекційна програма для дошкільника з фобічними реакціями.
15. Психологічні особливості та методи реабілітації хворих на вади зору.
16. Психологічні особливості та методи реабілітації хворих на ураження органів слуху.
17. Психологічні особливості та методи реабілітації хворих з ураженнями опорно-моторної функції.

### **Тема 6. Види корекційних груп**

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо особливостей різноманітних видів корекційних груп.

**Професійна спрямованість:** знання особливостей роботи тренінгових груп, груп зустрічей, гештальт-груп, груп тренінгів вмінь, тілесно-орієнтованих психокорекційних груп.

#### **Питання до семінарського заняття:**

*Тренінгові групи й соціально-психологічний тренінг.* Робота тренінгових груп. Історія створення тренінгових груп (Т-Груп). Цілі Т-Груп у психокорекційному спрямуванні. Соціально-психологічний тренінг як засіб корекції. Загальна мета та завдання СПТ. Розмір груп, частота та кількість корекційних занять у СПТ групах. Принципи корекційних занять у СПТ групах: активність на заняттях, принцип відкритого зворотного зв'язку, принцип «тут і тепер», довірчість у спілкуванні. Етапи та фази СПТ. Методи СПТ. Види тренінгів.

*Групи зустрічей.* Історія розвитку груп зустрічей. Правила груп зустрічей. Добір кандидатів у групи зустрічей. Основні етапи роботи груп зустрічей. Техніка занять групи зустрічей. Балінтовські групи. Історія створення балінтовських груп. Етапи роботи балінтовської групи: відтворення конкретного випадку; постановка питань; обговорення можливих варіантів розв'язку ситуації; етап зворотного зв'язку. Суспільство АА (анонімних алкоголіків). Історія розвитку АА. Основні завдання АА. План звільнення від залежності. Типи зборів АА. Програма «12 шаблів» суспільства «Анонімні алкоголіки». Сайнанон-Групи.

*Гештальт-групи.* Ключовими поняттями гештальт-терапії. Основні форми роботи гештальт-груп. Основні принципи гештальткорекції. Види роботи в гештальт-групі: драматизація, робота з фантазією, робота зі сновидіннями, домашня робота. Основні прийоми, використовувані в роботі гештальт-груп: розширення усвідомлення, інтеграція протилежностей,



посилення уваги до почуттів, робота із мріями фантазіями, снами, прийняття відповідальності.

*Групи тренінгу вмінь.* Цілі груп тренінгу вмінь. Компоненти груп тренінгу вмінь: навчальна модель, постановка мети, вимір і оцінка. Техніка занять груп тренінгу вмінь. Основні елементи техніки тренінгу вмінь: оцінка впевненості в собі, репетиція поведінки, релаксаційний тренінг, перебудова переконань, домашня робота.

*Тілесно-орієнтовані психокорекційні групи.* Історія розвитку тілесно-орієнтованих психокорекційних груп. Методи, використовуваними в тілесно-орієнтованих групах: біоенергетичний аналіз О. Лоуена, метод М. Фельденкрайза, метод Ф. Александра, метод А. Янова. Основні поняття тілесно-орієнтованих психокорекційних груп: «енергія», «м'язова броня», «опори під ногами». Основні вправи, які використовуються у тілесно-орієнтованих психокорекційних групах: дихальні вправи, що сприяють розумінню свого тілесного стану й напружених поз; рухові вправи; фізичний контакт між учасниками групи, вправи на усвідомлення напруження у тілі та мязове розслаблення. Система рухових вправ за Ш. Колер.

**Словникова робота:** тренінгова група (Т-група), соціально-психологічний тренінг (СПТ), балінтовська група, суспільство АА (анонімних алкоголіків), сайнанон-група, гештальт-терапія, розширення, усвідомлення, інтеграція протилежностей, тілесно-орієнтована психокорекційна група, «енергія», «м'язова броня», «опора» під ногами.

**Питання для самоконтролю:**

1. Охарактеризуйте особливості роботи тренінгових груп.
2. Розкрийте історію створення тренінгових груп (Т-Груп).
3. Які цілі Т-Груп у психокорекційному спрямуванні?
4. Яким чином соціально-психологічний тренінг може бути засобом корекції?
5. Яка загальна мета та завдання СПТ?
6. Який розмір груп, частота та кількість корекційних занять у СПТ групах?
7. Які принципи корекційних занять у СПТ групах?
8. Перехуйте основні етапи та фази СПТ.
9. Які основні методи СПТ? .
10. Які тестові методи використовуються з метою оцінки ефективності тренінгу?
11. За яких умов доцільне використання методу спостереження?
12. Як впливає тематика тренінгу на метод оцінки ефективності?
13. Чому критерії оцінки з боку замовника треба обговорити до початку тренінгу?
14. Розкрийте історію створення груп зустрічей.
15. Які основні правила груп зустрічей?
16. Яким чином здійснюється добір кандидатів у групи зустрічей?
17. Охарактеризуйте основні етапи роботи груп зустрічей.
18. Охарактеризуйте техніку занять групи зустрічей.

19. Розкрийте історію створення балінтовських груп та етапи роботи балінтовської групи.
20. Розкрийте історію розвитку груп анонімних алкоголіків (АА.) та основні завдання АА.
21. Опишіть основні форми роботи та принципи гештальт-груп.
22. Охарактеризуйте види роботи в гештальт-групі.
23. Охарактеризуйте основні прийоми, які використовуються в роботі гештальт-групи.
24. Які основні цілі груп тренінгу вмінь?
25. Які основні компоненти груп тренінгу вмінь?
26. Техніка занять груп тренінгу вмінь.
27. Основні елементи техніки тренінгу вмінь.
28. Охарактеризуйте історію розвитку тілесно-орієнтованих психокорекційних груп.
29. Розкрийте методи, використовувані у тілесно-орієнтованих групах.
30. Які основні вправи, які використовуються у тілесно-орієнтованих психокорекційних групах?
31. Система рухових вправ за Ш. Колер.

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А та Б.**  
Блок А.

1. Створіть програму соціально-психологічного тренінгу з метою розвитку впевненості у собі.
2. Створіть зручну для вас таблицю спостереження за зміненнями учасників групи.
3. Розробіть діагностичну програму перевірки ефективності вашого власного тренінгу.

Блок Б. Зробіть порівняльну таблицю видів корекційних груп за наступними критеріями: мета та завдання корекції, розмір груп, частота та кількість корекційних занять, принципи корекційних занять, основні прийоми та методи використовувані в роботі.

Блок В. Подивитися запропоновані відеоматеріали до теми, що розміщені на сайті <http://ksuonline.kspu.edu> у вкладці з освітньої компоненти «Основи психологічної корекції» до цієї теми та надайте відповіді на питання після відеоматеріалів.

### **Теми рефератів**

1. Тренінгові групи й соціально-психологічний тренінг.
2. Соціально-психологічний тренінг як засіб корекції.
3. Групи зустрічей.
4. Гештальт-групи.
5. Групи тренінгу вмінь.
6. Тілесно-орієнтовані психокорекційні групи.

### **Тема 7. Групова дискусія як метод групової роботи**

**Мета:** Підвищити компетентність здобувачів освіти щодо групової дискусії як методу групової роботи.

**Професійна спрямованість:** знання особливостей загальних характеристик методу групової дискусії; видів групової дискусії, основних специфічних дискусійних вмінь, форм організації дискусії.

#### **Питання до семінарського заняття:**

Загальна характеристика методу групової дискусії. Види групової дискусії в залежності від проблематики клієнта: біографічна, тематична, інтеракційна дискусії. Основні специфічні дискусійні вміння. Форми організації дискусії (за Г.Є.Філатовою). Види групової дискусії за формою проведення: рольова дискусія; дискусія зі схованими ролями дискусія як аналіз конкретних ситуацій

**Методичні вказівки.** Групова дискусія є одним із методів групової психокорекції. Групова дискусія, з одного боку, є засобом організації спільної діяльності задля інтенсифікації процесу прийняття спільних рішень у групі, а з другого є методом навчання, який підвищує інтенсивність і ефективність процесу сприйняття за рахунок активного включення учасників групи до колективного пошуку істини.

Групова дискусія є колективним обговоренням якоїсь проблеми і досягнення загальної думки щодо неї. Під час дискусії відбувається колективне зіставлення індивідуальних поглядів, ставлень та наукової інформації щодо обговорюваної проблеми. Психологічна цінність дискусії міститься у можливості побачити, що до вирішення проблеми чи до обговорення якогось питання можна підійти по-різному, при цьому враховуючи індивідуальні відмінності людей у сприйнятті та інтерпретації.

**Словникова робота:** групова дискусія; біографічна дискусія, тематична дискусія, інтеракційна дискусія, рольова дискусія; дискусія зі схованими ролями, дискусія як аналіз конкретних ситуацій

#### **Питання для самоконтролю:**

Які загальні характеристики методу групової дискусії?

Поясніть які є види групової дискусії в залежності від проблематики клієнта?

Опишіть основні специфічні дискусійні вміння.

Які форми організації дискусії за Г.Є.Філатовою?

Розкрийте види групової дискусії за формою проведення.

#### **Творчі завдання:**

1. розробіть тематичну рольову дискусію на тему: «Конфлікти у міжособистісних стосунках»

2. розробіть тематичну рольову дискусію на тему: «Психолог: професіонал завжди?»

3. розробіть тематичну рольову дискусію на тему: «Сім'я: кому потрібна більше чоловіку чи жінці?»

#### **Теми рефератів**

1. Метод групової дискусії.

2. Основні специфічні дискусійні вміння.
3. Форми та види групової дискусії.

### ***Тема 8. Психокорекція в окремих вікових періодах та з різних проблем***

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо психокорекції в окремих вікових періодах та з різних проблем.

**Професійна спрямованість:** знання особливостей психологічної корекції порушень когнітивної сфери, емоційних розладів, а також особливостей психокорекційної роботи у різних вікових періодах розвитку дитини.

#### **Питання до семінарського заняття:**

*Психологічна корекція дітей з порушеннями когнітивної сфери.*

Поняття про порушення когнітивних процесів. Методи спостереження, бесіди з батьками та тестування в дітей дошкільного віку. Встановлення контакту з батьками щодо проведення корекційних занять. Діагностика та корекція розладів уваги. Діагностика та корекція розладів сприймання. Діагностика та корекція психомоторики. Діагностика та корекція розладів пам'яті. Діагностика та корекція розладів мислення. Корекційні програми, спрямовані на первинні та вторинні дефекти у розвитку дитини

*Психологічна корекція емоційних розладів.*

Визначення поняття «емоційного розладу». Агресія та страхи дітей різних вікових періодів (дошкільників, молодших школярів, підлітків). Постстресові розлади. Необхідність відреагування та усвідомлення емоційних станів. Використання принципів аналітичної психотерапії у роботі з постстресовими розладами. Повтор, опис дій, відображення почуттів та переказ під час ігрової психокорекції з дітьми.

Піскова психотерапія. Її теоретичні засади та методи проведення. Обладнання для піскової терапії. Поведінка психолога під час сеансу. Ознаки успішності психокорекції. Аналіз та інтерпретація того, що відбувається в ході гри. Ознаки завершення психокорекції емоційних розладів.

*Психокорекційна робота в різних вікових періодах розвитку дитини.*

Порушення особистісного розвитку в дитячому віці. Замкнутість і її корекція. Корекційна робота з дітьми, у яких є проблеми із самооцінюванням. Корекція психологічної готовності дітей до школи. Корекція типів невстигання у навчанні учнів початкових класів. Рання профілактика педагогічної занедбаності учнів. Основні психологічні проблеми підліткового віку. Причини важковихованості. Психолого-педагогічні підходи у психокорекції підлітків з різними акцентуаціями характеру. Корекція відхилень поведінки у підлітків.

Вибір методик для обстеження дитини. Симптоматика, що виявляється при обстеженні: показники інтелектуальної сфери по методиках «Малюнок людини», «Малюнок родини»; показники особистісної сфери по методиках «Малюнок людини», «Малюнок родини»; показник інтелектуальної сфери за методикою «Піктограма»; показник особистісної сфери за методикою «Піктограма»; показники за методикою «Класифікація»; показники за методикою «Зразок і правило»; показники за методикою «Коректурна проба»;

показники за методикою «Неіснуюча тварина»; показники за методикою «Два будинки»; показники по методиках САТ і ТАТ; основні варіанти несприятливого розвитку молодших школярів (опис синдромів). «Збірка» цілісного портрета дитини (можливі діагнози при типових скаргах): «Дитина погано учитьсся», «Дитина лінується», «Дитина розсіяна», «Дитина некерована», «У дитини труднощі у спілкуванні», «Дитина агресивна». Психокорекція за основними діагнозами: хронічна неуспішність, інфантилізм, відхід від діяльності, відсутність навчальних мотивів, негативістична демонстративність, інтелектуалізм, несформованість засобів спілкування, агресивність, знижений темп діяльності, розлад уваги, низький рівень організації діяльності, тривожність.

**Методичні вказівки.** Виокремити особливості методів спостереження та бесіди з батьками та тестування дітей дошкільного віку. Розглянути необхідність встановлення контакту з батьками щодо проведення корекційних занять. Охарактеризувати у чому специфіка діагностики та корекція розладів уваги, сприймання, психомоторики, пам'яті, мислення. Виокремити особливості методів корекції емоційного розладів. Охарактеризувати специфіку піскової психотерапія, її теоретичних засад та методів проведення. Виокремити особливості психокорекційної роботи у різних вікових періодах розвитку дитини. Охарактеризувати специфіку вибору методик для обстеження дитини, знати основні показники за методиками «Малюнок людини», «Малюнок родини»; «Неіснуюча тварина»; САТ, ТАТ та ін.

**Словникова робота:** пізнавальна діяльність, пам'ять, увага, мислення, довільність, первинні та вторинні дефекти, емоційно-поведінковий розлад, агресія, тривожність, страхи, рольова поведінка, насильство, постстресовий розлад, відреагування, психологічна готовність до школи, акцентуації характеру.

#### **Питання для самоконтролю:**

1. Розкрийте сутність корекції когнітивних розладів?
2. Чим відрізняються поведінкові та когнітивні розлади?
3. Які вправи використовуються для корекції розладів уваги?
4. Які методи корекції розладів пам'яті вам відомі?
5. Які групові методи розвитку мислення вам відомі?
6. Наведіть приклади первинних та вторинних дефектів у розвитку дитини
7. Опишіть загальні питання бесіди з батьками задля збору анамнезу розвитку дитини.
8. Яким чином ви б проводили діагностику та корекцію психомоторики у дітей молодшого шкільного віку?
9. Чому у дітей виникають емоційні розлади?
10. Наведіть приклади ситуації, які можуть детермінувати у дитини розвиток постстресових розладів?
11. Яким чином ви б проводили діагностику та корекцію агресивної поведінки?

12. Яким чином ви б проводили діагностику та корекцію страхів у дітей? Які найбільш характерні групи страхів у різні вікові періоди?
13. Перелічіть методи психологічної корекції емоційних розладів.
14. За яких умов використовуються тілесно-орієнтовані вправи?
15. Для чого рекомендуються методи ігрової та пісочної терапії при роботі з дітьми?
16. Вибір методик для обстеження дитини.
17. Симптоматика, що виявляється при обстеженні:
18. Показники інтелектуальної сфери по методиках «Малюнок людини», «Малюнок родини».
19. Показники особистісної сфери по методиках «Малюнок людини», «Малюнок родини».
20. Показник інтелектуальної сфери за методикою «Піктограма».
21. Показник особистісної сфери за методикою «Піктограма».
22. Показники за методикою «Класифікація».
23. Показники за методикою «Зразок і правило».
24. Показники за методикою «Коректурна проба» .
25. Показники за методикою «Неіснуюча тварина».
26. Показники за методикою «Два будинки».
27. Показники по методиках САТ і ТАТ.
28. Основні варіанти психокорекційних технік у випадках:
  - 28.1. Хронічна неуспішність.
  - 28.2. Інфантилізм.
  - 28.3. Негативистична демонстративність.
  - 28.4. Несформованість засобів спілкування.
  - 28.5. Агресивність.
  - 28.6. Знижений темп діяльності.
  - 28.7. Розладу уваги.
  - 28.8. Низький рівень організації діяльності.
  - 28.9. Тривожність.
29. Основні психологічні проблеми підліткового віку. Причини важковихованості
30. Психолого-педагогічні підходи у психокорекції підлітків з різними акцентуаціями характеру.
31. Корекція відхилень поведінки у підлітків.

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А та Б.**

Блок А. *Розробіть план корекції для наступних випадків.*

1. Андрій Т., 8 років. З запитом звернулася мама хлопчика з проханням показати розвиваючі ігри та попрацювати з хлопцем, бо він не засвоює шкільної програми. Мама пояснює його неуспішність відсутністю індивідуального підходу з боку вчительки та своєю зайнятістю. Із бесіди з матір'ю стало відомо, що дитина народилася вчасно, але затримувалась у психофізичному розвитку: сидіти почала у 8 місяців, ходити в 1,5 року, окремі слова з'явилися у 2 роки. Дитячий садок хлопчик не відвідував, виховувався у

селі в бабусі. До школи пішов не підготовлений: не знав літер, не володів навичками лічби. Впродовж 1-го класу Андрій навчився розпізнавати окремі літери, цифри, засвоїв лічбу в межах 5 з використанням наочного матеріалу. При психологічному обстеженні виявлено недостатність обсягу та переключення уваги. Працездатність рівномірно низька. Механічне запам'ятовування ускладнене. Мислення конкретне. Для хлопчика посилене встановлення зв'язку та послідовності подій у серії з 2-3 картин. Вилучення й узагальнення робляться за конкретно-ситуативними та наочними ознаками. Розуміння прихованого смислу нісенітниць непосильне. IQ = 65 балів з рівномірно низьким рівнем досягнень. Дрібна моторика не розвинута, при виконанні графічних проб – малюнок на рівні головонога. Надання допомоги, додаткові інструкції суттєво не впливають на результати.

2. Василь А., 10 років. Звернулися мати зі скаргою на низьку й нерівномірну успішність дитини. Із розмови з матір'ю стало відомо, що вагітність проходила із загрозою зриву, пологи були стрімкими, дитина народилася з асфіксією. Впродовж першого року життя дитина перебувала на обліку в невропатолога, однак її розвиток був у межах норми. Хлопчик відвідував дитячий садок та успішно справлявся з програмою дитячого садка та з встановленням стосунків у колективі.

До школи пішов підготовленим. Останнім часом Василь навчається в загальноосвітній школі та відвідує музичні заняття. Вдома він часто скаржиться на головний біль, важко засинає. У школі успішність нерівномірна: іноді «забуває» добре відомі йому речі, а іноді успішно справляється зі складним завданням. При патопсихологічному дослідженні хлопчик охоче йде на контакт, прагне досягнень. Працездатність низька, виражена виснажуваність за гіпостенічним типом. Тип сенсомоторики повільний, утруднене формування динамічного стереотипу. Обсяг уваги – низька норма, переключання і розподілення недостатні. Механічне запам'ятовування – в межах норми, стереотипне відтворення недостатне. Рівень інтелекту відповідає віковій нормі, порушень мислення не виявлено. При виконанні графічних проб спостерігаються недостатність точної координації рухів, упускання окремих деталей зображення, порушення пропорцій фігур. Самооцінка адекватна. Відзначається виражена шкільна тривожність. Рівень домагань дещо занижений, але реакція на успіх і невдачу адекватна.

3. Олеся П., 6 років. Звернулася вчителька зі скаргою на неуспішність та порушення поведінки на уроках. Дівчинка важко засвоює навички читання, писання, лічби, на уроках іноді ховається під парту та щось вигукує, б'ється на перервах з дітьми. Із бесіди з матір'ю вдалося з'ясувати, що дівчинка народилася, зростала й розвивалася нормально до 5 років. У 5-річному віці перенесла важку форму кору з явищами менінгіту. Після цього стала дратівливою, рухово розгальмованою. Перед вступом до школи Олеся впала з гойдалки й декілька днів провела в лікарні зі струсом мозку. Тепер дівчинка з труднощами готує домашні завдання, негативно ставиться до них, непосидюща. Під час патопсихологічного дослідження виявлена виснажуваність за

гіпостенічним типом. Обсяг і довільна концентрація уваги недостатні. Механічне запам'ятовування утруднене, осмислювання, асоціативне запам'ятовування значно кращі. Інтелект – нижня межа вікової норми. При дослідженні функцій мислення зафіксовано окремі порушення у «вилученнях» та «класифікаціях», внаслідок опори на конкретні наочні ознаки. При звертанні уваги на помилки можлива самостійна корекція. Емоції лабільні. Самооцінка дещо завищена, але є точне уявлення про ставлення до себе з боку оточення. Нейропсихологічне дослідження показало, що зоровий і слуховий гнозис не порушені, сомато-сенсорний гнозис – з окремими помилками. Фонематичний слух без порушень. Імпресивне мовлення порушене, особливо розуміння складних лексико-граматичних конструкцій. Слухова пам'ять недостатня. Таким чином, виявлено локальні ураження кори головного мозку, переважно тім'яних відділів.

4. Іван Л., 6 років. До психолога звернулася мати хлопчика з проханням коригувально-консультативної допомоги. Іван народився, ріс та розвивався нормально; ходити та розмовляти почав своєчасно. Два тижні тому хлопчику довелося бути свідком жахливої сцени: сп'янілий батько трощив меблі, бив матір, голосно лаявся. Мати суворо наказала дитині забути про цей випадок і нікому про це не розповідати. Однак у дитини з'явився страх темряви, самотності, страшного дядька. У присутності батька та матері дитина мовчить, поводить себе скуто. Під час психологічного обстеження хлопчик входить у контакт поступово, але потім охоче грає, вправляється з усіма завданнями. Порушень психічних процесів не виявлено. Інтелект у межах вікової норми. Самооцінка адекватна. Хлопчик не впевнений у позитивному ставленні до нього з боку батьків. При виконанні проєктивних методик спостерігаються висока тривожність, фрустрованість.

5. Катерина М., 14 років. Дівчинка звернулася до психолога самостійно зі скаргою на труднощі спілкування з подругами й хлопцем. Із бесіди з дівчинкою з'ясувалося, що в неї часто (іноді кілька разів на день) змінюється настрій. Вона часто плаче, ображається у відповідь на будь-які зміни у тоні подруги, на нерегулярні телефонні дзвінки хлопця. Ці коливання настрою продовжуються і вдома, залежно від стосунків з батьками та молодшим братом, прослуханої музики, переглянутої телепрограми тощо. Успішність у школі добра, але нерівна, оскільки виконання завдань залежить від настрою.

При патопсихологічному обстеженні зафіксовано незначну виснаженість психічних процесів за гіпостенічним типом. Увага дещо нестійка. Механічне й смислове запам'ятовування успішне. Інтелект і мислення – в межах норми. Самооцінка адекватна, диференційована, з чіткими уявленнями про думку оточення. При дослідженні за ПДО виявлено високий рівень лабільності, переважання рівня сенситивності, високий рівень фемінності.

6. Славко Р., 16 років. Звернувся до психологічної консультації з ініціативи логопеда. Підліток страждає на неврозоподібне заїкання в поєднанні зі страхом мовлення. Мовлення значно погіршується в стресових ситуаціях: під час відповіді на уроці, розмови з малознайомими людьми. Вдома та на



логопедичних заняттях мовлення поліпшується. При патопсихологічному обстеженні виявляється виснажуваність за гіперстенічним типом. Обсяг і концентрація уваги дещо недостатні, переключуваність – у межах норми. Механічне й смислове запам'ятовування успішне. Мислення логічне, послідовне. Інтелект – висока норма. Самооцінка знижена, рівень вимог високий, нестійкий. Обстеження за ПДО показало сенситивно-психастенічний тип акцентуації. Обстежуваний відзначає наявність страху мовлення, важливість для нього думки всіх, хто його оточує, про те, чи добре він говорить. Ще до початку спілкування Славко уявляє собі, що люди, які його оточують, негативно оцінюють його мовлення та особистість у цілому.

Блок Б. Подивитися запропоновані відеоматеріали до теми, що розміщені на сайті <http://ksuonline.kspu.edu> у вкладці з освітньої компоненти «Основи психологічної корекції» до цієї теми та надайте відповіді на питання після відеоматеріалів.

### **Теми рефератів**

1. Корекційна програма для дитини 5 років з метою поліпшення уваги.
2. Корекційна програма для дитини 3 років із затримкою у розвитку мовлення з метою розвитку мислення.
3. Корекційна програма для молодшого школяра з метою розвитку механічної пам'яті.
4. Корекційна програма для молодшого школяра з метою розвитку довільної уваги.
5. Корекційна програма для молодшого школяра з метою розвитку регуляції агресивної поведінки.
6. Корекційна програма для молодшого школяра з метою розвитку самооцінки.
7. Корекційна програма для дошкільника з фобічними реакціями.
8. Корекційна програма для дитини, що пережила насильство.
9. Корекційна програма для «дітей вулиці».
10. Корекційна програма для підлітків з метою розвитку самостійності.
11. Корекційна програма для підлітків з метою розвитку асертивності.
- 12.Порушення особистісного розвитку в дитячому віці.
- 13.Замкнутість і її корекція.
- 14.Корекційна робота з дітьми, у яких є проблеми із самооцінюванням
- 15.Психологічна готовність дитини до школи: діагностика та особливості формування.
- 16.Корекція типів невстигання у навчанні учнів початкових класів.
- 17.Рання профілактика педагогічної занедбаності учнів
- 18.Загальна характеристика етапів індивідуальної консультації.

### ***Тема 9. Психокорекція дитячо-батьківських і сімейних стосунків.***

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо особливостей психокорекції дитячо-батьківських і сімейних стосунків.

**Професійна спрямованість:** знання напрямів корекційної роботи з родиною, основних функцій родини, структури та динаміки родини, фаз життєвого циклу родини; порушень життєдіяльності родини, груп труднощів, які виникають перед родиною й загрожують її життєдіяльності, функціональної та дисфункціональної родини; сімейних міфів, сімейних проблем, методів та технік сімейної психокорекції.

**Питання до семінарського заняття:**

Родина як об'єкт психокорекційного впливу. Напрями корекційної роботи з родиною: психодинамічний, системний й стратегічний, еkleктичний. Основні функції родини: виховна, господарсько-побутова, емоційна, духовного (культурного) спілкування, первинного соціального контролю, сексуально-еротична. Структуру родини. Динаміка родини. Фази життєвого циклу родини. Порушення життєдіяльності родини. Групи труднощі, які виникають перед родиною й загрожують її життєдіяльності: гострі, хронічні, пов'язані з різкою зміною способу життя родини, пов'язані з підсумовуванням труднощів, їх «накладенням» один на одного, пов'язані з етапами життєвого циклу родини, обумовлені несприятливими варіантами життєвого циклу, ситуаційні впливи на родину. Функціональна та дисфункціональна родина. Структура дисфункціональної родини. Сімейні міфи: поняття та функції. Сімейна проблема. Проблеми родинних дисфункцій з погляду теорії трансактного аналізу. Психокорекція з використанням нового рішення та аналізу сімейного сценарію. Поведінкові методи сімейної психокорекції. Система парадоксальних приписів Дж. Хейлі. Теорії комунікативних порушень Вацлавіка. Вправи, спрямовані на подолання комунікативних порушень. Гештальттерапія В. Сатир. Використання «скульптури» та обміну ролями. Системні моделі сімейної психологічної корекції. Варіанти групової корекції порушених сімейних стосунків. Напрямки сімейної психокорекційної роботи. Короткочасна сімейна психокорекція та довгочасна сімейна психокорекція. Параметри складання корекційної програми роботи з родиною: Тимчасовий Просторовий Стильовий Змістовний. Методики корекції детско-батьківських і сімейних відносин. Техніки: «Сімейна фотографія», «Сімейна скульптура», «Сімейна хореографія». Методики «Рольова карткова гра», «Сімейний ритуал», «Соціальний ритуал». Використання поезії. Створення аналогічних ситуацій. Техніки: «Порівняння цінностей», «Екокарта», «Солом'яна вежа», «Сімейний простір», «Подружня конференція», «Сімейна рада», «Батьківський семінар», «Чесна боротьба». Групова дискусія. Біблеотерапія. Анонімні важкі ситуації.

**Методичні вказівки.** Сімейні стосунки до яких включена дитина називаються дитячо-батьківськими. Законодавством чітко визначені обов'язки батьків щодо дітей. Зокрема, батькам заборонено заподіювати будь-яку психічну або фізичну шкоду здоров'ю дитини. Однак, далеко не всі дорослі знають, вміють та бажать ефективно взаємодіяти з дітьми. Психологічна корекція дитячо-батьківських стосунків необхідна задля формування здорової особистості.

**Словникова робота:** функції родини, структура родини, динаміка родини, життєвий цикл родини, функціональна та дисфункціональна родина, структура дисфункціональної родини, сімейний міф, сімейна проблема, теорія трансактного аналізу, сімейний сценарій, парадоксальний припис.

**Питання для самоконтролю:**

1. Перелічіть послідовність кроків сімейної психологічної корекції.
2. Чим відрізняється робота із спогадами від інших методів корекції?
3. Коли доречно використовувати техніку «скульптури родини»?
4. Чому під час сімейної корекції мають бути присутні всі члени родини?
5. Опишіть послідовність кроків мозкового штурму.
6. Розкрийте сутність техніки «Сімейна фотографія».
7. Розкрийте сутність техніки «Сімейна скульптура».
8. Розкрийте сутність техніки «Сімейна хореографія».
9. Розкрийте сутність методики «Рольова карткова гра».
10. Розкрийте сутність методики «Сімейний ритуал».
11. Розкрийте сутність методики «Соціальний ритуал».
12. Розкрийте сутність техніки «Порівняння цінностей».
13. Розкрийте сутність техніки «Солом'яна вежа».
14. Розкрийте сутність техніки «Сімейний простір».
15. Розкрийте сутність техніки «Подружня конференція».
16. Розкрийте сутність техніки «Екокарта».
17. Розкрийте сутність техніки «Чесна боротьба».
18. Розкрийте сутність техніки «Батьківський семінар».
19. Розкрийте сутність техніки «Сімейна рада».
20. Обґрунтуйте використання поезії та бібліотерапії у психокорекції дитячо-батьківських і сімейних стосунків.

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А та Б.**

Блок А. Які методи та техніки корекції ви запропонували б у нижченаведених ситуаціях? Відповіді обґрунтуйте.

1. Подружжя має стосунки швидше батька та дитини, а не чоловіка та жінки. Жінка грає роль важкого підлітка: часто відвідує нічні клуби, палить, вживає алкоголь та маріхуану. Чоловік намагається її «виправити»: сварить, дзвонить їй щогодини, чекає на неї на порозі дому. Він купує їй одяг, дає гроші на кишенькові витрати, скаржить, що вона незріла та безвідповідальна.

2. Жінці вже за тридцять, але вона відчуває свою відповідальність та продовжує турбуватись про свою маму та молодшу сестру. Вони живуть разом і весь час сваряться. За словами жінки в неї таке відчуття що мати та сестра вважають, що саме вона має їх забезпечувати та мирити під час сварок. Коли їй це не вдається, вона відчуває свою провину, починає спілкуватися з ними менше, а вони відчуваються ображеними та прагнуть ще більшого емоційного зв'язку.

3. Батьки щосили підтримують враження «щасливої родини» і не спілкуються одне з одним з приводу своїх проблем. Натомість, коли в них

виникає напруженість у стосунках, вони починають сварити дітей за найменшу провину. Дочка, 10 років, погано навчається у школі, а син, 6 років, має дуже розгальмовану поведінку.

4. Напруженість у сімейних стосунках концентрується навколо батька, який має зайву вагу, депресивний настрій та черговий раз втратив роботу. Впродовж останніх років він часто змінював роботу і жінка утримувала всю родину. Дружина почуває себе виснаженою та перевантаженою, а син-підліток намагається більшість часу проводити з приятелями, а не вдома.

Блок Б. Подивитися запропоновані відеоматеріали до теми, що розміщені на сайті <http://ksuonline.kspu.edu> у вкладці з освітньої компоненти «Основи психологічної корекції» до цієї теми та надайте відповіді на питання після відеоматеріалів.

### **Теми рефератів**

1. Корекційна програма для дорослих з метою розвитку впевненості у собі.
2. Корекційна програма для дорослих з метою протистояння маніпуляції.
3. Корекційна програма для дорослих з метою тренування навичок впевненої поведінки

## ***Тема 10. Психологічна корекція порушень соціально-психологічної адаптації.***

**Мета:** підвищити компетентність здобувачів вищої освіти щодо психологічної корекції порушень соціально-психологічної адаптації.

**Професійна спрямованість:** знання змісту, функцій та етапів профілактики та корекції девіантної поведінки особистості; основних підходів щодо надання психологічної допомоги особистості з девіантною поведінкою; форм і методів профілактики і корекції асоціальної поведінки особистості.

### **Питання до семінарського заняття:**

Зміст, функції та етапи профілактики і корекції девіантної поведінки особистості. Основні підходи до надання психологічної допомоги особистості з девіантною поведінкою. Особливості профілактики асоціальної поведінки особистості дитини. Форми і методи профілактики і корекції асоціальної поведінки особистості. Проблема соціально-психологічної реабілітації особистості з асоціальною поведінкою. Особливості роботи «телефону довіри» як анонімного консультування особистості, схильної до асоціальної поведінки. Проблема зловживання алкоголем. Метод терапевтичної інтервенції. Проблеми наркотичної залежності. Співзалежні члени родини та необхідність у корекції співзалежних. Телефонна психокорекція співзалежних. Феномен адаптації в психології особистості. Стрес і адаптація. Психокорекція осіб у ситуації довготривалого безробіття. Порушення професійної адаптації. Технології підвищення адаптованості особистості. Корекційні та профілактичні програми з професійної адаптації на підприємствах.

**Методичні вказівки.** Соціально-психологічна адаптація виявляється у пристосуванні людини до існуючих у суспільстві умов та критеріїв оцінки внаслідок засвоєння цінностей та норм суспільства. Адаптація виявляється

через її задоволеність або незадоволеність собою і своїм життям. Адаптація тісно пов'язана з дезадаптацією, яка формується внаслідок впливу факторів зовнішнього та внутрішнього середовища.

**Словникова робота:** девіантна поведінка особистості, асоціальна поведінка особистості, соціально-психологічна реабілітація особистості з асоціальною поведінкою, зловживання алкоголем, терапевтична інтервенція, наркотична залежність, співзалежні, телефонна психокорекція, стрес, адаптація.

**Питання для самоконтролю:**

1. Розкрийте зміст психологічної допомоги особистості, схильної до девіантної поведінки.
2. Які функції та етапи профілактики і корекції девіантної поведінки особистості ви знаєте? Дайте їх характеристику.
3. Укажіть основні підходи до надання психологічної допомоги особистості з девіантною поведінкою.
4. Проаналізуйте особливості профілактики девіантної поведінки особистості дитини.
5. Які форми і методи психологічної допомоги є оптимальними щодо профілактики і корекції різних проявів девіантної поведінки особистості? Наведіть приклади.
6. Розкрийте суть і основні напрями розв'язання проблеми соціально-психологічної реабілітації особистості з девіантною поведінкою.
7. Якими є особливості діяльності психолога щодо профілактики девіантної поведінки?
8. Проаналізуйте особливості роботи «телефону довіри» як анонімного консультування особистості, схильної до девіантної поведінки.
9. Охарактеризуйте методи корекції девіантної поведінки важковиховуваних дітей.
10. Визначте особливості взаємодії психолога з батьками щодо профілактики і корекції девіантної поведінки дитини.
11. Розкрийте роль самовиховання у профілактиці та корекції девіантної поведінки важковиховуваних дітей.
12. Назвіть методи підкріплення та їх роль у корекції девіантної поведінки.
13. Розкрийте роль ЗМІ у подоланні та профілактиці девіантної поведінки особистості.
14. Визначте можливі чинники, що сприяли проявам девіантної поведінки у такій ситуації.

**Творчі завдання: надайте письмові відповіді на завдання блоку А та Б.**

**Блок А.**

1. *Розробіть план корекції та надайте рекомендації для батьків та вчителів щодо наступного випадку:*

У Олексія Д., учня 9-го класу, мати авторитарна, деспотична, захоплена своїми професійними досягненнями та кар'єрним зростанням. Є головним

матеріальним утримувачем. Батько м'який, товариський, працює звичайним службовцем, отримує низьку зарплату. Олексій у дитинстві займався музикою, спортом. Зараз усі додаткові заняття покинув та й у школі навчається став навчатися погано. Вперше алкоголь спробував у 12 років разом з товаришами з двору. Було погано, але не покинув зловживати спиртним, обґрунтовуючи це тим, що не міг «зрадити товаришів».

Блок Б. Подивиться запропоновані відеоматеріали до теми, що розміщені на сайті <http://ksuonline.kspu.edu> у вкладці з освітньої компоненти «Основи психологічної корекції» до цієї теми та відповіді на питання після відеоматеріалів.

### **Теми рефератів**

1. Профілактика і корекція девіантної поведінки особистості.
2. Надання психологічної допомоги особистості з девіантною поведінкою.
3. Особливості профілактики асоціальної поведінки особистості дитини.
4. Форми і методи профілактики і корекції асоціальної поведінки особистості.
5. Особливості роботи «телефону довіри» як анонімного консультування особистості, схильної до асоціальної поведінки.
6. Психологічна корекція зловживання алкоголем.
7. Психологічна корекція наркотичної залежності.
8. Психологічна корекція співзалежних члени родини.
9. Телефонна психокорекція співзалежних.
10. Феномен адаптації в психології особистості.
11. Стрес і адаптація.
12. Психокорекція осіб у ситуації довготривалого безробіття.
13. Порушення професійної адаптації.
14. Технології підвищення адаптованості особистості.
15. Корекційні та профілактичні програми з професійної адаптації на підприємствах.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

### Основна література :

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика, вид. 4-е, випр. та доп. К. : Освіта України, 2017. 332 с.
2. Кузікова С. Б. Основи психокорекції: Начальний посібник. К.: Академвидав. 2018. 320 с.
3. Осипова А. А. Общая психокоррекция: Учеб. пособ. для студ. вузов. М.: ТЦ «Сфера», 2016. 506 с.
4. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція: Навч. посібн. Модульно-рейтинговий курс. 3-тє вид. К.: Видавничий дім «Персонал», 2015. 544 с.

### Додаткова література:

5. Айві А. Цілеспрямоване інтерв'ювання і консультування. К.: Сфера, 2018.
6. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение. М.: Эксмо, 2012.
7. Алекситимия и методы ее определения при пограничных психосоматических расстройствах. Д.Б. Ересько, Г.С. Исурина, Е.В.Койдановская и др. Метод. пособие. СПб., 2014.
8. Егоров А. Ю., Игумнов С. А. Расстройства поведения у детей: клинико-психологические аспекты. СПб.: Речь, 2005. 436 с.
9. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. СПб.: Питер, 2019. 752 с.
10. Психоаналитические термины и понятия : словарь. Под ред. Э. Мур, и Д. Файн. М.: Независимая фирма «Класс», 2016. 422 с.
11. Психотерапия. Под ред. Б.Д.Карвасарского. изд. 3-е. СПб: Питер, 2016. 544с.
12. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании. изд. 4-е. М.: Владос, 2015. 526 с.
13. Романова Е.С, Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. М.: Речь, 2017. 213 с.
14. Шебанова В.И. Игротерапия при работе с детьми в задержкой психического развития. *Наука и образование. Материалы Международного конгресса «Стрессы в повседневной жизни детей»*. Одесса: Відродження, 2000. С. 150 – 152.
15. Шебанова В.І. Обґрунтування проєктивного методу в дослідженнях агресії. *Психологія: зб. наукових праць НПУ ім. Драгоманова. випуск 3 (10)*. К., 2000. С. 58 – 66.
16. Шебанова В.І. Психологічна корекція агресії за рахунок активізації рівневих механізмів емоційної регуляції. *Психологія: Збірник наукових праць. НПУ ім. Драгоманова, Випуск 12*. К., 2001. С. 199 – 206.
17. Шебанова В.І. Розробка «опитувальника форм агресивного реагування». *Збірник наукових праць ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. К. 2001. т. III. ч.8. С. 243 – 249.
18. Шебанова В.І. Дослідження розбіжностей у соціальній поведінці між дітьми із затримкою психічного розвитку та дітьми норми. *Вісник Київського*

- університету. Серія: Соціологія. Психологія. Педагогіка. Випуск 11. 2001. С. 55 – 58.
19. Шебанова В.І. Дослідження тривожності в дітей молодшого шкільного віку. *Педагогіка і психологія*. 2001. № 2 (31). С.108-118.
  20. Шебанова В.І. Особливості комунікації і типу агресивного реагування молодших школярів. *Педагогіка і психологія*. 2001. № 3/4. С.131 – 140.
  21. Шебанова В.І. Зниження агресії у дітей із затримкою психічного розвитку засобами ритміко-тілесних і релаксаційних вправ. *Психологія: Збірник наукових праць*. К.: НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2001. Вип. 14. С.251 – 258.
  22. Шебанова В.И. Приступы гнева и как их преодолеть. Журнал для батьків. 2001. №3-4. С. 52 – 53 .
  23. Шебанова В.И. Профилактика и коррекция агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития. *Практична психологія та соціальна робота*. 2001. №10. С. 29 – 30.
  24. Шебанова В.И. Профилактика и коррекция агрессивного поведения у младших школьников с задержкой психического развития. *Практична психологія та соціальна робота*. 2002. №1 С. 6 – 21.
  25. Шебанова В. І. Експрес-діагностика агресивного типу реагування молодших школярів у ситуація фрустрації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2002. №3.
  26. Шебанова В.І. Проективний підхід до діагностування агресії. *Творча спадщина Г.С Костюка та сучасна психологія : матеріали III з'їзду психологів Товариства психологів України К., 2000. С. 209.*
  27. Шебанова В.І. Соціальна поведінка у дітей із ЗПР. *Проблема особистості в сучасній науці: Результати та перспективи досліджень: Тези доповідей Третьої Всеукраїнської конференції молодих науковців*. К.: КНУ ім.Т.Шевченка, 2000. С.235 – 238.
  28. Шебанова В.И. Развитие психомоторики у детей с задержкой психического развития *Психология XXI века: Тезисы Международной межвузовской научно-практической студенческой конференции «Психология XXI века»* СПб.: Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2001. С. 381 – 383.
  29. Шебанова В.И. Игра-драматизация как средство социальной адаптации детей с задержкой психического развития. *Традиции и новаторство в современном образовании: Тезисы докладов Международной научно-практической студенческой конференции* Н.Новгород: НГПУ, 2001. С. 57 – 58.
  30. Шебанова В.И. Изучение родительского отношения к детям с задержками психического развития *Проблема особистості в сучасній науці: Результати та перспективи досліджень: Тези доповідей Четвертої Міжнародної конференції молодих науковців 26-28 вересня*. К.: КНУ ім.Т.Шевченка, 2001. С.103 – 105.
  31. Шебанова В. И. Диагностика и коррекция агрессивного поведения младших школьников с нарушениями психического развития : дисс. на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.04



- медицинская психология; Киевский национальный университет имени Тараса Шевченко. К., 2002. 159 с.
32. Шебанова В. І. Уявлення про захисні механізми в психотерапевтичних концепціях особистості. *Актуальні проблеми практичної психології : зб. наукових праць*. Частина І. Херсон: ПП Вишемирський В.С. 2010. С. 455-459.
  33. Шебанова В. И., Шебанова С.Г. Влияние телевидения на формирование духовно-нравственных ценностей личности (Начало). *Практична психологія та соціальна робота*. 2010. №10. С. 66–70.
  34. Шебанова В. И., Шебанова С.Г. Влияние телевидения на формирование духовно-нравственных ценностей личности (Окончание). *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. №1. С.38–44.
  35. Шебанова В. И. Гендерные особенности пищевого поведения современных подростков. *Педагогическое сопровождение гендерного самоопределения личности: проблемы, опыт и перспективы социальных институтов : материалы Международ. научно-практической конференции (19–20 октября 2010 г., г. Киров)*. Под ред. Т. В. Маловой. Киров: ВятГГУ, 2011. С.125–129.
  36. Шебанова В. І., Шебанова С. Г. Механізми психологічного захисту та копіngu (совладання) особистості : навчально-методичний посібник. Херсон : ХДУ, 2012. 224 с. [Гриф МОНМС України (протокол № 1/11-2552 від 27.02.2012)]
  37. Шебанова В. І., Шебанова С. Г. Психологічна реабілітація дітей, які зазнали насильства : навчально-методичний посібник. Херсон: ХДУ. 2013.172 с.
  38. Шебанова В. І., Шебанова С. Г. Вплив сім'ї на розвиток образу фізичного «я» особистості на різних етапах онтогенезу. «Сучасні тенденції психологічного розвитку сім'ї» : зб. наук. праць міжнародної заочної науково-практичної конференції. Частина І. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2013. С. 82–93.
  39. Шебанова В. И. Влияние семьи на формирование расстройств пищевого поведения детей и подростков. «Молодое поколение XXI века: актуальные проблемы социально-психологического здоровья» : материалы V Международного конгресса (24–27 сентября 2013, Москва). Под. ред. А. А. Северного, Ю. С. Шевченко. М. : ООО ONEBOOK.RU, 2013 С. 327–328.
  40. Шебанова В. І. Вплив засобів масової інформації на формування гендерних стереотипів тіла. *Соціально-психологічні проблеми гендерної стратифікації суспільства : матеріали XI науково-практичної конференції (з міжнародною участю) (18–19 квітня 2014 року, м. Луганськ)*. Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2014. С. 99–102.
  41. Шебанова В. І. Авторська програма тренінга «Нормалізації харчової поведінки «вітрило мрії». *Практична психологія та соціальна робота*. 2014. №10. С. 40–59.
  42. Шебанова В. І. Актуальність формування здоров'язберезувальної компетентності щодо харчової поведінки. *Науковий вісник Херсонського державного університету : зб. наук.праць. Серія Психологічні науки*. Гол. ред. О. Є. Блинова. Херсон: Видавничий дім Гельветика, 2015. Вип. 4. С. 51– 56.

43. Шебанова В. І. А. с. Анкета исследования особенностей пищевого поведения № 64424 від 10.03.2016. К. : Державна служба інтелектуальної власності України.
44. Шебанова В. І. А. с. Анкета прикладного дослідження «Особливості самосприйняття свого тіла». № 64531 від 18.03.2016. К. : Державна служба інтелектуальної власності України.
45. Шебанова В.І. Анкета прикладного дослідження «Батьківських переконань та тактик контролю харчової поведінки у ситуації приймання їжі. № 65092 від 26.04.2016. К. : Державна служба інтелектуальної власності України.
46. Шебанова В. І. Вплив засобів масової інформації на формування гендерних стереотипів тіла. *Соціально-психологічні проблеми гендерної стратифікації суспільства: матеріали XI науково-практичної конференції (з міжнародною участю), м. Луганськ, 18-19 квітня 2014 року*. Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2014. С. 99–102.
47. Шебанова В. І. Вплив різноманітних форм харчового насильства на особливості суб'єктивної картини життєвого шляху. *New Trends of Global scientific ideas 2016 : material of proceedings of the International scientific-practical congress of pedagogues, psychologists and medics the of 10ht of May, Geneva (Switzerland)*. 2016. pp. 158–161.
48. Шебанова В. І. Вплив травматичного тілесного досвіду на суб'єктивну картину життєвого шляху особистості (на прикладі вагітних з досвідом лікування безпліддя внаслідок проблем харчової поведінки й деформацій ваги). *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України* Ред. С. Д. Максименко. Київ; Ніжин : ПП Лисенко, 2015. Том XI. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 15. С. 560–577.
49. Шебанова В. І., Шебанова С. Г. Вплив сім'ї на розвиток образу фізичного «я» особистості на різних етапах онтогенезу. *«Сучасні тенденції психологічного розвитку сім'ї» : зб. наук. праць міжнародної заочної науково-практичної конференції*. Частина I. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2013. С. 82 – 93.
50. Шебанова В. І., Шебанова В. І. Границі тілесності як параметри психосоматичного функціонування. *Науковий вісник Херсонського державного університету: Зб. наук.праць. Серія Психологічні науки*. Гол. ред. О.Є.Блинова. Херсон: Видавничий дім Гельветика, 2013. Вип. 1. С. 85-88.
51. Шебанова В. І. Деформації харчової поведінки як ритуальна діяльність. *Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах Європи та Азії : матеріали VII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (29-30 листопада, 2014 р.)*. Гол. ред. В. П. Коцур. Переяслав-Хмельницький, 2014. С. 220–223.
52. Шебанова В. І. Методика спрямованого ретроспективного аналізу на тему «мої відносини з їжею» (МТРА–їжа). *Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені В. Даля*. Гол. ред. кол. Н. Є. Завацька. 2015. 3(38) С. 439–447.

53. Шебанова В. И. Возможность применения метафорических ассоциативных карт в коррекции нарушений пищевого поведения. *Психология, экономика, право*. 2015. № 1. С. 47–62.
54. Шебанова В. І. Вплив проблемної харчової поведінки та її негативних наслідків на сприймання життя людиною. *International Journal of Education & Development. Випуск 3. Психологічні науки*. Co-publ. : Publishing office: Accent Graphics Communications Hamilton, ON, 2016. С. 19–29.
55. Шебанова В. І. Вплив різноманітних форм харчового насильства на особливості суб'єктивної картини життєвого шляху. *New Trends of Global scientific ideas 2016 : material of proceedings of the International scientific-practical congress of pedagogues, psychologists and medics the of 10ht of May, Geneva (Switzerland)*. 2016. pp. 158–161.
56. Шебанова В. І. Вплив травматичного тілесного досвіду на суб'єктивну картину життєвого шляху особистості (на прикладі вагітних з досвідом лікування безпліддя внаслідок проблем харчової поведінки й деформацій ваги). *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України* Ред. С. Д. Максименко. Київ; Ніжин : ПП Лисенко, 2015. Том XI. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 15. С. 560–577.
57. Шебанова В.І. Практики консультування та терапії в кризових ситуаціях. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2017. 135 с.
58. Шебанова В. І. Психологічна допомога дитині, що зазнала насильства : навчально-методичний посібник. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2017. 212 с.
59. Шебанова В. І. Психологічна допомога жінкам, що зазнали насильства : навчально-методичний посібник. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2017. 182 с.
60. Gardner H. *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences* 3rd ed. Basic Books. 2011. 528 p.

#### Інтернет-ресурси:

61. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua>
62. Вікіпедія <http://ru.wikipedia.org>
63. Психологічна бібліотека Київського Фонду сприяння розвитку психічної культури <http://psylib.kiev.ua>
64. Електронний архів-репозитарій Херсонського державного університету. <http://ekhsuir.kspu.edu/>
65. Система дистанційного навчання «KSU Online» <http://ksuonline.kspu.edu>

## Додаток А

## Методи та техніки теоретичних підходів Психоаналітичний підхід

1. Метод вільних асоціацій. Клієнт розслаблюється, влаштовується на кушетці або в кріслі і промовляє вголос усі думки і спогади, які приходять йому на думку. Найголовніше, не оцінюючи те наскільки очевидними, абсурдними чи нелогічними вони можуть бути. Терапевт знаходиться поза увагою клієнта, щоб у нього зменшилося напруження. Вважається, що одна асоціація тягне за собою іншу, більш глибоко розташовану у несвідомому. Асоціації, які продукуються клієнтом, інтерпретуються як символічний вираз пригнічених емоцій та почуттів. Таким чином, вільні асоціації зовсім не є вільними. У процесі роботи з клієнтом методом вільних асоціацій вивільняється психічна енергія, яку можна використовувати з метою кращої адаптації.

2. Інтерпретація опору. Клієнт може неусвідомлено чинити опір спогаду витіснених конфліктів та імпульсів. Необхідно допомогти йому усвідомити виверти свого опору, коли робота зупиняється.

3. Аналіз сновидінь. Зміст їх, відповідно до З. Фрейда, розкриває витіснені бажання. З. Фрейд називав аналіз сновидінь «королівською дорогою до несвідомого». Сон за З. Фрейдом є символічним задоволенням бажань. У його змісті частково відбиваються ранні дитячі переживання.

4. Аналіз трансферу. Трансфер – заміщення у процесі роботи з клієнтом, яке є захисним механізмом. При цьому неусвідомлений імпульс розряджається на комусь чи чомусь іншому (людині або об'єкті), але головне, не на тому об'єкті, на який він був спрямований спочатку. Приклад: перенесення на аналітика почуттів любові та ненависті, які спочатку були спрямовані на батьків. У трансфері відображається потреба людини знайти об'єкт, щоб отримати можливість висловити своє витіснене почуття кохання. Трансфер можна виявити у вербальних комунікаціях, вільних асоціаціях, змісті сновидінь. Аналітик заохочує розвиток трансферу, цей стан підвищує вірогідність появи у клієнта інсайту. Клієнт повинен раптово усвідомити свої міцно укорінені способи переживань, почуття та реакції на значущих людей, починаючи з перших років життя. Він повинен також усвідомити зв'язок цих переживань із теперішніми актуальними труднощами.

5. Інтерпретація – роз'яснення неясного чи прихованого для клієнта значення деяких аспектів його переживань або поведінки. При цьому неусвідомлені феномени мають стати свідомими. Інтерпретація вміщує такі процедури:

- 1) ідентифікація (позначення);
- 2) роз'яснення (власне тлумачення);
- 3) переклад тлумачення мовою повсякденні клієнта.

Основні правила інтерпретації:

1. Іти від поверхні углиб.
2. Інтерпретувати те, що клієнт готовий прийняти.
3. Перш ніж інтерпретувати те чи інше переживання клієнта, необхідно вказати йому на захисний механізм, що полягає у його основі.

### Аналітичний підхід

Метод вербальних асоціацій К.Г. Юнга (Американський психологический журнал. 1910. 21, 219–240)

Перед початком експерименту досліджуваний отримує наступну інструкцію: «Так швидко, як тільки можете, вимовляйте перше слово, яке спало вам на думку».

1. Голова	26. Блакитний	51. Туман	76. Вмиватися
2. Зелений	27. Лампа	52. Ділити	77. Корова
3. Вода	28. Грішити	53. Голод	78. Друг
4. Співати	29. Хліб	54. Білий	79. Успіх
5. Смерть	30. Багатий	55. Дитина	80. Брехня
6. Довгий	31. Дерево	56. Дбати	81. Поведінка
7. Корабель	32. Колоти	57. Простий	82. Вузький
8. Платити	33. Жалість	олівець	83. Брат
9. Вікно	34. Жовтий	58. Сумний	84. Боятися
10.	35. Гора	59. Слива	85. Лелека
Доброзичливий	36. Померти	60. Одружуватися	86. Фальшивий
11. Готувати їжу	37. Сіль	61. Будинок	87. Занепокоєння
12. Запитувати	38. Новий	62. Милий	88. Цілувати
13. Холодний	39. Звичай	63. Скло	89. Наречена
14. Стовбур	40. Молитися	64. Сваритися	90. Чистий
15. Танцювати	41. Гроші	65. Хутро	91. Двері
16. Село	42. Дурний	66. Великий	92. Вибирати
17. Озеро	43. Памфлет	67. Морква	93. Сіно
18. Хворий	44. Зневажати	68. Малювати	94. Задоволений
19. Гордість	45. Палець	69. Частина	95. Насмішка
20. Готувати їжу	46. Дорогий	70. Старий	96. Спати
21. Чорнило	47. Птах	71. Квітка	97. Місяць
22. Сердитий	48. Впасти	72. Бити	98. Гарний
23. Необхідний	49. Книга	73. Коробка	99. Жінка
24. Плавати	50.	74. Дикий	100. Ображати
25. Подорож	Несправедливий	75. Сім'я	

Історія асоціативного методу у розвитку психології, як і сам метод, добре відомий, тому немає необхідності повторюватися. Для практичних цілей я використав таке формулювання.

Це формулювання було створено після багатьох років досвіду. Слова були відібрані і розташовані так, щоб торкнутися майже всіх комплексів, що зустрічаються у практиці. Як ви могли помітити, слова також розташовані за графічною ознакою.

Коли експеримент завершено, я спочатку переглядаю загальні показники реакції. Якщо я бачу багато великих інтервалів, це свідчить про те, що у пацієнта утруднена саморегуляція, що його психологічна функція діє уповільнено, явно відчуваючи опір. Більшість реакцій невротика перебувають під сильним тиском опору. Проте трапляються випадки, коли час реакції - нормальний (або спостерігаються швидкі реакції), показники інших комплексів відсутні, але очевидний факт наявності невротичного симптому. Ці рідкісні

випадки припадають на дуже освічених та інтелігентних людей, які є хронічними пацієнтами, але впродовж багатьох років практики вони навчилися контролювати свою поведінку, і існуюче порушення помітно лише зрідка, якщо щось прямо вкаже на наявність неврозу. Звичайний спостерігач визнає їх здоровими, навіть якщо в деяких місцях вони виявлять своє порушення, викликане пригніченими комплексами.

### Сортування

Спочатку я шукаю повторювані слова і зводжу їх разом, а потім ті стимульні слова, які викликали утруднення та порушення інструкції. У більшості випадків це сортування вже дозволяє виділити прихований комплекс, хоча в деяких випадках потрібно задати додаткові питання.

## ***Методика «Ранній спогад» та «Сновидіння, що запам'яталося»***

### ***А. Адлера***

Інструкція для отримання «Ранніх спогадів» та «Сновидіння, що запам'яталося»

1. П.І.Б.

2. Вік. Стать.

3. Освіта (де, коли яке).

4. Професія.

5. Скільки у вас братів та сестер? В якій послідовності ви народилися?

6. Ви виховувалися у повній чи неповній сім'ї? У якому віці ви зіткнулися з втратою (смертю або розлученням) батьків?

#### *«Ранній спогад»*

Прийшовши додому і відпочивши, бажано усамітнитися від усіх і організувати все так, щоб впродовж години ніхто не відволікав вас від спогадів. Опишіть на листку паперу ваш ранній спогад. Записуйте, будь ласка, все, що спадає на думку, не опускайте жодних подробиць, які спливають у вашій пам'яті. Запишіть все, що тільки зможете, намагайтеся нічого не пропустити. Не варто запитувати у батьків чи інших родичів: «Коли це було? Що це було?» тощо. Важливо, що ви це пам'ятаєте як свій найбільш ранній спогад. Хронологія не важлива. Важливо, щоб ви обов'язково:

- зробили це письмово;
- вказали приблизний вік, до якого належить спогад;
- описали почуття, навіть якщо вони суперечливі;
- спробували висловити здогад щодо мети своєї поведінки;
- дали назву спогаду.

#### *«Сновидіння, що запам'яталося»*

Запишіть своє будь-яке сновидіння, що запам'яталося. Нехай ваша розповідь буде у теперішньому часі, це допоможе вам краще згадати сон. Вкажіть, яке це сновидіння: повторюване чи пророче. Снилось давно чи недавно. Це може бути лише фрагмент. Намагайтеся бути якомога конкретнішими, записуйте все, що пам'ятаєте, особливо те, що здивувало. Кольоровий це був сон чи ні? Які фарби переважали, як змінювалися? Важливо відмітити: – почуття, які ви відчували під час сну; після того, як прокинулися;

що відчуваєте зараз, описуючи цей сон; – визначте цілі поведінки всіх персонажів сну; – дайте назву сновидінню.

### *Метод парадоксальної інтенції (В. Франкл)*

Клієнту пропонується докласти максимум зусиль для того, щоб пережити відчуття того недоліку, від якого він бажав би позбутися. Відповідно до інструкції потрібно не просто емоційно зануритися в цей стан, але й поводитися відповідним образом, наприклад, якщо недоліком є сором'язливість, то бути мовчазним, намагатися не привернути чимось до себе увагу, відчувати напруженість та тривогу тощо.

Пропонуючи цю техніку, психолог має добре мотивувати клієнта пояснити, навіщо йому надається це завдання.

Наприклад:

1. «Спробуйте максимально повно відчути свій стан сором'язливості для того, щоб з'ясувати, наскільки він є для Вас страшним».

Або

2. «Якщо Ви кажете, що Ви гірше за всіх, то спробуйте дійсно стати таким, щоб перевірити, чи є Ви таким насправді».

Ця техніка спрямована насамперед на те, щоб поставити під сумнів ті негативні емоції, що відчуваються людиною, знецінити їх, показати, що вони не так страшні, які вона звикла вважати.

### *Техніка відтворення ролі (терапія фіксованої ролі Дж. Келлі)*

Завдання клієнту полягає у тому, щоб запропонувати йому зіграти роль іншого в процесі спілкування, найкраще тієї людини, яка є моделлю та зразком у спілкуванні, того, на кого він хоче бути схожим і перемогти свою особистісну проблему. Зіграти роль – це значить поводитися якомога подібно, вживати ті ж слова і вирази, хмуритися і сміятися так само, як інша людина, поводити себе як вона тощо. Така гра зовсім не обов'язково має відбуватися в тій компанії, де клієнт може зустрітися зі своїм ідеалом. Найкраще, щоб це було серед інших людей, тоді перетворення може бути повнішим. Клієнту можна запропонувати розповідати те, що зазвичай розповідає про себе його «зразкова модель», від першої особи. Мотивувати, пояснити, навіщо дається таке завдання, можна так: «У кожної людини є акторські здібності, і якщо вже Вам не дано стати іншим, спробуйте зіграти роль іншого, пережити те, що відчуває він (вона). Досвід, отриманий таким чином, допоможе Вам зрозуміти самого себе, і до того ж Ви зможете точно вирішити, чи варто вам бути таким, як ваш ідеал. Можливо, що у Вас є якісь здібності, які варто спробувати використати у процесі спілкування. Знаходячись у ролі іншого, Ви зможете з більшою легкістю їх у собі виявити».

Ця техніка спрямована перш за все на розширення уявлення людини про себе і на дискредитацію можливостей та образу ідеалу. Програючи роль іншого, людина несподівано для себе може виявити, наскільки цінними для неї є власні якості, що виявляються у спілкуванні.

### *Техніки психодрами*

«МОНОЛОГ» – протагоніст висловлює свої думки та почуття глядачам. Він виходить із запропонованих обставин, сцени що розігрується «тут та зараз», і говорить монолог про те, які почуття вона в нього зараз викликає. При цьому протагоніст ходить по сцені. Монолог може бути використаний для розігріву протагоніста, підготовки його до конфлікту у психодраматичній дії та для зняття напруження, що виникло в результаті його публічного саморозкриття.

Варіант монологу називається «Убік»: режисер зупиняється дію, коли йому здається необхідним, і запитує протагоніста, які думки та почуття він зараз переживає. Це використовується тоді, коли протагоніст боїться говорити про свої думки та почуття допоміжному гравцю. Промова думок вголос дозволяє учаснику відсторонитися від емоційних реакцій та побачити все по-новому. Ця техніка сприяє пізнавальному інсайту та когнітивному трансформуванню проблеми.

«ЗА СПИНОЮ» – це обговорення дій, думок та почуттів протагоніста як би за його відсутності, хоча насправді він знаходиться серед глядачів. Протагоніст сидить на стільці, що повернутий спинкою до всіх інших учасників, і не може брати участь в обговоренні; а члени групи висловлюють своє ставлення щодо нього.

Прийом «За спиною» парадоксальним чином допомагає учаснику групи повернутися обличчям до групи, а групі – до нього.

«ВСЕ ЗА СПИНОЮ» – це прийом, коли протагоніст просить учасників групи піти; проте замість того, щоб піти, вони все повертаються до нього спиною. Протагоніст діє так, начебто вони дійсно пішли, і каже на адресу кожного члена групи, що він відчуває по відношенню до кожного з них.

«ПОВЕРНИСЯ ДО НЬОГО СПИНОЮ» – збентежений, сором'язливий чи невпевнений у собі протагоніст висловлює свої думки і почуття тим членам групи, які викликають у нього страх. Режисер психодрами пропонує протагоністу повернутися спиною до людини, яка його лякає і уявити, що він перебуває у звичному для себе місці наодинці з режисером.



## Словник монофобій

## А

- аблютофобія — страх купання, прання або чищення
- автоматоніфобія — страх ляльок, манекенів, воскових фігур та технічних антропоморфних виробів
- автофобія — страх себе; залишатись одному.
- агірофобія (дромофобія) — страх вулиць, перетинати вулицю
- агорафобія — страх простору, відкритих місць, площ, натовпів людей, ринків
- аграфобія (контрелтофобія) — страх сексуальних домагань
- айлуорофобія (галеофобія, гатофобія) — страх кішок
- айхмофобія (белонофобія) — страх гострих предметів
- акрофобія (батеофобія) — страх кліщів; у вужчому сенсі – маленьких комах або тварин
- аквафобія — страх води; у вужчому сенсі – плавання
- акрофобія — страх висоти
- акустікофобія (лігірофобія, фонофобія) — страх гучних звуків
- ахлуофобія (ніктофобія) — страх темряви, ночі. Не вживається щодо поширеного стану темряви у дітей.
- алгофобія — страх болю (такий, що перевищує нормальний страх болю)
- апекдиктофобія (апендицитофобія) — нав'язливий страх апендициту
- аллодоксофобія — страх перед думкою оточуючих
- амаксофобія — страх транспортних засобів, їздити в транспорті ; страх перед поїздом або вже в процесі водіння колісного транспорту
- аматофобія — страх пилу
- аміхофобія — надмірний страх ушкодження шкіри, наприклад, подряпинами. Один із варіантів — страх бути пораненим пазурами. Відповідно, це може проявлятися у поведінці як бажання уникати тварин (кішок, собак, цуциків, кошенят). У переважній більшості випадків такий страх ірраціональний і перебільшений. Для осіб, які мають серйозні алергічні реакції на бліх або шерсть тварин, аміхофобія цілком виправдана і виконує захисну функцію
- ангінофобія — взагалі страх задухи або задихнутися; спеціальне значення – стенокардичного нападу
- андрофобія — страх людини (тобто виду *homo sapiens*); чоловічої статі. Слід розрізняти із гомофобією.
- анемофобія — страх вітру, протягу; у більш широкому значенні – повітря.
- антофобія — страх квітів
- антропофобія — страх людина (окремої) або компанії людей; суспільства взагалі як форма соціальної фобії
- апіфобія — страх бджіл, ос; окремий випадок зоофобії
- арах (е)офобія — страх павуків; окремий випадок зоофобії
- астрафобія (астрапофобія, бронтофобія, кераунофобія або тонітрофобія) — страх грому, блискавок; грози
- атіхіфобія — страх зробити помилку

аутофобія — страх самотності, залишатися на самоті  
 афефобія (гаптофобія) — страх дотику інших людей  
 аерофобія (авіафобія, авіатофобія) — страх польотів  
 апейрофобія — страх нескінченності

## Б

базілофобія — взагалі страх ходьби, у крайніх випадках: прямо стояти та ходити

балістофобія — страх ракет; покинутих предметів

батеофобія (акрофобія) — страх кліщів; у вужчому сенсі – маленьких комах або тварин

батофобія — страх глибини, пучини , іноді – дивитися вниз із високого місця

бацилофобія — страх бацил (патогенних мікроорганізмів).

белонофобія (айхмофобія) — страх гострих предметів

білонефобія — страх гострих, колючих предметів.

бібліофобія — страх книг, також вживається щодо ірраціональної ненависті до книг

бронтофобія (астрафобія) — страх грому; не вживається щодо помірної форми, що часто зустрічається у дітей

## В

вермінофобія — страх бактерій, мікробів, заразитися

вомітофобія (еметофобія) – страх блювоти

венустрофобія — страх красивих жінок

## Г

гамофобія — страх шлюбу

галеофобія, гатофобія (айлурофобія) — страх кішок

галітофобія — страх неприємного запаху з рота

гаптофобію (афефобія, гаффефобія, гафофобія, гапнофобія, гаптефобія, тіксофобія) — страх дотику оточуючих людей

гевмафобія — страх смаків

гексакосіойгексаконтагексафобія — страх числа 666

геліофоби (гелеофобія) — страх сонця, сонячного світла

гелотофобія — страх виявитися об'єктом гумору, насмішок

гемофобія (гематофобія, гемафобія) — страх виду крові (переважно); крові

генофобія (коїтофобія) — страх сексу, сексуальних контактів

геронтофобія (гераскофобія) — страх або ненависть до літніх людей або до власного старіння

гермофобія (мізофобія) — страх заразитися інфекційним захворюванням, бруду, дотику до навколишніх предметів

герпетофобія — страх рептилій, плазунів, змій; окремих випадок зоофобія

гетерофобія — страх протилежної статі

гефірофобія — страх мостів

гіалофобія — страх скла

гідрозофобія — страх спітніти

гідрофобія — страх води, специфічний симптом, який виникає виключно у хворих на сказ

гілофобія (ксілофобія, ніктогілофобія, хілофобія) — страх лісу, заблукати в лісі

гімнофобія — страх наготи

гінекофобія (гінефобія, гінофобія) — страх жінок

гіпенгіофобія — страх взяти на себе відповідальність

гіпнофобія — страх заснути

гіпертрихофобія — страх росту волосся на тілі, особливо у надмірній кількості

гіппопотомонстросескіпедалофобія — страх перед складними або довгими словами

гіппофобія — страх коней; окремих випадок зоофобія

глоссофобія (пейрафобія) — страх публічного виступу

гнозіофобія (епістемофобія) — страх знання/пізнання

гомофобія — страх або ненависть до людей гомосексуальної орієнтації

гравідофобія — страх зустрічі з вагітною, вагітності

граматофобія — страх функціональної неграмотності, бояться бути осміяними в зв'язку з цим

Д

дейпнофобія — страх перед розмовами під час прийому їжі.

демофобія (охлофобія) — страх натовпу, скупчення людей, юрби

дентофобія (одонтофобія) — страх стоматологів, лікування зубів

децідофобія — страх приймати рішення

дисморфофобія — страх уявних дефектів власної зовнішності

дромофобія (агірофобія) — страх вулиць, перетинати вулицю

дідасклеїнофобія — страх ходити до школи

Е

ейсоптрофобія (спектрофобія) — страх власного відображення в дзеркалі

еклуофобія (ніктофобія) — страх темряви, ночі. Не вживається щодо поширеного стану темряви у дітей

еметофобія (вомітофобія) — страх блювоти

ергазіофобія — страх оперувати (у лікарів-хірургів)

ергофобія — страх працювати, здійснювати які-небудь дії

ерітрофобія — страх почервоніння обличчя (страх почервоніти на людях)

еротофобія — страх сексу або питань про секс

ефебіфобія — страх підлітків

З

зоофобія — страх тварин

І

іатрофобія (ятрофобія) — страх лікаря

ієрофобія — страх релігії, священних об'єктів, пов'язаних з релігією; релігійних обрядів

іюфобія — страх отруєння; іржавих предметів

інсектофобія — страх комах; окремих випадок зоофобії

Інтернетофобія — страх користування інтернетом

## К

каїнофобія — страх нових предметів, нових відчуттів, нових ситуацій  
 кайнотобія (ценотобією) — страх нового; нових речей; нових ідей  
 кардіобія — страх проблем із серцем  
 катотобія — взагалі страх дзеркал; спеціальне значення – розбити дзеркало  
 канцеробія (карцінобія, кацеробія) — нав'язливий страх захворіти на рак, злоякісною пухлиною  
 кенобія — страх порожнього простору  
 кетонуробія — нав'язливий страх кетонурії (появи ацетону в організмі)  
 кераубія (астробія) — страх грому, блискавок; грози  
 кібербія (комп'ютеробія) — страх комп'ютерів або їх використання  
 кіпріобія — страх венеричних хвороб; сексуальної активності взагалі  
 кінобія — страх собак  
 клаустробія — страх замкнутого простору  
 клептобія — страх вкрасти, або страх бути обкраденим  
 клімакобія (клімактобія) — страх ходьби по сходах, сходів  
 коїтобія (генобія) — страх сексу, сексуальних контактів  
 контрелтобія (агорабія) — страх сексуальних домагань  
 комп'ютеробія (кібербія) — страх комп'ютерів або їх використання  
 копобія — страх перевтоми.  
 копробія — страх калу; у ширшому сенсі – бруду, забруднення.  
 коулробія — страх клоунів  
 ксеноглоссолбія — страх іноземних мов; вивчення іноземної мови  
 ксенобія — взагалі страх іноземців чи сторонніх; спеціальне значення – чужих чи іноземних культур чи місць  
 ксілобія (гілобія) — страх лісу, заблукати в лісі

## Л

лалобія — взагалі страх – говорити; спеціальне значення – зіштовхнутися або припуститися помилки при говорінні  
 лівобія — страх предметів, що знаходяться ліворуч від тіла людини  
 лігіробія (акустікобія) — страх гучних звуків  
 логобія (вербобія) — страх говорити публічно або з незнайомими людьми

## М

макробія — страх великих предметів  
 мегалобія — страх великих предметів, будівель, споруд.  
 мізобія (гермобія) — страх заразитися інфекційним захворюванням, бруду, дотику до навколишніх предметів  
 мікробія — страх невеликих предметів  
 мірмекобія — страх мурашок; окремих випадок зообіі  
 монобія — страх залишатись одному  
 мусобія — страх мишей, пацюків (див. зообія)

## Н

некробія — взагалі страх смерті; більш спеціальне значення – страх мертвих об'єктів; найбільш спеціалізоване значення – страх трупів людей та похорон

неофобія — страх нового; спеціальне значення — страх нових харчових продуктів

номофобія — страх залишитися без мобільного телефону, без зв'язку

нозофобія — загалом страх хвороби, більш вузьке — страх захворіти деякими специфічними хворобами

нозокомефобія — страх лікарень

ніктофобія (ахлуофобія, скотофобія, еклуофобія) — страх темряви, ночі. Не вживається щодо поширеного стану темряви у дітей.

нудофобія — патологічний страх оголеності

О

одонтофобія (дентофобія) — страх стоматологів, лікування зубів

ойкофобії — страх будинку, повернення додому

омброфобія — страх зливи

ономатофобія — страх певного слова чи імені

осмофобія — страх тілесних запахів

орнітофобія — страх птахів і їх пір'я; окремих випадок зоофобії

офідіофобія або офіофобія — страх змії; окремих випадок герпетофобії

охлофобія (демофобія) — страх натовпу, скупчення людей, юрби

П

панфобія (панафобія, панофобія, пантофобія) — страх всього або постійний страх з невідомої причини

параскаведекатріафобія (фріггатріскаїдекафобія) — страх п'ятниці 13-го

партуріфобія — страх народження дитини

парурез — страх сечовипускання на людях

педіофобія — страх ляльок

педофобія — будь-який нав'язливий страх дітей або виробів, що їх імітують

пейрафобія (глософобія) — страх публічного виступу

пеккатофобія — страх скоєння гріха.

пеніафобія — страх бідності, зубожіння, бідних

пірофобія — страх вогню, пожеж, загибелі від вогню

понофобія — страх болю; перестаратися у виконанні якоїсь роботи

плутофобія — страх багатства, страх перед накопиченням грошей, намагання від них найшвидше позбутись, намагання бути «бідним»

Р

радіофобія — страх радіації

ріпофобія — страх дефекації як процесу або дефекації як продукту

С

сейсмофобія — страх землетрусів

сімболофобія — страх символів, страх символічних уявлень

сколеціфобія — страх черв'яків, заразних комах; окремих випадок зоофобії

скоптофобія (скопофобія) (від др.-греч. σκόπτω «висміювати, шуткувати, дражнити») — страх здатися безглуздим і кумедним у власних очах у зв'язку зі своїми уявними недоліками. Особливо такі люди бояться глузування зі сторони, в результаті з'являється комплекс неповноцінності і вони починають вірити у

свою неповноцінність та безглуздість. Навіть коли люди просто дивляться на них, їм може здатися, що з ними щось не так і вони прагнуть швидше втекти з очей геть

скотофобія (ніктофобія) — страх темряви, ночі. Не вживається щодо поширеного стану темряви у дітей

синкопфобія — страх втратити свідомість (непритомності)

сомніфобія — страх спати

соціофобія — страх суспільства, контактів, оцінки оточуючими

спектрофобія — 1) страх привидів; 2) те ж, що ейсоптрофобія — страх власного відображення в дзеркалі

стазібазіфобія — страх вертикального положення та ходьби

стазіфобія — страх стояння

Т

таласофобія — страх моря

танатофобія — страх смерті; мертвих речей, особливо трупів людей

тафофобія (тафедобія) — нав'язливий страх могил, похорон; бути похованим заживо

телефонофобія — страх телефону, очікування телефонного дзвінка.

тес-фобія — страх Бога; 2. відплати Бога за гріхи (реальні або уявні).

тиреопатолофобія — нав'язливий страх захворювань щитоподібної залози.

токсикофобія — страх отрути, отруїтися; отруєння

тіксофобія (гаптофобія) — страх дотику оточуючих людей

токофобія (малевзіофобія) — страх перед пологами

тонітрофобія (астрафобія) — страх грому, блискавок; грози

травматофобія — страх травми

тремофобія — страх тремтіння

тріпанофобія — страх голок та уколів

трипофобія — страх кластерних отворів (скупчення отворів)

трихопатолофобія — страх волосся на обличчі, характерно для жінок

трихофобія — взагалі страх волосся, у вузькому сенсі – страх потрапляння волосся в їжу, на одяг, на поверхню тіла

трискайдекафобія — страх числа, що виходить при відніманні 1 з 14

Ф

фагофобія — страх ковтання, вдавнитися їжею

фармакофобія — страх лікуватися, приймати ліки

фебрифобія — страх високої температури, лихоманки; у загальному сенсі – страх виникнення дисфункції організму внаслідок підвищення температури тіла

філофобія — страх закохатися

фобофобія (фобіофобія) — страх фобій (страхів), появи симптомів страху, страх зазнати переляку

фонофобія (акустікофобія) — загалом страх звуку, гучних звуків; у вузькому значенні – звуку свого голосу

фріггатріскайдекафобія (параскаведекатріафобія) — страх п'ятниці 13-го

## Х

хілофобія (гілофобія) — страх лісу, заблукати в лісі

хемофобія — страх хімії

херофобія — страх розваг, веселощів.

хронофобія — страх часу

## Ц

ценотофобія (кайнотофобією) — страх нового; нових речей; нових ідей

## Е

енісофобія — страх критики

епістемофобія — страх знання

ергазіофобія (ергофобія) — страх роботи; у ширшому сенсі – відповідальності

ерейтофобія (еритрофобія) — страх почервоніння; у вузькому сенсі страх червоних предметів

еремофобія — страх самотності, залишатися на самоті

еритрофобія (ерейтофобія) — страх червоних предметів; у ширшому сенсі – почервоніння

еротофобія — страх сексу

## Я

ятрофобія (іатрофобія) — страх лікаря

## Додаток В

## Підходи до інтерпретації арт-терапевтичного процесу та продукту

Категорія інтерпретації	Визначення	Спостережувана поведінка (продукт)	Приклад
Процес	Дослідження підходів клієнта до креативного процесу та художнім засобам	Реакція на надані засоби Вибір конкретних засобів Використання засобу Ставлення до засобу	Відмова використовувати глину для мистецтва, через страх забруднитись може вказувати на obsесивні або компульсивні риси
Форма	Значення, що отримується із загальної форми та враження від створеного продукту творчості	Ступінь організації, розміщення, завершеність та симетрія. Ясність, рух, колір Розмір малюнка загальний Розміри зображених об'єктів відносно один одного	Малюнок сім'ї, на якому фігура батька зображена значущо менших розмірів, ніж інші фігури, може бути сигналом того, що його значення у сім'ї, і у відчуттях автора малюнка принижується
Явний зміст	Оцінка актуального змісту	Актуальні об'єкти Актуальні постаті Актуальні зображені взаємини	Зображення щасливої фрагменту з життя може відобразити щасливі почуття
Асоціативний зміст	Оцінка назви, історії, відповідей на питання, пов'язаних з художнім продуктом	Спонтанні висловлювання про продукт творчості Відповіді на запитання про створення Спонтанні назви	Скульптура першого шкільного дня з назвою «Мій найгірший день» може вказувати на шкільні проблеми
Прихований зміст	Аналіз символізму художнього продукту	Всі об'єкти, наприклад, будинок Усі людські постаті Будь-які теми, наприклад, сонце, дощ, вітер	Розміщення в сюжеті малюнку ножів або інших небезпечних предметів може свідчити про ворожість, агресію чи тривогу, що пов'язана з історію насильства щодо автора малюнку



*Навчальне електронне видання*

**В. І. Шебанова**

## **ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ**

*Методичні вказівки і рекомендації для здобувачів вищої освіти  
першого (бакалаврського) рівня спеціальності  
053 Психологія, галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки*

**ISBN 978-617-7941-82-7 (електронне видання)**



Підписано до видання 13.03.2022 р.  
Формат 60×84/16. Гарнітура Times New Roman  
Ум.друк.арк. 5,78. Обл.-вид. арк. 6,21.  
Замовлення №3062.

Книжкове видавництво ФОП Вишемирський В.С.  
Свідоцтво про внесення до державного реєстру суб'єктів  
видавничої справи: серія ХС №48 від 14.04.2005 р.  
видано Управлінням у справах преси та інформації  
73000, Україна, м.Херсон, вул. Соборна, 2  
тел.050-514-67-88; 050-133-10-13; e-mail : printvvs@gmail.com

ISBN 978-617-7941-82-7



9 786177 941827