

Міністерство освіти і науки України  
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова  
Інститут соціології, психології та соціальних комунікацій

# КОНСУЛЬТАТИВНА ПСИХОЛОГІЯ

## ПІДРУЧНИК

*видання друге, доповнене*

УДК 159.9 (075.8) к 65

ББК 88

К 64

*Рекомендовано до друку Вченю Радою Національного педагогічного  
університету імені М.П.Драгоманова  
(протокол № 11 від 25 червня 2015 року)*

**Рецензенти:**

**І.Д. Бех**, дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор;

**Н.Ф. Шевченко**, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки та психології освітньої діяльності Запорізького національного університету;

**О.І. Бондарчук**, доктор психологічних наук, професор кафедри психології управління ДВНЗ «Університет менеджменту освіти» НАН України

**Консультивативна психологія: підручник / І.С. Булах, В.У. Кузьменко,  
К 64 Е.О. Помиткін [та ін.] : – Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. - 482 с.**

ISBN 978-966-924-055-2

Підручник «Консультивативна психологія» побудований відповідно до діючої інноваційної програми курсу «Консультивативна психологія», що познайомить майбутніх психологів зі спеціалізацією «психолог-консультант» з предметом, метою та завданнями цієї дисципліни. Автори підручника намагалися широко охопити найсучасніші питання психологічного консультування, які пов’язані зі специфікою та структурою консультивативної діяльності психолога, віково-психологічними аспектами консультування, психодіагностикою в процесі консультивативної взаємодії, психотехнологією консультування клієнтів зі специфічними проблемами, питаннями побудови консультивативної взаємодії у різних сферах професійної діяльності та з найважливішими аспектами сімейного психоконсультування.

Підручник призначений для студентів психологічних спеціальностей, особливо може бути корисним майбутнім психологам-консультантам, психотерапевтам та широкому колу спеціалістів у галузі гуманітарних наук (соціальним педагогам, медичним працівникам, соціологам).

УДК 159.9 (075.8) к 65

ББК 88

ISBN 978-966-924-055-2

© Автори, 2016

© ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016

## ЗМІСТ

Передмова .....	7
-----------------	---

### Розділ I

#### **Загальні питання консультативної психології (Булах І.С.)**

1.1. Поняття консультативної психології. Предмет, цілі та завдання консультативної психології.....	12
1.2. Професіональне психологічне консультування.....	20
1.3. Взаємозв'язок психологічного консультування з психотерапією .....	24
1.4. Загальні принципи консультативної психології.....	29
1.5. Історія становлення консультативної психології.....	35
1.6. Значущість цілісної психологічної теорії в консультуванні .....	47
Контрольні запитання та завдання.....	52
Рекомендована література .....	52

### Розділ II

#### **Консультування в контексті різних наукових підходів**

2.1. Консультування в парадигмі психоаналітичного підходу <i>(Хомич Г.О.)</i> .....	54
2.2. Консультативна діяльність в екзистенціальній психології <i>(Ткач Р.М.)</i> .....	66
2.3. Консультування в межах гештальтпсихології <i>(Рось Л.М.)</i> .....	86
2.4. Консультування на засадах когнітивно-біхевіорального підходу <i>(Алексєєва Ю.А.)</i> .....	99
2.5. Консультування в контексті особистісно орієнтованого підходу <i>(Волошина В.В.)</i> .....	132
2.6. Консультативна діяльність на основі духовно-особистісного підходу <i>(Поміткін Е.О.)</i> .....	148
Контрольні запитання та завдання.....	160
Рекомендована література .....	161

### **Розділ III**

#### **Особистість консультанта в процесі професійної діяльності**

3.1. Особистість консультанта та професійні вимоги до неї <i>(Гоголь О.В.)</i> .....	162
3.2. Вплив професійної діяльності на особистість консультанта <i>(Гоголь О.В.)</i> .....	165
3.3. Модель ефективного консультанта ( <i>Гоголь О.В.</i> ) .....	168
3.4. Можливі помилки психолога в процесі консультативної взаємодії ( <i>Бушай І.М.</i> ) .....	177
3.5. Особливості професійної діяльності консультанта-початківця <i>(Волошина В.В.)</i> .....	180
Контрольні запитання та завдання .....	189
Рекомендована література .....	190

### **Розділ IV**

#### **Психодіагностика в процесі консультативної діяльності**

*(Поміткіна Л.В.)*

4.1. Місце психодіагностики у консультативній практиці.....	191
4.2. Нетестова діагностика в консультуванні .....	197
4.3. Психологічна діагностика на різних стапах консультативної сесії .....	199
Контрольні запитання та завдання .....	209
Рекомендована література .....	210

### **Розділ V**

#### **Специфіка консультативної діяльності психолога**

5.1. Консультування як стратегія психологічної допомоги людям ( <i>Кузьменко В.У.</i> ) .....	211
5.2. Етапи психологічного консультування ( <i>Волошина В.В.</i> ) .....	217
5.3. Структура консультативного процесу ( <i>Волошина В.В.</i> ) .....	223
5.4. Типи консультування ( <i>Кузьменко В.У.</i> ) .....	227
5.5. Види консультування ( <i>Кузьменко В.У.</i> ) .....	229
5.6. Форми консультативної діяльності психолога <i>(Кузьменко В.У.)</i> .....	236

<b>5.7. Причини відмови психолога від консультування (Волошина В.В.)</b>	241
Контрольні запитання та завдання	244
Рекомендована література	244

## Розділ VI

### **Віково-психологічне консультування**

<b>6.1. Психологічне консультування дошкільників та їх батьків (Бігун Н.І.)</b>	246
6.2. Психологічне консультування молодших школярів та членів їх родини (Бушай І.М.)	263
6.3. Психологічне консультування особистості підліткового віку (Алексєєва Ю.А.)	274
6.4. Психологічне консультування особистості юнацького віку (Ревякіна І.М.)	291
6.5. Консультативна робота з дорослими людьми (Бушай І.М.)	302
6.6. Консультування людей похилого віку (Рось Л.М.)	307
Контрольні запитання та завдання	318
Рекомендована література	319

## Розділ VII

### **Консультування у різних сферах професійної діяльності**

<b>7.1. Психоконсультування в соціальній сфері (Смольникова Г.В.).</b>	320
7.2. Психологічне консультування в управлінні та менеджменті (Лупійко Л.В.)	328
7.3. Психологічне консультування в політичній сфері (Співак Д.М.)	336
7.4. Консультативна діяльність в юридичній сфері (Ревякіна І.М.)	357
7.5. Консультативна діяльність у бізнесі та підприємництві (Смольникова Г.В.)	366
7.6. Психологічне консультування у сфері реклами (Співак Д.М.)	380

<b>7.7. Консультативна робота у вищих навчальних закладах (Хомич Г.О.)</b>	392
Контрольні запитання та завдання	398
Рекомендована література	399

## Розділ VIII

### **Сімейне консультування (Кашпур Ю.М.)**

<b>8.1. Консультування з питань шлюбу</b>	401
<b>8.2. Консультування з проблем подружніх взаємостосунків</b>	411
<b>8.3. Особливості консультування подружніх пар та клієнтів різного віку з питань сексуальності</b>	419
Контрольні запитання та завдання	433
Рекомендована література	434

## Розділ IX

### **Психологічне консультування клієнтів зі специфічними проблемами (Хомич Г.О.)**

<b>9.1. Консультування несамостійних та маломотивованих клієнтів</b>	435
<b>9.2. Консультування тривожних та депресивних клієнтів</b>	438
<b>9.3. Консультування асоціальних особистостей</b>	442
<b>9.4. Консультування залежних клієнтів</b>	445
<b>9.5. Консультування клієнтів з психосоматичними порушеннями</b>	451
<b>9.6. Консультування обсесивних клієнтів</b>	468
<b>9.7. Консультування клієнтів із суїцидальними намірами</b>	471
<b>9.8. Консультування клієнтів, котрі переживають втрату</b>	475
Контрольні запитання та завдання	479
Рекомендована література	480

## ПЕРЕДМОВА

Сучасне життя людини перенасичене життєвими проблемами, стресами, неузгодженими взаєминами, критичним ставленням до політичної кризи, психогенними переживаннями щодо матеріальних негараздів, напруженістю та страхами, пов'язаними з небезпечною, нестабільністю громадянських подій у державі. У зв'язку з тим, що підвищився потік негативу (стресів, фрустрацій, депресій та ін.) в життєвому просторі людей, важливо представникам різних галузей психологічної науки активно включатися в надання психологічної підтримки та допомоги тим, хто її невідкладно потребує. Наше суспільство сьогодні переживає не лише економічну та політичну, але й психологічну кризу, що захопила морально-духовну свідомість багатьох патріотично спрямованих особистостей, внаслідок значних втрат життя тими людьми, які боролися за справедливість, вільний вибір і добroчинність. Така критична ситуація в країні призвела до підвищення рівня дезадаптованості, психогенних переживань і настроїв у людей, їх емоційної нестабільності, знервованості, що позначилось на психологічному здоров'ї значної частини громадян. Це вимагає від психологів-консультантів негайно вибудувати програму консультативних взаємодій для тих, хто опинився в соціальній ролі «клієнта».

Отже, на сучасному етапі життєдіяльність людей пов'язана з розмаїттям історичних подій, які можуть нести в собі як позитивні мотиваційні спонукання, так і негативні. На жаль, сьогодні факти життєствердження людини в соціальному просторі вказують на її перевантаженість негативними проблемами (економічні та політичні кризи, безробіття, професійна незатребуваність, сімейні негаразди, алкоголізм, наркоманія, неузгодженість стосунків з оточуючими, втрата здоров'я тощо).

Значне перевантаження негативними проблемами у житті сучасної людини призводить до того, що вона мусить саме в таких, низько вмотивованих для самореалізації й самоздійснення, умовах приймати певні життєві рішення, здійснювати особистісні вибори та прагнути актуалізувати свої внутрішні можливості як моральна особистість.

Звичайно, що така соціальна ситуація розвитку людини різко позначається на її психологічному здоров'ї, що ставить перед

необхідністю спеціалістів психологічної науки, зокрема фахівців вищих педагогічних навчальних закладів, підготувати висококваліфікованих психологів з підтримки та надання належної психологічної допомоги неадаптованій чи дезорганізованій особистості у потоці вищеозначених соціальних, економічних, технічних, демографічних коловоротів та катакліzmів.

Спеціалісти Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій НПУ імені М.П. Драгоманова ретельно вивчають психологічні проблеми сучасної людини і прагнуть готовувати фахівців, які відповідають соціальним замовленням різних професійних установ (організацій, виробництв, фірм та ін.) та конкретним запитам кожної особистості щодо надання допомоги у вигляді психологічного консультування.

На сьогодні помітно зросла психологічна культура людей і важливо відмітити, що збільшилася затребуваність у професійній діяльності психолога-консультанта. Це, у свою чергу, посилює моральну відповіальність науковців та викладачів з психології відносно професійної підготовки студентів, як майбутніх спеціалістів з консультативної діяльності, які мають оволодівати системою психологічних знань у цій галузі, та проходити повноцінну практику протягом навчання у бакалавратурі, а надалі й магістратурі вищого педагогічного навчального закладу. У зв'язку з цим виникла нагальна потреба у розробці та написанні підручника з нової галузі психологічних знань – консультативної психології. Поява цієї дисципліни стала відгуком на запити сучасної людини, котра не спроможна самостійно вирішувати психологічні проблеми.

Все більше і більше людей потребують психологічної підтримки, а тому професійну підготовку психолога-консультанта бере на себе кафедра теоретичної та консультативної психології, що буде значущим внеском у вирішення питань збереження психологічного здоров'я населення нашої держави, які вирішуються також іншими науками в загальному освітянському просторі.

Враховуючи сучасні доробки з питань консультування, досвід викладачів кафедри, соціальні замовлення людей, які потребують психологічної допомоги, та запити студентської молоді щодо набуття знань з аспектів консультативної діяльності, викладачі кафедри впродовж останніх років ретельно добирали та структурно

оформляли науковий і практичний інформаційний матеріал з питань психологічного консультування. Процес апробації багатьох наукових положень відбувався в ході теоретичних та емпіричних досліджень при написанні докторських і кандидатських дисертацій науковцями та магістерських робіт студентами.

Авторами підручника «Консультативна психологія» були визначені основні аспекти консультування, якими мають оволодіти майбутні психологи-консультанти.

У контексті цієї дисципліни обґрунтовані наступні питання: поняття консультативної психології як нової психологічної галузі знань, предмет, цілі, завдання та принципи консультування, а також виокремлено специфіку професіонального консультування, його взаємозв'язок з психотерапією та історія розвитку консультативної психології як самостійної науки.

Беручи до уваги багаторічний досвід зарубіжної теорії і практики з питань консультування, автори зупинилися на специфіці консультативної діяльності, взаємозв'язках психолога-консультанта з клієнтом, техніках безпосереднього консультативного контакту взаємодіючих персоналій у межах психоаналітичного, екзистенціального, гештальтиського, когнітивно-біхевіорального, особистісно-орієнтованого та духовно-особистісного підходів.

Практично-орієнтованим для майбутніх психологів-консультантів є аспект, в контексті якого розглядаються модель ефективного консультанта, вплив професійної діяльності на особистість психолога-консультанта та фахові вимоги до спеціаліста такого рівня, подаються застереження щодо помилок, які властиві консультанту-початківцю.

Дискусійним питанням до сьогодні залишається аспект психодіагностики в процесі консультативної діяльності. Автори вважали за необхідне висвітлити аспекти діагностування клієнта в процесі консультування, визначити нетестову діагностику та обґрунтувати особливості проведення методів вивчення особистості клієнта на етапах первинної, поточної та завершальної психодіагностики.

Узагальнено-конкретизуючим є розділ, присвячений специфіці діяльності психолога, в межах якого автори визначають етапи, типи, види та форми консультативної діяльності фахівця, а також причини відмови психолога від консультування.

Складним і водночас досить значущим є аспект віково-

психологічного консультування, де акценти розставлені у віковому діапазоні, починаючи від психологічного консультування дошкільників та їх батьків, молодших школярів та членів їх родин, підлітків, юнаків, дорослих людей і завершуючи людьми похилого віку. Автори детально аналізують особливості консультативної взаємодії з дітьми, підлітками, дорослими людьми, презентують чіткі схеми консультативного контакту психолога і клієнта, прийоми їх взаємодії, надають поради і пропозиції в процесі консультування людини певного віку.

Потік соціальних замовлень безупинно зростає, тому автори виокремили аспект консультативної діяльності психолога у різних сферах професійної діяльності. Як свідчить практика життєдіяльності людей, найбільша кількість запитів від організацій чи конкретних людей відображає сфери соціальної роботи, управління, менеджменту, політики, юриспруденції, бізнесу, підприємництва, реклами. Особливий акцент студентська молодь ставить на консультативній діяльності у вищих навчальних закладах. Тому для всіх вище означених питань авторами відтворено специфіку, механізми та технології консультативної діяльності психолога у відповідних сферах професійної діяльності.

Кожна людина самовизначається не лише в процесі професійної діяльності, але й в ході життєствердження у сімейних умовах. Власно особистісне становлення людини первісно розпочинається в сім'ї. Важіль сімейних взаємостосунків без сумніву має виняткове значення для самотворення й самоздійснення особистості. Тому важливим аспектом психологічного консультування має бути питання вибору партнера по життю, побудови подружніх взаємостосунків, особливостей взаємодії партерів у шлюбі. Не випадковими сьогодні для окремих клієнтів стали питання, що пов'язані з особливими уподобаннями у сексуальній сфері. Враховуючи високий рівень інформованості людей завдяки мас-медіа, які досить часто психологічно не вірно інтерпретують різні сімейні проблеми та сексуальні феномени, психологу-консультанту важливо оволодіти технологією надання допомоги клієнту в означених питаннях.

У тісному взаємозв'язку з позитивною психотерапією постає аспект, що відображає специфічні проблеми клієнтів. Психолог-консультант до певної міри виконує функцію психолога-

психотерапевта, коли працює з тривожними, депресивними, маломотивованими, залежними, обсесивними клієнтами, а також з такими, які мають психосоматичні порушення, суїцидальні наміри, онкологічні хвороби. Автори визначають особливості консультативної взаємодії з вище означеними клієнтами, структурують алгоритм консультативного контакту з відповідним клієнтом.

Підручник «Консультативна психологія» розрахований для студентів старших курсів спеціалізації «психолог-консультант». Автори будуть вдячні за висловлені зауваження, пропозиції та побажання, які будуть передаватися кафедрі теоретичної та консультативної психології як у письмовій, так і в усній формі. Кожний автор несе наукову та моральну відповіальність за контекст розділу чи підрозділу, який ним підготовлений.

Авторами підручника «Консультативна психологія» є: доктор психологічних наук, професор І.С. Булах (Розділ I), доктор психологічних наук, професор І.М. Бушай (Розділ III, підрозділ 4; Розділ IV, підрозділ 2, 5), доктор психологічних наук, професор В.У. Кузьменко (Розділ V, підрозділ 1, 4, 5, 6), доктор психологічних наук, професор Е.О. Помиткін (Розділ II, підрозділ 6), доктор психологічних наук, доцент Л.В. Помиткіна (Розділ IV), кандидат психологічних наук, доцент Ю.А. Алексєєва (Розділ II, підрозділ 4; Розділ VI, підрозділ 3), кандидат психологічних наук, доцент Н.І. Бігун (Розділ VI, підрозділ 1), кандидат психологічних наук, доцент В.В. Волошина (Розділ II підрозділ 5; Розділ III, підрозділ 5; Розділ V, підрозділ 2, 3, 7), кандидат психологічних наук, доцент О.В. Гоголь (Розділ III, підрозділ 1, 2, 3), кандидат психологічних наук, доцент Ю.М. Капшур (Розділ VIII), кандидат психологічних наук, доцент І.М. Ревякіна (Розділ VI, підрозділ 4; Розділ VII, підрозділ 4), кандидат психологічних наук, доцент Л.М. Рось (Розділ II, підрозділ 3; Розділ VI, підрозділ 6), кандидат психологічних наук, доцент Г.В. Смольникова (Розділ VII, підрозділ 1, 5), кандидат психологічних наук Р.М. Ткач (Розділ II, підрозділ 2), кандидат психологічних наук, професор Г.О. Хомич (Розділ II, підрозділ 1, Розділ VII, підрозділ 7; Розділ IX ), кандидат психологічних наук Л.В.Лупійко (Розділ VII, підрозділ 2), викладач Д.М. Співак (Розділ VII, підрозділ 3; 6).