

**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ**

**ЧЕРКАСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ  
ІМЕНІ ГЕРОЇВ ЧОРНОБИЛЯ**

Кафедра психології діяльності в особливих умовах

**Мохнар Л.І.**

## **Психологічне консультування фахівців екстремального профілю діяльності**

Методичні вказівки до виконання контрольної роботи  
для слухачів заочної форми навчання за першим  
(бакалаврським) рівнем вищої освіти  
спеціальності 053 «Психологія»

**Черкаси – 2023**

УДК 378.1:374

ББК 88.4я73

М 66

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри психології діяльності в особливих умовах Черкаського інституту пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України (протокол № 2 від 30.08.2023).

**Мохнар Л.І.**

Психологічне консультування фахівців екстремального профілю діяльності: [методичні вказівки до виконання контрольної роботи для слухачів заочної форми навчання за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти, спеціальності 053 «Психологія»] / Л.І.Мохнар – Черкаси : ЧПБ ім. Героїв Чорнобиля НУЦЗ України, 2023. – 13 с.

У методичних вказівках викладені навчально-методичні матеріали, необхідні для самостійного виконання контрольної роботи з дисципліни «Психологічне консультування фахівців екстремального профілю діяльності» слухачами заочної форми навчання, першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, спеціальності 053 «Психологія».

УДК 378.1:374

ББК 88.4я73

М 66

© Мохнар Л.І.

© Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України, 2023

ВСТУП.....	4
ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СЛУХАЧА.....	4
ФОРМИ І МЕТОДИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ...	5
ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ СЛУХАЧІВ.....	5
ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ВИБОРУ ВАРІАНТУ.....	6
ТЕОРЕТИЧНІ ПИТАННЯ ДЛЯ ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ..	9
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	11
ДОДАТКИ.....	13

## **ВСТУП**

Методичні вказівки з навчальної дисципліни «Психологічне консультування фахівців екстремального профілю діяльності» адресовано слухачам заочної форми навчання першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, спеціальності 053 «Психологія».

Представлений посібник складається з п'яти розділів, списку рекомендованої літератури та додатків. У посібнику викладено матеріали, необхідні для самостійного виконання контрольної роботи з дисципліни «Психологічне консультування фахівців екстремального профілю діяльності», подано інформацію щодо організаційно-методичного забезпечення самостійної роботи слухача, форм і методів поточного та підсумкового контролю, оцінювання результатів засвоєння знань слухачів, вимоги до оформлення контрольної роботи та вибору варіанту, теоретичні питання для виконання контрольної роботи. У необхідному об'ємі вказано базову та допоміжну літературу.

Завдання, що становлять зміст контрольної роботи слухача, охоплюють усю теоретичну структуру курсу дисципліни, і сформульовані так, що повною мірою дають змогу перевірити, як слухачі засвоїли знання щодо особливостей психологічного консультування.

Кожен варіант контрольної роботи містить два питання. Усі варіанти рівнозначні за своєю складністю і потребують застосування широкого діапазону знань, спрямовані не на просте відтворення окремих аспектів тієї чи іншої проблеми, а вимагають активізації творчої мисленевої діяльності слухачів.

## **ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СЛУХАЧА**

Самостійна робота слухача, відповідно до Державних стандартів освіти, повинна становити не менш як 50% часу, передбаченого для виконання основної освітньої програми з урахуванням рекомендацій Міністерства освіти і науки України щодо кількості годин аудиторних занять на тиждень.

Головною метою самостійної роботи слухача є формування його пізнавальної активності, засвоєння ним основних умінь та навичок роботи з

навчальними матеріалами, поглиблення та розширення вже набутих знань, підвищення рівня організованості.

Основними завданнями самостійної роботи слухача є засвоєння в повному обсязі основної освітньої програми та послідовне вироблення навичок ефективної самостійної професійної (практичної й науково-теоретичної) діяльності на рівні встановлених стандартів.

Зміст самостійної роботи слухача визначається навчальною програмою вивчення дисципліни, завданнями та рекомендаціями викладача.

Обсяги самостійної роботи окремого слухача можуть значно виходити за межі навчальної програми, якщо це зацікавило його і у нього виникло бажання (потреба) у поглибленні та розширенні знань з даної навчальної дисципліни.

Самостійна робота слухачів охоплює: підготовку до аудиторних занять; виконання завдань з навчальної дисципліни протягом семестру; самостійну роботу; підготовку до всіх видів контрольних випробувань тощо.

Самостійному вивченню слухачами курсу чи окремих його тем передують оглядові лекції, на яких розглядаються завдання та послідовність вивчення курсу, найбільш важливі та проблематичні аспекти дисципліни, особливості їхнього вирішення у сучасних умовах глобалізації освітньої діяльності.

## **ФОРМИ І МЕТОДИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ**

Під час проведення семінарських занять перевіряється засвоєння матеріалу, викладеного в лекції та індивідуальна робота слухачів під час самопідготовки. До контрольних заходів входять поточний і підсумковий контроль.

Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських занять і має на меті перевірку рівня підготовленості слухача до виконання конкретної роботи. Форма проведення поточного контролю під час навчальних занять і система оцінювання рівня знань визначаються кафедрою.

Підсумковий контроль проводиться з метою перевірки рівня засвоєння слухачами тем, передбачених програмою дисципліни «Психологічне консультування фахівців екстремального профілю діяльності». Форма підсумкового контролю – залік.

## **ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ СЛУХАЧІВ**

Оцінювання результатів засвоєння знань слухачів здійснюється у такий спосіб і за такими критеріями: усне опитування; результати самостійної роботи (контрольна робота); результати заліку.

Шкала оцінювання знань наведена в таблиці 1.

*Таблиця 1.*

### **Шкала оцінювання знань: національна та ECTS**

100-бальна шкала	Шкала ЄКТС	4-бальна шкала
90–100	A	відмінно
80–89	B	добре
65–79	C	
55–64	D	задовільно
50–54	E	
35–49	FX	незадовільно

### **ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ВИБОРУ ВАРІАНТУ**

Контрольна робота є самостійним видом роботи слухача, передбаченим навчальним планом вивчення курсу «Психологічне консультування фахівців екстремального профілю діяльності».

Контрольну роботу оформляють на аркушах формату А4 (210 × 297мм), виконують машинним (за допомогою комп'ютерної техніки) способом на одному боці аркуша білого паперу.

При машинописному виконанні контрольну роботу друкують через півтора інтервали, з розрахунку не більш 30 рядків на сторінці за умов рівномірного її заповнення та висотою літер і цифр не менш, ніж 1,8 мм. (кегель 14).

Текст слід друкувати, витримуючи параметри сторінок: верхній, нижній береги – 20 мм, лівий – 30 мм, правий – 15 мм. Під час виконання роботи необхідно дотримуватися рівномірної щільності, контрастності й чіткості тексту.

Помилки, описки та графічні неточності допускається виправляти підчищенням або зафарбуванням білою фарбою і нанесенням на тому ж місці або між рядками виправленого зображення машинописним способом або від руки. Виправлене повинно бути такого ж кольору, як і основний текст.

Перед виконанням контрольної роботи необхідно ознайомитись з методичними вказівками, питаннями, передивитися записи, зроблені на лекціях.

На обкладинці необхідно вказати назву навчального закладу, факультету, предмету, що вивчається, шифр, прізвище, ім'я та по батькові слухача (Додаток А).

Під час виконання роботи необхідно спочатку записати питання, а потім дати на нього відповідь. Відповіді повинні бути конкретними, написані державною мовою, акуратно оформлені.

У тексті контрольної роботи обов'язкове посилання на літературні джерела, перелік яких наводиться у списку використаної літератури. У список літератури вносяться праці, з яких запозичуються цитати, думки, статистичні дані, на які робиться посилання.

Бібліографічні посилання – це сукупність відомостей про літературне джерело, що використовується в тексті контрольної роботи. Джерела в списку літератури потрібно розташовувати згідно порядку посилань в тексті роботи чи алфавітному порядку. Посилання в тексті на джерела слід зазначати у квадратних дужках, порядковий номер джерела визначається згідно із списком літератури.

У кінці роботи необхідно вказати перелік використаної літератури, поставити дату і підпис. Виконана робота прикріплюється в гул клас відповідної дисципліни на перевірку в строк, який вказаний у графіку виконання контрольних робіт.

Оцінюється робота з урахуванням глибини викладення матеріалу, самостійності виконання та вміння використовувати теоретичні знання на практиці.

Рівень знань слухачів дисципліни за підсумками виконання контрольних робіт оцінюється з огляду на наступні критерії:

1. Повнота та правильність виконання завдання – основний критерій.
2. Здатність слухача диференціювати, інтегрувати та уніфікувати знання.

Контрольна робота з дисципліни «Психологічне консультування фахівців екстремального профілю діяльності» складається з двох теоретичних питань.

Обов'язковими вимогами до теоретичних завдань є: повна відповідь на питання; посилання на літературні джерела та їхній список.

Контрольна робота оцінюється: «зарахована», «не зарахована». У разі незарахування контрольної роботи вказуються причини цього. Контрольна робота може бути незарахована у випадках:

- виконано не той варіант контрольної роботи;

– теоретичне завдання виконане з порушенням вимог до нього, в т.ч. стосовно обсягу;

– не виконано або не вірно виконано одне із завдань.

Отримавши незараховану контрольну роботу, слухач зобов'язаний уважно ознайомитися із зауваженнями і внести в роботу відповідні зміни та доповнення, усунути вказані недоліки. На обкладинці допрацьованої роботи необхідно вказати «Повторно» і направити її у відділення заочного навчання.

Слухачі, які несвоєчасно направили контрольну роботу без поважних причин, на екзаменаційну сесію не викликаються.

### Вибір варіанту

Варіант контрольної роботи визначається за двома останніми цифрами залікової книжки слухача, у відповідності з таблицею 2. Наприклад, номер залікової книжки 10045. Отже, варіант контрольної роботи – 45. За таблицею 2 визначаємо номери питань вказаного варіанту – 9, 19.

Таблиця 2

Таблиця вибору завдань

		Остання цифра шифру залікової книжки									
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Передостання цифра шифру залікової книжки	0	1, 50	2, 49	3, 48	4, 47	5, 46	6, 45	7, 44	8, 43	9, 42	10, 41
	1	10, 40	1, 39	2, 38	3, 37	4, 36	5, 35	6, 34	7, 33	8, 32	9, 31
	2	2, 30	3, 29	4, 28	5, 27	6, 26	7, 25	8, 24	9, 23	10, 22	1, 21
	3	3, 20	4, 19	5, 18	6, 17	7, 16	8, 15	9, 22	10, 13	1, 25	2, 11
	4	4, 23	5, 34	6, 39	7, 28	8, 49	9, 19	10, 14	1, 31	2, 12	3, 47
	5	5, 33	6, 17	7, 26	8, 14	9, 15	10, 27	1, 41	2, 43	3, 19	4, 15
	6	6, 11	7, 12	8, 13	9, 16	10, 31	1, 16	2, 17	3, 18	4, 30	5, 20
	7	7, 21	8, 22	9, 23	10, 24	1, 25	2, 26	3, 27	4, 45	5, 29	6, 30
	8	8, 31	9, 32	10, 33	1, 34	2, 35	3, 36	4, 37	5, 38	6, 39	7, 40
	9	9, 41	10, 42	1, 43	2, 44	3, 45	4, 46	5, 47	6, 48	7, 49	8, 50

## ТЕОРЕТИЧНІ ПИТАННЯ ДЛЯ ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

1. Консультування як вид психологічної допомоги.



2. Мета, завдання, принципи, види і проблематика психологічного консультування.
3. Принципи психологічного консультування.
4. Проблематика психоконсультативної допомоги.
5. Види психологічного консультування.
6. Особистість консультанта як основна складова процесу консультування.
7. Вимоги до консультанта; ціннісні орієнтації консультанта.
8. Вплив перенесення і контрперенесення у консультуванні.
9. Професійна підготовка консультанта.
10. Комунікативні техніки; професійний етикет консультанта.
11. Вербальна і невербальна поведінка консультанта.
12. Засоби впливу консультанта.
13. Організація процесу психоконсультування.
14. Структура процесу психоконсультування.
15. Психоконсультативна бесіда; (місце консультування; етичні особливості поведінки психолога під час консультування; час бесіди; часові межі консультування; технологія ведення бесіди; вимоги до організації і проведення психоконсультативної бесіди; особливості контакту консультанта із клієнтом під час бесіди).
16. Інтерв'ю у психологічному консультуванні.
17. Типи людей, що звертаються по психологічну допомогу.
18. Особливості соціальних функцій консультанта.
19. Особливості психологічного впливу в процесі консультування.
20. Опишіть дистантні форми психологічного консультування фахівців екстремальних професій.
21. Розкрийте особливості профілактики професійних деформацій психологів-консультантів екстремального напрямку.
22. Обґрунтуйте основні технології психологічного консультування представників ризиконебезпечних професій.
23. Проаналізуйте особливості консультування фахівців з проблемами професійного розвитку.
24. Зробіть опис зрушень у комунікативній сфері фахівців екстремального профілю після психологічного консультування.
25. Представте аналіз динаміки психічних станів, пов'язаних з наявністю екзистенційних проблем та особистісних криз фахівців екстремального профілю у результаті психологічного консультування.
26. Здійсніть оцінку ефективності психологічного консультування фахівців екстремального профілю діяльності, які мають проблеми професійного розвитку.
27. У чому полягає вплив психологічного консультування на когнітивні процеси та самоактуалізацію фахівців екстремального профілю

діяльності.

28. Розкрийте основні технології психологічного консультування представників ризиконебезпечних професій.

29. Якими є особливості консультування фахівців з міжособистісними проблемами.

30. У чому полягають особливості консультування фахівців з екзистенційно-особистісними проблемами.

31. Укажіть особливості консультування фахівців з проблемами професійного розвитку.

32. Розкрийте теоретичні та методологічні підходи до оцінки ефективності психологічного консультування в сучасній науці.

33. Поясніть, у чому проявляються зрушення у комунікативній сфері фахівців екстремального профілю після психологічного консультування.

34. Динаміка психічних станів, пов'язаних з наявністю екзистенційних проблем та особистісних криз, фахівців екстремального профілю у результаті психологічного консультування.

35. Як можна здійснити оцінку ефективності психологічного консультування фахівців, які мають проблеми професійного розвитку.

36. Охарактеризуйте вплив психологічного консультування на когнітивні процеси та самоактуалізацію фахівців екстремального профілю.

37. Проведіть психологічний аналіз невербальної поведінки консультанта.

38. Розкрийте основні правила поведінки консультанта під час роботи з фахівцями екстремального профілю діяльності.

39. У чому полягають психологічні детермінанти переносу та контрпереносу у процесі психологічного консультування.

40. Які ви знаєте фактори екстремальності діяльності, що сприяють виникненню психологічних проблем особистості.

41. Розкрийте особливості організації психологічного консультування спеціалістів екстремальних професій.

42. Що таке наративізація життєвого досвіду фахівців екстремального профілю діяльності у процесі психологічного консультування?

43. Які вам відомі дистантні форми психологічного консультування фахівців екстремальних професій.

44. Які вимоги висуваються до особистості ефективного консультанта.

45. У чому полягають особливості професійної підготовки психологів до консультування фахівців екстремального профілю діяльності.

46. Розкрийте особливості супервізії психологів-консультантів екстремального напрямку.

47. Охарактеризуйте особливості профілактики професійних деформацій психологів-консультантів екстремального напрямку.

48. Розкрийте особливості консультування з проблем самопочуття і стану здоров'я рятувальників.

49. Як використовується тестування у практиці психологічного консультування фахівців екстремального профілю діяльності.

50. Здійсніть оцінку ефективності результатів психологічного консультування.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

### Базова література

1. Алімов О.Ф. Психологічне консультування в екстремальних та кризових умовах. Навч. посібник. – Харків.: НУЦЗУ, 2008. – 122 с.

2. Васьківська С. В. Основи психологічного консультування: підручник / С.В.Васьківська – ВПЦ "Київський університет". – К. – 2008.

3. Міняйло В. Ю. «Введення в психологічне консультування» – М.:Сенс. – 2008.

4. Освітньо-професійна програма «Екстремальна та кризова психологія» підготовки здобувачів вищої освіти на першому (бакалаврському) рівні за спеціальністю 053 «Психологія» галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки». – Черкаси: ЧПБ ім. Героїв Чорнобиля НУЦЗ України, 2023.

5. Психолого-корекційний практикум травм війни : навчальний посібник / Іван Сулятицький, Катерина Островська, василь Осьодло та інші. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2019. – 396 с.

6. Сучасні форми та методи роботи психолога в кабінеті психологічного розвантаження персоналу ДСНС України: монографія / М.А. кришталь, М.В. фомич, Л.І. Мохнар, О.М. Дячкова, Т.В. Чередниченко. Черкаси: видавець Вовчок О.Ю., 2023. 198 с.

7. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. – К.: МАУП, 2004. – 152 с.

8. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. – К.: "Професіонал". – 2005.

### Допоміжна

1. Основи психолого-управлінського консультування: Навч. посіб. /Л. М. Карамушка, Н. Л. Коломінський, М. В. Войтович та ін.; За наук ред. Л. М. Карамушки. – К.: МАУП. – 2002.

2. Алімов О. Ф. Афанасьєва Н. Є. Психологічне консультування в екстремальних та кризових умовах: навчальний посібник. Х.: УЦЗУ, 2008. 122 с.

3. Афанасьєва Н. Є. Підходи до визначення психологічного консультування у сучасній психології // Проблеми екстремальної та кризової психології. 2014. Вип. 16. С. 3-10.

4. Буллах І. С. Бушай І. М., Кузьменко В. У., Помиткін Е. О., Алексєєва Ю. А. Консультативна психологія: підручник. Вінниця: Нілан, 2014. 484 с.

5. Євдокимова Н.О., Опанасенко Л.А, Іванцова Н.Б. Психологічні основи професійного консультування: навчальний посібник. Миколаїв: Іліон, 2015. 384 с.

6. Коваль М.С. Дії підрозділів ДСНС України в умовах розвитку воєнного стану. Навчальний посібник. – Львів : ЛУБЖД, 2023. 308 с.

7. Максимова Н. Ю. Сімейне консультування: навчальний посібник. К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.

8. Психологічне консультування: теорія та практика: навч.-метод. посібник / В. Г. Панок, І. М. Зварич, Я. В. Чаплак, О. М. Чернописький. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2011. 272.

9. Приходько Ю.О. Практична психологія: введення у професію: навч. посібник. К.: Каравела, 2017. 248 с.

10. Психологічне консультування: теорія та практика: навч.-метод. посіб. / за заг. ред. І. М. Зварича, В. Г. Панка, В. М. Радчук. Чернівці: Рута, 2014. 272 с.

### **Інформаційні ресурси**

1. Хомич Г. О., Ткач Р. М. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. – К.: МАУП, 2004. – 152 с. Інформаційний ресурс: [https://lkkeip.at.ua/ld/1/146\\_up\\_31.pdf](https://lkkeip.at.ua/ld/1/146_up_31.pdf)

2. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. – К.: "Професіонал". – 2005. Інформаційний ресурс: [https://shron1.chtyvo.org.ua/Tymbaliuk\\_Ivan/Psykholohichne\\_konsultuvannia\\_ta\\_korektsiia\\_Modulno-reitynhovyi\\_kurs.pdf](https://shron1.chtyvo.org.ua/Tymbaliuk_Ivan/Psykholohichne_konsultuvannia_ta_korektsiia_Modulno-reitynhovyi_kurs.pdf)

## ДОДАТКИ

Додаток А

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ  
ЧЕРКАСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ ІМЕНІ ГЕРОЇВ ЧОРНОБИЛЯ  
ВІДДІЛЕННЯ ЗАОЧНОГО НАВЧАННЯ

### КОНТРОЛЬНА РОБОТА

з навчальної дисципліни

**Психологічне консультування фахівців екстремального профілю  
діяльності**  
(назва дисципліни)

Студента (ки) \_\_\_-го курсу (т.н. 4 роки 9 міс.)  
\_\_\_ групи ОР «бакалавр»

Спеціальності 053 «Психологія»  
Іваненка І.І.  
Шифр 879

м. Черкаси – 2023 рік

## **Навчальне видання**

Мохнар Людмила Іванівна

### **Психологічне консультування**

Методичні вказівки до виконання контрольної роботи  
для слухачів заочної форми навчання за першим  
(бакалаврським) рівнем вищої освіти  
спеціальності 053 «Психологія»

Підписано до друку 30.08.2023. Формат 60x90 1/16.  
Папір Technіk соріг. Друк ризограф. Ум. друк. арк. 3,6.  
Тираж 100 прим. Замовлення № 234.  
Друкарня Черкаського інституту пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля  
Національного університету цивільного захисту України.  
18034, м. Черкаси, вул. Онопрієнка, 8.