

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ**

**Харківський національний університет внутрішніх справ**

**Факультет № 3**

**Кафедра педагогіки та психології**

**МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ  
ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

з навчальної дисципліни

**«Психологічне консультування в мультикультуральному суспільстві»**  
обов'язкових компонент другого (магістерського)  
рівня вищої освіти, галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»,  
спеціальність 053 «Психологія»

**Харків 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 30.08.2023 № 7

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою факультету № 3  
Протокол від 29.08.2023 № 8

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією науково-методичної ради  
з гуманітарних та соціально-  
економічних дисциплін ХНУВС  
Протокол від 29.08.2023 № 7

Розглянуто на засіданні кафедри педагогіки та психології  
(Протокол від 29.08.2023 № 13)

**Розробники:**

Професор кафедри педагогіки та психології факультету № 3 ХНУВС,  
доктор психологічних наук, професор – Мілорадова Н.Е.

**Рецензенти:**

1. Доцент кафедри педагогіки та психології управління соціальними системами ім. акад. І.А. Зязюна Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут», кандидат психологічних наук, доцент – Богдан Ж.Б.

2. Доцент кафедри педагогіки та психології факультету № 3 ХНУВС, кандидат психологічних наук, доцент – Доценко В.В.

### 1. Розподіл часу навчальної дисципліни за темами

Номер та назва навчальної теми	Кількість годин, відведених на вивчення навчальної дисципліни						Вид контролю
	Всього	з них:					
		лекції	Семінарські заняття	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	
Семестр № 2							
Тема №1. Мультикультуральний підхід у психологічному консультуванні.	20	2		4		14	екзамен
Тема № 2. Основні тенденції в сучасній практиці психологічного консультування.	18	2		2		14	
Тема № 3. Культуродоцільні методи консультативної роботи	18	2		4		14	
Тема № 4. Особливості консультування при роботі з окремими категоріями клієнтів	18	4		8		18	
Всього:	90	10		20	-	60	

## 2. Методичні вказівки до практичних занять

**Тема № 1. «Мультікультуральний підхід у психологічному консультуванні».**

**Практичне заняття №1 «Мультікультуральний підхід у психологічному консультуванні».**

**Навчальна мета заняття:** визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про теоретичні мультікультурального підходу у психологічному консультуванні

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

**Навчальні питання:**

1. КОНСУЛЬТУВАННЯ В КУЛЬТУРНО І ЕТНІЧНО РІЗНОМАНІТНОМУ СВІТІ.
2. ВИЗНАЧЕННЯ КУЛЬТУРИ І МУЛЬТИКУЛЬТУРАЛЬНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ.
3. ПРИНЦИПИ ЕФЕКТИВНОГО КРОССКУЛЬТУРНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ.

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:** 1,2,4,5,7-12

**Допоміжна:** 3,7,11-13

### **План проведення заняття:**

**I. Порядок проведення вступу до заняття.**

**II. Порядок проведення основної частини заняття.**

Викладач пропонує розглянути моделі щодо вирішення складної проблеми, пов'язаної з культурною, етнічною, расовою та релігійною різноманітністю держав, що становлять абсолютну більшість у світі: лише 10% країн можуть розглядатися як культурно однорідні, монокультурні.

Соціокультурна, етнічна та інша неоднорідність суспільства нерідко породжує різного роду напруженості та конфлікти, які руйнують соціальну єдність суспільства та загрожують самому його існуванню. Тому всі суспільства завжди прагнули та шукали шляхи, способи та моделі максимальної однорідності.

**Першою** такою моделлю є **асиміляція**. Вона передбачає повне чи близьке до того поглинання меншин у ширшій, домінуючій культурної та етнічної спільності. Найбільш яскравим прикладом у цьому плані може бути Франція, яка донедавна виступала практично єдиною серед великих європейських країн як громадянська монокультурна нація, як справжня держава-нація.

**Друга** модель заснована на **інтеграції**, що передбачає збереження кожної етнокультурної спільності своєї ідентичності. Водночас вона спирається на суворий поділ між суспільно-політичною та приватною сферами. Перша сфера лежить на принципі безумовної рівності між усіма членами суспільства як громадянами, друга охоплює культурні, етнічні, релігійні та інші виміри, вважаючи їх приватною справою окремої людини. Слід зазначити, що у цьому випадку, зазвичай, проводиться політика, спрямовану стирання культурних, етнічних і мовних відмінностей, хоча робиться це завжди відкрито. Другі

моделі держави, що дотримуються, називаються етнічними націями. Їхнім прикладом може бути Німеччина.

**Третю** модель, **мультикультуралізм**, певною мірою можна визначити як спробу подолання попередніх, якийсь третій шлях вирішення культурного та національного питання. Його виникнення в Канаді та США було не випадковим.

Незважаючи на те, що *культуродоцільний підхід у психологічному консультуванні* має досить нетривалу історію, ця традиція досить чітко простежується в інших наукових галузях, предметом вивчення яких є людина і людське суспільство.

В осмисленні феномену культури та її ролі в психічному розвитку індивіда наука пройшла складний шлях і, незважаючи на розрізненість підходів і масштабність міждисциплінарного охоплення проблеми, основний посиленний полягав:

- по-перше, в ідеї культурної неоднорідності населення світу, що тягне за собою часом суттєві розбіжності не тільки в традиціях і в побуті, а й у системі ціннісних орієнтацій, переконаннях, віруваннях і т. д.;
- по-друге, в ідеї детермінованості особливостей вищої нервової діяльності індивіда культурною системою. Зазначене зумовлює необхідність врахування культурної змінної при поясненні психологічних явищ і закономірностей.

Детальний аналіз літератури дозволяє виокремити такі підстави проблематики, що посіла одне з чільних місць у сучасних психологічних дослідженнях.

По-перше, це глобальні зміни, що мали місце у XX столітті, центральними з яких є змішування й проживання на одній території різних етнічних груп, а, отже, і носіїв різних менталітетів.

По-друге, це невідрефлексованість більшістю психологів власної застосовуваної методології, орієнтація на “культурно-незалежні” консультативні методи і техніки, що базуються на декларованих універсалістських цінностях і тотожності розуміння людської природи.

Варто зазначити, однак, що під виглядом універсальної виступає, як правило, вестернізована консультативна модель, що містить у собі спектр методів і технік, заснованих на концепції індивідуалізму і, власне, переважно протестантській етиці. Інакше кажучи, просування культуродоцільного підходу в не-західних країнах є своєрідною захисною реакцією на культуртрегерську експансію Заходу.

В цілому ж, простежуючи еволюцію культуродоцільного підходу у практиці надання психологічної допомоги можна виокремити 4 стадії (за Л. Комас-Діаз):

1. Реактивна, що мала на меті підтримку і захист пригнічених популяцій (національних меншин, вихідців з колонізованих країн та ін.).
2. Дослідницька, що ґрунтується на клінічних і аналогових дослідженнях відносно того, яку реальну користь можуть отримувати від психологічної допомоги представники різних етнічних груп і національностей.

3. Ревізіоністська (сучасна), де сфера досліджень виходить за рамки вивчення питання ефективності і зосереджується на вивченні процесуальних змінних консультативного процесу (расової, етнічної, гендерної і т.д. приналежності).

4. Інтегративна позиція, яка має на меті всестороннє вивчення повсякденної реальності індивідів, що належать до різних етнокультурних груп. Особливий акцент робиться на багаторівневих інтеракціях між расами, етносами, представниками різних віросповідань, світоглядних систем і т.д.

2. *Стосовно другого питання*, викладач звертає увагу на те що, ефективність консультування залежить від багатьох факторів, і одним з найважливіших серед них є здатність консультантів і клієнтів до взаєморозуміння і встановленню відносин.

Контакт, як правило, легше встановлювати, якщо клієнт і консультант близькі по культурної приналежності.

**Культура** - це «будь-яка група людей, які ідентифікують або асоціюють себе один з одним на базі деяких загальних цілей, потреб або спільності походження» (Axelson, 1985).

Існує кілька ознак, за якими визначається поняття «Культура». В їх число входять:

- етнографічні змінні, такі як етнічна приналежність, національність, віросповідання і мову;
- демографічні змінні: вік, стать, місце проживання і т. д. ;
- змінні, що стосуються статусу: соціальне, економічне становище, освіту, а також великий ряд формальних та неформальних ознак.

**Культура, як соціальна спадщина** (англ. “social heritage”) – сукупність форм поведінки, що засвоюються членами суспільства в процесі навчання. Даний підхід до розуміння культури є чи не найдавнішим. У даному випадку культура розглядається як набір вивчених поведінкових паттернів і знань, що передаються й набуваються членами певної соціокультурної групи.

**Культура як система соціальних обмежень** – факторів, що накладають табу на певні прояви поведінкового репертуару, тим самим формуючи власний стиль поведінки соціокультурної групи. У даному випадку культура розглядається як суто зовнішній фактор що впливає на поведінку і вираження внутрішнього стану індивідів, а не в якості фактичного компонента психічного функціонування.

**Культура як відображення духовного життя суспільства.** Тут заслуговує бути відзначеним неабиякий внесок вітчизняних мислителів. Так, вбачаючи істинну основу соціуму в релігії, російський філософ С.М. Булгаков писав: “Культура є засіб для духу”. Цей “дух” мислитель трактував виходячи з антитези теїзму і пантеїзму, де перший знаходить своє відображення в християнстві, а другий – в релігії антихристиянства. Обидві ці потенції прагнуть до опредметнення і об’єктивації в рамках того чи іншого соціуму.

**Згідно з дослідженнями, найбільш ефективна терапія має місце тоді, коли клієнт і консультант мають подібний життєвий досвід, але різне сприйняття.**

Відмінності неминучі в будь-якому консультуванні. У різних людей різні здатності і можливості.

Проблема виникає тоді, коли ви відмовляєтеся міняти ваші початкові судження, керуєтеся вашими упередженнями і не намагаєтеся прийняти людину як індивідуальність, що не приписуючи його до якої-небудь групи.

Одним з варіантів систематичного обліку різноманіття культуральних впливів в консультуванні є Адресна (ADRESSING) модель (Hayes, 1996). Букви в назві моделі розшифровуються таким чином: «Age - Вплив віку і покоління; Disability - обмежені фізичні можливості, інвалідність; Religion - релігія; Ethnicity - етнічна приналежність (можливо, включаючи расу); Social - соціальний статус; Sexual - сексуальна орієнтація; Indigenous- традиції роду; National- національне походження; Gender- пол (гендер) ». Ця модель є транскультурного-специфічної, тобто «надає великого значення знання культурної специфіки кожної з груп», але в той же час враховує широке коло чинників, властивих багатьом культурам.

Таблиця 1

Адресна модель: дев'ять культуральних чинників, відповідні меншини та форми утиски

культуральні чинники	меншини	форми утиски
Вік і приналежність до покоління	Люди похилого віку	Дискримінація літніх (ейджизм)
інвалідність	інваліди	а
релігія	релігійні меншини	б
Етнічна / расова приналежність	етнічні меншини	расизм
Соціальний статус	Люди з низьким статусом	Класизм (класова дискримінація)
сексуальна орієнтація	сексуальні меншини	гетеросексизм
Національні традиції (indigenous heritage)	Аборигени (корінні жителі)	расизм
національне походження	Біженці, іммігранти, іноземні студенти	Расизм і колоніалізм
Пол (гендер)	жінки	сексизм

Упередження і дискримінація людей з обмеженими здібностями.

Релігійна нетерпимість, в тому числі антисемітизм (наприклад, нетерпимість між євреями і мусульманами), і переслідування окремих релігійних меншин

Тому, головним завданням для консультанта буде усвідомити власні переконання, обумовлені культурою, і в той же час, вийти за межі своїх обмежень і визнати тих, хто відрізняється від нього.

**Мультикультуральність консультування - це консультування, в якому**

*між консультантом і клієнтом існують значні відмінності.* Відмінності можуть бути результатом соціалізації в унікальній культурному середовищі, впливу життєвих обставин, що вплинули на розвиток або стали причиною травми, а також виховання в особливому етнічному оточенні.

У сфері мультикультуральності консультуванні тривають суперечки про те, наскільки широко повинне визначатися саме поняття відмінностей.

З одного боку, ряд дослідників відстоюють так званий *етичний підхід*, який стверджує наявність у консультуванні універсальних якостей, загальних для всіх культур.

Протилежний - *емічний підхід* - стверджує, що стратегії консультування повинні розроблятися з урахуванням культурної специфіки.

Етичний підхід можна критикувати за ігнорування важливих міжкультурних відмінностей, емічний же підхід може піддаватися критиці за перебільшена увага до специфіки застосовуваних в консультуванні методів» (Fisher, Jome & Atkinson, 1998). Деякі консультанти робили спроби відшукати загальні елементи цих двох підходів. Наприклад, Фішер і співавтори (Fisher Jome & Atkinson, 1998) виділили чотири умови, загальні для будь-якого підходу в консультуванні:

- «встановлення терапевтичних відносин,
- наявність спільних поглядів на світ у клієнта і консультанта,
- віра клієнта в позитивні зміни
- взаємна віра консультанта і клієнта в терапевтичну силу втручання.

*Мультикультуральність консультування - це загальна теорія, заснована на визнанні "як культуроспецифічних характеристик, які відрізняють, так і загальнокультурних характеристик, які об'єднують" людей.*

3. Стосовно третього запитання здобувачам необхідно звернути увагу на такі основні моменти, реалізація яких сприятиме становленню психологічного консультування на шлях культуродоцільності.

По-перше, це визнання того факту, що психологічне консультування не є культурно-незалежним чи ізольованим від соціальних, політичних, історичних і т. д. реалій.

По-друге, це розкриття соціокультурного та аксіологічного підґрунтя існуючих консультативних підходів, шляхом рефлексивного аналізу та об'єктивної, неупередженої оцінки.

По-третє, це необхідність критичного аналізу можливості застосування традиційних підходів у консультуванні "в чистому вигляді" в рамках того чи іншого соціокультурного середовища.

По-четверте, це адаптація існуючих підходів психологічної допомоги до культурного контексту соціокультурної спільноти, в рамках якої вони застосовуються, або ж розробка нових методів і підходів, підпорядкованих принципу культуродоцільності.

Загалом можна виділити три аспекти взаємовідносин консультанта з клієнтами, в яких проявляється вплив приналежності до тієї чи іншої етнокультурної спільноти:



- **концептуальний аспект**, особливості взаєморозуміння, його процесуальних та змістовних стереотипів, а також психотерапевтичні міфи – подання клієнта та консультанта про відкритість, чесність, вмотивованість та спрямованість, сензитивність один одного як представників різних етнокультурних груп,

- **поведінковий аспект**, аспект спілкування, модель спілкування та пов'язане з нею осмислення клієнтом психотерапевта як компетентного в його/її професії, вирішення тих чи інших проблем, а також осмислення психотерапевтом клієнта з погляду його готовності та здібностей дотримуватися рекомендацій та планів, вироблених у ході консультацій, спільних обговорень,

- **ціннісно-культурний аспект**, аспект світоглядних установок та ідеологій, що фіксують уявлення індивіда про те, що є найвищою метою та завданнями його життя та життя етнокультурної спільності, до якої він себе відносить, а також завданнями як суб'єкта мультикультурного консультування. до основних принципів КРОССКУЛЬТУРНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ВІДНЕСЕНО:

1. КОНСУЛЬТАНТИ ПОВИННІ ВИЗНАВАТИ, ЩО ЦІННОСТІ, ЯКІ Є ЗНАЧУЩИМИ ДЛЯ ПРЕДСТАВНИКІВ ІНЬШОЇ КУЛЬТУРИ, ВІДНОСЯТЬСЯ ДО ДОПУСТИМОЇ ТА БАЖАНОЇ ПОВЕДІНКИ.

2. КОНСУЛЬТАНТ ПОВИНЕН РОЗБИРАТИСЯ В ОСОБЛИВОСТЯХ РІЗНИХ ТЕОРІЙ І ТРАДИЦІЙ КОНСУЛЬТУВАННЯ, ЩО МАЮТЬ ВІДНОШЕННЯ ДО КУЛЬТУРНИХ ТА РОДОВИХ РОЗБІЖНОСТЕЙ. НЕ МАЄ МЕТОДІВ КОНСУЛЬТУВАННЯ ПОВНІСТЮ ВІЛЬНИХ ВІД ОСОБЛИВОСТЕЙ КУЛЬТУРИ.

3. КОНСУЛЬТАНТ ПОВИНЕН РОЗУМІТИ СОЦІАЛЬНО-ПОЛІТИЧНЕ СЕРЕДОВИЩЕ, ЩО ВПЛИНУЛО НА ЖИТТЯ ЙОГО ПРЕДСТАВНИКІВ. ЛЮДИНА Є ПРОДУКТОМ ТОГО СЕРЕДОВИЩА, ДЕ ВОНА НАРОДИЛАСЯ ТА ЖИВЕ.

4. КОНСУЛЬТАНТ ПОВИНЕН РОЗУМІТИ ТОЧКУ ЗОРУ СВОЇХ КЛІЄНТІВ І НЕ СУМНІВАТИСЯ В ЇЇ ЛЕГІТИМНОСТІ

5. КОНСУЛЬТАНТИ ПОВИННІ ЗАЛИШАТИСЯ ЕКЛЕКТИКАМИ В ПРАКТИЦІ КОНСУЛЬТУВАННЯ. ВОНИ ПОВИННІ ВМІТИ ВИКОРИСТОВУВАТИ ШИРОКИЙ СПЕКТР ВМІНЬ, НАВИЧОК ТА МЕТОДІВ В ПРОЦЕСІ КОНСУЛЬТУВАННЯ.

### **ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.**

Викладач підводить підсумок та відзначає, що одним із понять, що підсумовують вплив етнокультурних факторів на психотерапевтичні відносини – поняття психологічної культури суспільства як сукупності наявних у суб'єкта як представника даного етносу уявлень про власну психіку та про психіку взагалі, про психічні особливості свого етносу та людей тієї чи іншої етнічної субкультури і в тій чи іншій мірі близького оточення, використовувані форми та навички корекції та розвитку психіки, особливості функціонування та розвитку психологічної допомоги, основних напрямів її розвитку в етносі.

**Практичне заняття №2 «Мультикультуральний підхід у психологічному консультуванні».**

**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень

сформованості уявлень про особливості психологічного консультування в соціокультурному контексті.

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

**Навчальні питання:**

1. Труднощі мультикультурального консультування.
2. Проблеми мільтікультурального консультування.
3. Умови надання продуктивної допомоги клієнтам.

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:** 1-12

**Допоміжна:** 1-3,5,8-13

**План проведення заняття:**

**I. Порядок проведення вступу до заняття.**

**II. Порядок проведення основної частини заняття.**

Викладач пропонує проведення бліцопитування здобувачів.

*Тривалість – 10 хвилин.*

*Перелік запитань для бліцопитування:*

1. С чим пов'язані можливості та обмеження мультикультурного консультування?
2. В чому полягають методологічні слабкості мультикультурального консультування?
3. В чому сутність основних проблем мільтікультурального консультування?

Після опитування викладач об'єднує здобувачів в 4 групи та пропонує їм скласти тематичний кросворд.

*Час виконання – 15 хв.*

Після виконання кожна група презентує свої напрацювання. Час презентації 5 хвилин на групу.

Після повторення матеріалу зазначеної теми викладач пропонує здобувачам написати есе на тему:

*«Для того щоб надавати психологічну консультативну допомогу в міжкультуральному просторі необхідно.....»*

*Час виконання 10 хвилин.*

Після написання есе, здобувачі здають їх викладачеві на перевірку.

**III. Порядок проведення заключної частини заняття.**

Викладач підводить підсумок та відзначає, що одним із понять, що підсумовують вплив етнокультурних факторів на психотерапевтичні відносини – поняття психологічної культури суспільства як сукупності наявних у суб'єкта як представника даного етносу уявлень про власну психіку та про психіку взагалі, про психічні особливості свого етносу та людей тієї чи іншої етнічної субкультури і в тій чи іншій мірі близького оточення, використовувані форми та навички корекції та розвитку психіки, особливості функціонування та розвитку психологічної допомоги, основних напрямів її розвитку в етносі.

## **ТЕМА № 2. Основні тенденції в сучасній практиці психологічного консультування.**

### **Практичне заняття №1: Основні тенденції в сучасній практиці психологічного консультування.**

**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про основні тенденції в сучасній практиці психологічного.

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

#### **Навчальні питання:**

1. Індигенізація і універсалізація як головні тенденції в сучасній практиці психологічного консультування.
2. Релігійні та філософські підстави індигенізації.

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:** 1,2,4,5,7-12

**Допоміжна:** 3,7,11-13

#### **План проведення заняття:**

##### **I. Порядок проведення вступу до заняття.**

##### **II. Порядок проведення основної частини заняття.**

1. Стосовно першого питання, слід відзначити, що існує щонайменше 2 підходи у мультикультурному консультуванні.

Викладач об'єднує здобувачів в дві групи та пропонує проаналізувати особливості кожного з зазначених підходів:

- *універсальний, чи транскультурний підхід*
- *фокусований підхід.*

Після роботи в групах (10 хв.), здобувачі представляють свої напрацювання (10 хв.)

Для підготовки доцільно орієнтуватися на лекційний матеріал, а саме:

*Перший представлений універсальним, чи транскультурним підходом, що базується на припущенні, що базові людські відмінності важливі, незалежно від культури (М.А. Фукуяма). Цей підхід досліджує подібність у досвіді людей і пропонує транскультурну модель для навчання ефективного консультанта, що включає:*

- розуміння культури як цілісності, і розуміння того, як вона впливає на людину, суспільство та процес допомоги іншій людині;
- визначення культури у сенсі охоплення статі, сексуальної орієнтації, віку, етнічності і раси;
- надання інформації про всі форми утисків, що включають расизм, сексизм, гомофобію;
- вивчення значимості статевих ролей;
- допомога у розвитку індивідуальної ідентичності людини як представника культури;

- допомога у розумінні своїх поглядів на світ і того, як вони співвідносяться з сім'єю та культурним походженням;

- розвиток лояльності та гордості за свою культуру та сімейні зв'язки.

Надмірне акцентування розбіжностей, що відділяє одну культурну групу від іншої, може привести до формуванню стереотипів.

*Другий фокусований підхід* оскаржує необхідність отримання глибинних знань про особливості культур (Локк Д.К.). Цей підхід виходить з трьох основних моментів:

- здатність консультанта досліджувати власні расові уявлення та позиції та визначати, як вони співвідносяться з культурними відмінностями між індивідами та групами;

- здатність обговорювати проблеми, що відповідають конкретній расі, на інституційному рівні;

- здатність бачити клієнта одночасно як індивідуальність і члена групи.

Мультикультурний підхід у психологічному консультуванні знаходить своє продовження в концепції індигенізації, що, в широкому сенсі, являється результатом росту культурної самосвідомості, а відтак передбачає відстоювання етнокультурними групами власної ідентичності.

2. Готуючись до відповіді на друге запитання доцільно звернути увагу на те що, у роботах з історії психологічного консультування і психотерапії зазначається, що їхнє виникнення у 1950-х роках ХХ століття в США пов'язане з руйнуванням традиційних християнських і навіть реформаторських цінностей і поширенням нових – далеких від релігії.

Викладач організовує групову дискусію стосовно релігійні та філософських підстав індигенізації, пропонуючи відповісти на запитання:

- В чому полягають релігійні підстави індигенізації?

- В чому сутність філософських підстав індигенізації?

У дискусії викладач пропонує орієнтуватися на лекційний матеріал. Релігійні та філософські приписи, які виступають моральними орієнтирами, а відтак і ресурсами для зцілення в процесі психологічного консультування та психотерапії містяться, головним чином, у священних текстах:

*Танах (Старий Завіт) і Талмуд – в іудаїзмі;*

*Біблія – у християнстві;*

*Коран – в ісламі;*

*Веди – в індуїзмі;*

*Тріпітака – в буддизмі;*

*Лунь Юй і І-Цзин – в конфуціанстві і т.д.*

Слід зазначити, що, незважаючи на претензію на абсолютну істинність, їхній зміст часом суттєво розходиться. Наукова література з зазначеного питання пропонує нам чіткі ілюстрації використання релігійних переконань у якості копінг-ресурсів.

Однією з основоположних детермінант, які забезпечують формування ціннісно-смиислового поля тієї чи іншої соціокультурної спільності, є саме релігія. Явно чи не явно, релігійні переконання служать потужним копінг-ресурсом, який може служити опорою в процесі надання психологічної

допомоги. Саме вони допомагають впоратися з важкими життєвими ситуаціями, знаходити сенс в ситуаціях, які складно аналізувати з позицій раціоналізму, приймати на себе відповідальність, або ж навпаки, атрибутувати її вищим силам, служити захисним механізмом від депресивних почуттів, відчаю тощо.

Очевидно тому, що підходи до розуміння і трактування психологічних станів а, отже, і методи психологічної допомоги в рамках різних релігійних культур повинні істотно відрізнятися. Це ще раз підтверджує правомірність реалізації принципу культуродоцільності в психологічному консультуванні, який передбачає завдання пошуку культуро-конгруентних методів консультативної роботи, ментальна основа яких в максимальною мірою узгоджувалася б із соціокультурними нормами і цінностями спільноти, в рамках якої вони застосовуються.

### **III. Порядок проведення заключної частини заняття.**

**Практичне заняття №2: Основні тенденції в сучасній практиці психологічного консультування.**

**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про основні тенденції в сучасній практиці психологічного.

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

**Навчальні питання:**

1. Клінічні підстави індигенізації.
2. Культурно-специфічні розлади та синдроми.

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:** 1,2,4,5,7-12

**Допоміжна:** 3,7,11-13

#### **План проведення заняття:**

**I. Порядок проведення вступу до заняття.**

**II. Порядок проведення основної частини заняття.**

1. Стосовно першого питання, слід відзначити, що одним із ключових аспектів у вивченні питання культуродоцільності підходів у психологічному консультуванні виступає співвіднесеність етнокультурних факторів і уявлень про психічне здоров'я, яке власне і є відправною точкою в справі з надання психологічної допомоги індивіду. Культурний релятивізм в оцінці психологічної норми і патології виступає однією з підстав, що підтверджують правомірність тенденції індигенізації системи психологічного консультування. У найзагальнішому сенсі аналіз клінічних підстав індигенізації психологічної допомоги ґрунтується на припущенні, що психопатологію доцільно розглядати з двох ракурсів: як науковий клінічний напрямок, і як культурний проект.

Викладач пропонує розглянути існуючі позиції до розгляду клінічних підстав індигенізації психологічної допомоги, а саме:

- з точки зору особливостей протікання відомих психічних розладів в

умовах різного культурного фону, що передбачає варіювання симптоматики одного і того ж розладу або хвороби в залежності від соціокультурної ситуації в сукупності з усіма властивими їй атрибутами.

- виходячи з факту існування культурно-зумовлених психічних розладів, тобто таких, що розповсюджуються на представників лише окремих етнокультурних груп чи культурних традицій.

- враховуючи ставлення до певного типу девіантної поведінки в рамках тієї чи іншої культурної спільноти.

Викладач об'єднує групу у три підгрупи та пропонує кожній групі розглянути окремо надану позицію та навести аргументи «за» та «проти» її існування. Час виконання 10 хвилин. Після опрацювання завдання групи надають свої коментарі стосовно обраної позиції.

2. Розглядаючи особливості наступного питання викладач пропонує блиц-самотійну роботу, в якій необхідно прозкрити сутність 4 типів етнопсихіатричних розладів, а саме заповнити таблицю.

Типи етнопсихіатричних розладів	Приклади та особливості

Готуючись до відповіді на друге запитання доцільно звернути увагу на те що культурно-зумовлені (культурно-обмежені) синдроми являють собою форму патологічної поведінки, яка спостерігається тільки в рамках певного соціокультурного середовища. Значний обсяг наукових доказів існування психічних розладів, властивих окремим культурам, ще раз підтверджує значущість ролі культури у формуванні особливостей психічних властивостей і станів в цілому і патологічної поведінки зокрема. Так, Дж. Деверо виокремлює 4 типи етнопсихіатричних розладів: *перша група включає в себе розлади, пов'язані з соціальною структурою спільноти; друга – етнічні патології, зумовлені етнокультурними стереотипами; третя – “святі” хвороби шаманістського типу; четверта – ідеосинкратичні розлади.*

Психічні розлади виступають продуктом складної взаємодії біологічних, психологічних і культурних чинників. В класифікації психічних і поведінкових розладів (10 редакції) вказується, що культурно-специфічні розлади, такі, наприклад, як коро, амок, лата, на сучасному етапі не можуть розглядатися як самотійні. Робиться припущення, що вони виступають у якості культурально-специфічних варіантів вже відомих синдромів тривоги, депресії, соматоформних розладів чи порушення адаптації. Таким чином стає очевидним, що культура значною мірою детермінує як особливості симптоматики універсальних психічних розладів, так і вияв культурно-обмежених, які зустрічаються виключно в певних етнічних і культурних групах, проте за своєю сутністю, є специфічною маніфестацією вже відомих

синдромів.

Таким чином, можна зробити висновок, що феномен культури чинить істотний вплив на проблему оцінки психічних відхилень, який полягає в доданні своєрідного “культурного забарвлення” загальнотиповим психічним розладам. З'ясувавши сутність клінічних підстав індигенізації психологічної допомоги, слід також звернути увагу на існування інших не менш важливих факторів, серед яких соціальний, що включають в себе статус, рівень добробуту, особливості суспільного укладу та інші умови, які забезпечують існування і розвиток індивіда

### **ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.**

**Викладач підводить підсумок та відзначає, що саме культура визначає не тільки світогляд, а ментальність взагалі з усіма її особливостями, ми акцентуємо увагу на доцільності застосування саме культуродоцільних моделей психологічного консультування.**

## **Тема № 3. Культуродоцільні методи консультативної роботи**

### **Практичне заняття №1: Культуродоцільні методи консультативної роботи.**

**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про культуродоцільні методи консультативної роботи.

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

#### **Навчальні питання:**

1. Методи, що становлять основу крос-культурного консультування.
2. Культуровідповідні методи психологічного консультування:
  - методи, засновані на народних традиціях, звичаях або ритуалах;
  - методи, що ґрунтуються на використанні творчих ресурсів особистості;
  - методи, що виходять з аксіологічних засад певного соціокультурного середовища.

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:** 1, 5-8, 10-14

**Допоміжна:** 2,6-14

### **План проведення заняття:**

#### **I. Порядок проведення вступу до заняття.**

#### **ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.**

1. Стосовно першого питання, слід викладач пропонує методом мозкового штурму визначити, що таке метод та фіксує відповіді здобувачів на фліп-чарті.

Викладач пропонує по групах розглянути основні принципи психологічної допомоги, в контексті її підпорядкованості принципам культуровідповідності.

Для цього об'єднує здобувачів в 3 групи та пропонує обговорити

сутність цих принципів та навести приклади їх застосування у крос-культурному консультуванні. На роботу в групах 15 хвилин.

#### 1 група:

1. Незалежно від застосовуваного методу, консультативний процес повинен відбуватися тією мовою, якій надає перевагу клієнт. Необхідним є оперування в ході бесіди сталими виразами, концептами та метафорами, які є продуктом культури клієнта.

2. Особистість консультанта і клієнта. Необхідна максимальна відповідність за етнокультурними параметрами, для забезпечення найбільшої продуктивності консультативного альянсу.

#### 2 група

3. Акцент на врахуванні і застосуванні знань про цінності та традиції культури клієнта у випадку, якщо психолог є представником іншої культури.

4. Концептуалізація актуальних проблем клієнта відповідно до його культурного походження і впливу середовища розвитку на становлення особистості. Визначення провідних мотивів клієнта, виходячи зі знань про його культурну приналежність.

#### 3 група

5. Використання методів і процедур консультування, які найбільшою мірою відповідають його культурним особливостям.

6. Окрім етнічної приналежності, слід брати до уваги вплив соціальних, економічних і політичних реалій, які впливають на клієнта в актуальний період часу.

Після обговорення кожна група презентує напрацювання. Час на презентацію 5 хвилин.

Наступним етапом роботи є виконання практичних завдань, стосовно розробці плану надання консультативної допомоги в конкретній ситуації.

Викладач пропонує здобувачам по варіантам практичні завдання та пропонує скласти план консультативної взаємодії та проаналізувати методи, які можуть бути застосовані при надання допомоги.

#### Варіант 1.

Консультування подружжя з приводу виховання дитини. У подружжя, в якому чоловік та жінка представники різних національностей, виникають конфлікти, стосовно особливостей виховання доньки з приводу ведення хатніх справ. Чоловік – представник мусульманської культури, жінка – жителька України.

#### Варіант 2.

Консультування дівчини – громадянки України з приводу особливостей обирання шлюбу з громадянином Ізраїлю.

#### Варіант 3.

Консультування хлопця – громадянина Єгипту, з приводу виникнення конфліктних ситуацій у взаємодії зі студентами закладу вищої освіти, стосовно особливостей проживання у гуртожитку. Клієнт навчається у ЗВО України у медичному університеті.

Після виконання завдання викладач пропонує слухачів звернути увагу на



використання комунікативних технік спілкування, вербального та невербального спілкування та використання загальнонаукових методів психологічного консультування.

### **III. Порядок проведення заключної частини заняття.**

Таким чином, в рамках проблеми вивчення і розробки методів надання психологічної допомоги, на сучасному етапі розвитку психологічної думки особливої значущості набуває пошук і розробка концептуальної основи для культуродоцільного психологічного консультування або ж можливості адаптації існуючих підходів, відповідно до конкретного культурного контексту.

### **Практичне заняття №2: Культуродоцільні методи консультативної роботи.**

**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про культуродоцільні методи консультативної роботи.

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

**Навчальні питання:**

3. Методи, що становлять основу крос-культурного консультування.
4. Культуровідповідні методи психологічного консультування:
  - методи, засновані на народних традиціях, звичаях або ритуалах;
  - методи, що ґрунтуються на використанні творчих ресурсів особистості;
  - методи, що виходять з аксіологічних засад певного соціокультурного середовища.

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:** 1, 5-8, 10-14

**Допоміжна:** 2,6-14

### **План проведення заняття:**

#### **I. Порядок проведення вступу до заняття.**

#### **II. Порядок проведення основної частини заняття.**

1. Стосовно розгляду культуровідповідних методів психологічного консультування викладач пропонує по групах розглянути основні їх групи

Для цього об'єднує здобувачів в 3 групи та пропонує обговорити сутність цих методів та навести приклади їх застосування у крос-культурному консультуванні. На роботу в групах 15 хвилин.

1 група:

методи, засновані на народних традиціях, звичаях або ритуалах;

2 група

методи, що ґрунтуються на використанні творчих ресурсів особистості;

3 група

методи, що виходять з аксіологічних засад певного соціокультурного середовища.

Після обговорення кожна група презентує напрацювання. Час на

презентацію 5 хвилин.

Для підготовки для відповіді на це питання доцільно звернути увагу на наступну інформацію:

Поліаспектний аналіз наукових даних дозволив виокремити такі групи культуровідповідних методів психологічного консультування, виходячи з критерію їхнього походження:

- 1) методи, засновані на народних традиціях, звичаях або ритуалах;
- 2) методи, що ґрунтуються на використанні творчих ресурсів особистості;
- 3) методи, що виходять з аксіологічних засад певного соціокультурного середовища.

**Перша група** об'єднує в собі консультативні методи і техніки, підґрунтям яких виступають етнокультурні традиції та звичаї, а часто навіть більше – обряди і ритуали. Серед них:

- популярна в індуїзмі йога-терапія;
- заснована на положеннях дзен-буддизму моріта-терапія;
- різного роду медитативні і трансів практики;
- етнотерапія М. Гауснера і З. Кочової та ін.

**Ще одним напрямком пошуку** культуровідповідних методів психологічної допомоги виступає **апеляція до творчих ресурсів особистості**, реалізація яких в кожній культурі має свої особливості.

Так, дослідники вказують, що при музикотерапії больового синдрому соматичні хворі

- європейського походження частіше вибирають оркестрові твори,
- афроамериканці – джаз,
- вихідці з Китаю – музичні твори для арфи.

Звернення до духовно-творчих здобутків культури виразно спостерігається у східних психотерапевтичних практиках, де цілющим джерелом виступають *притчі, оповіді або сказання*. Зокрема, як вже зазначалося, використання притч і метафор є інструментом в рамках методу Позитивної психотерапії Н. Пезешкеана. Окремо, в рамках даного питання, варто звернутися до арт-терапії, як до способу творчого самовираження з метою досягнення терапевтичного ефекту. Арт-терапію також можна трактувати як культурний феномен. Справа в тому, що даний метод передбачає створення або відтворення культурологічного матеріалу, характерного для тієї чи іншої етнічної групи. Наприклад, виготовлення обрядових ляльок (у слов'ян), які, за словами фахівців цього напрямку мають подвійний терапевтичний ефект – під час створення і під час використання (напр. в якості оберегу), являє собою один з найбільш архаїчних методів вирішення психологічних проблем. Подібним чином, метод мандала-терапії, має своїм соціокультурним підґрунтям древні буддійські та індуїстські практики. Феномен мандали є поширеним в духовних практиках Сходу та індіців Північної Америки як інструмент медитації та духовного розвитку.

У психологію і психотерапію поняття мандала було введено Карлом Густавом Юнгом. К.Г. Юнг інтерпретував її як універсальний психічний образ, що символізує самість – глибинну сутність людської душі. Технічний бік

методу передбачає, що простір всередині кола мандали, намальованого людиною, сприймається нею як проекція її власної психічної структури. А простір за межами лінії кола – як проекція навколишнього світу. В наш час метод мандала-терапії успішно застосовується в лікуванні невротичних і психосоматичних розладів, допомоги при стресі і подоланні вікових та особистісних криз, особистісному зростанні.

*Третім, і найбільш фундаментальним* способом знаходження культуровідповідних методів психологічної допомоги, виступає звернення до аксіологічного змісту культур. Сюди можна віднести вже відомі класичні підходи до надання психологічної допомоги:

- психоаналітичний,
- когнітивно-поведінковий,
- екзистенціально-гуманістичний.

Після виконання завдання викладач пропонує слухачів звернути увагу на використання комунікативних технік спілкування, вербального та невербального спілкування та використання загальнонаукових методів психологічного консультування.

### **III. Порядок проведення заключної частини заняття.**

Таким чином, в рамках проблеми вивчення і розробки методів надання психологічної допомоги, на сучасному етапі розвитку психологічної думки особливої значущості набуває пошук і розробка концептуальної основи для культуродоцільного психологічного консультування або ж можливості адаптації існуючих підходів, відповідно до конкретного культурного контексту.

## **Тема № 4. Особливості консультування при роботі з окремими категоріями клієнтів**

### **Практичне заняття №1: Особливості консультування при роботі з окремими культурними групами**

**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про особливості консультування при роботі з окремими культурними групами

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

#### **Навчальні питання:**

1. Адаптація дій консультанта до культурних традицій.
2. Підходи та принципи міжкультурального консультування.
3. Надання психологічної допомоги в ситуаціях гострого стресу
4. Особливості надання психологічної допомоги змішаним сім'ям (подружжя представники різних етнічних спільнот).

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:** 1-5, 10-15

**Допоміжна:** 3,4,6, 9-14

#### **План проведення заняття:**

##### **I. Порядок проведення вступу до заняття.**

## **II. Порядок проведення основної частини заняття.**

*1. Стосовно першого та третього питання викладач пропонує написати контрольну роботу за варіантами.*

Варіант №1

1. Описати зміни, що зачіпає мультикультуральне консультування.
2. Визначити що необхідно та що заборонено при надання ППД представникам різних етнічних спільнот.

Варіант №2

1. Описати підходи, що існують у мультикультурному консультуванні.
2. Визначити на що треба звертати увагу при наданні психологічної допомоги в іншому культурному середовищі.

Варіант №3

1. Принципи ефективного кроскультурного консультування.
2. Визначити на чому сконцентроване мультикультуральне консультування.

3. *Стосовно четвертого запитання* викладач пропонує здобувачам практичні завдання та пропонує скласти план консультативної взаємодії та розглянути особливості надання психологічної допомоги в межах кроскультурального консультування.

Варіант 1.

Консультування подружжя з приводу виховання дитини. У подружжя, в якому чоловік та жінка представники різних національностей, батько мусульманин, жінка- жителька України.

Варіант 2.

Консультування чоловіка – громадянина Ізраїлю з приводу особливостей обирання шлюбу з громадянкою України

Варіант 3.

Консультування жінки, громадянки Анголи – студентки медичного університету стосовно конфліктів з сусідами. Дівчина з хлопцем з Анголи, студентом іншого ЗВО винаймає житло в будинку біля медичного університету м. Харків, пр. Науки.

Після виконання завдання викладач пропонує слухачів звернути увагу на використання комунікативних технік спілкування, вербального та невербального спілкування та використання загальнонаукових методів психологічного консультування.

**III. Порядок проведення заключної частини заняття.** Викладач підкреслює, що ефективність консультативної роботи з клієнтами, що відрізняються за статтю, сексуальними орієнтаціями, віком, професійним досвідом, очікуваннями, емоційним проявам та іншими культурно-опосередкованими особливостями їх ідентичності, а також можливість розуміння таких клієнтів та їх запитів може бути пов'язана з культурними характеристиками консультанта та прийнятими в тій чи іншій культурі особливостями організації практик психологічної допомоги.

## **Практичне заняття №2: Особливості консультування людей похилого віку**

**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про особливості консультування людей похилого віку

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

**Навчальні питання:**

1. Похилий вік. Потреби літніх людей.
2. Теорії «відносності» старіння.
3. Особливості психологічного консультування людей похилого віку

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:** 1-12

**Допоміжна:** 1,3,4,7,9,10-13

**План проведення заняття:**

**I. Порядок проведення вступу до заняття.**

**II. Порядок проведення основної частини заняття.**

1. Стосовно першого питання, викладач об'єднує здобувачів у чотири групи на надає їм завдання охарактеризувати особливості:

1. група - емоційної сфери літніх людей;
2. група – мотиваційної сфери літніх людей;
3. група – комунікації літніх людей;
4. група - вікові завдання розвитку в період старості.

На обговорення надається 10 хвилин. Після обговорення група презентує свої напрацювання (5 хвилин).

Готуючись до виконання завдання здобувачі можуть використовувати наступну інформацію.

*Геронтопсихологія – розділ вікової психології, який присвячений проблемам старіння.*

Вікові завдання розвитку в період старості можна підсумувати таким чином:

- адаптація до вікових змін – тілесних, психофізіологічних;
- адекватне сприйняття старості (протидія негативним стереотипам);
- розумний розподіл часу та цілеспрямоване використання тих років життя, що залишилися;
- рольова переорієнтація, відмова від старих та пошук нових рольових позицій;
- протидія афективному збідненню, яке пов'язане із втратою близьких та відокремленням дітей, збереження емоційної рухливості;
- прагнення до переборення психічної ригідності, пошук нових форм поведінки;
- прагнення до внутрішньої цілісності та осмисленості прожитого життя

Заслуговує на увагу характеристика мотиваційної сфери та життєвої позиції людей похилого віку, які вважають своє старіння вдалим, успішним і навіть щасливим:

- відчутне орієнтування на теперішнє:
- тенденція до перегляду минулих активних цільових установок, правил та переконань, що приводить до вироблення нової, свідомої, споглядальної, спокійної та самодостатньої життєвої позиції;
- поява нових інтересів (природа, складання віршів, альтруїстичні наміри, тварини, тощо);
- стійка розумова робота, яка відображує прагнення до переосмислення свого життєвого шляху.

Відносно особливостей Я-концепції у пізньому віці думки дослідників розходяться. Так, О.Н. Молчанова показує, що поряд із загальним зниженням цінності Я та його окремих аспектів з віком з'являється й інша тенденція – психологічний вітаукт – фактори стабілізації та компенсації Я-концепції у пізньому віці. Серед них: висока реальна самооцінка за кількома параметрами, фіксація на позитивних рисах свого характеру, визнання своєї позиції задовільною, ретроспективний характер самооцінки, тощо.

На основі всього вищезгаданого можна виділити певні типи особистості в період старіння та старості:

1) конструктивний – для цього типу характерною є внутрішня врівноваженість, позитивний емоційний настрій, критичність по відношенню до себе та терпимість до інших. Такі люди мають високу самооцінку, планують майбутнє та розраховують на допомогу оточуючих;

2) залежний – також соціально прийнятний та добре адаптований. Виражається в підляганні подружньому партнеру чи дитині, у відсутності високих життєвих та професійних претензій;

3) захисний – йому притаманні велика емоційна стриманість, прямолінійність у вчинках та звичках, несприйняття допомоги інших, активність навіть "через силу". Цей тип є невротичним;

4) агресивно-обвинувачувальний – такі люди прагнуть перекласти на інших провину та відповідальність за власні невдачі, вони підозрілі та ворожі до всього нового та молодого. їхні уявлення про світ кваліфікуються як неадекватні;

5) самозвинувачувальний – демонструють пасивність, безініціативність, схильні до депресій та фаталізму. їм властиве почуття самотності, покинутості, песимізм, коли смерть сприймається як позбавлення від нещасного існування.

2. Розглядаючи особливості наступного питання викладач пропонує блиц-самостійну роботу, в якій необхідно проаналізувати особливості теорії «відносності» старіння.

Теорії старіння	Представники	Особливості. Переваги та недоліки
Біологічні		
Соціальні		
Когнітивні		
Комплексні		

Готуючись до відповіді на друге запитання доцільно звернути увагу на те що, підходи до старіння та старості можна розділити на кілька груп:

1. Біологічні теорії. їх об'єднує розуміння старості як біологічного, фізіологічного процесу, хоча у кожній обґрунтовується своя модель механізму старіння.

Так, основоположник вітчизняної геронтології О.А. Богомолець головним фактором старіння вважав порушення гармонії фізіологічних процесів організму. До речі, ще І.І. Мечников висунув теорію старіння як інтоксикації.

Геронтолог В.В. Фролькіс визначав старість як час скорочення пристосувальних можливостей організму. Але в той же час ним було показано появу тенденції стабілізації життєдіяльності та збільшення тривалості життя. Поняття анти- старіння (вітаукта) є важливим моментом пропонованої цим автором адаптаційно- регуляторної теорії старіння.

Розробляються також уявлення про старіння, запрограмоване еволюцією і включене до генетичного коду (програмоване старіння), і підхід, відповідно до якого порушення клітин відбуваються випадково (непрограмоване старіння).

2. Соціальні теорії розуміють старіння як соціально обумовлений процес.

У теорії звільнення, ( виходу з гри) вважається закономірним процес послідовного руйнування соціальних зв'язків. Об'єктивно цей процес проявляється у втраті попередніх соціальних ролей, погіршенні стану здоров'я, у віддаленні від близьких. Суб'єктивно він переживається як непотрібність, звуження кола інтересів, сконцентрованість на собі. Цей процес є біологічно та психологічно обумовленим та неминучим.

Теорія активності ( нової зайнятості) є протилежною попередній, оскільки вона стверджує, що старі люди повинні бути включені у життя суспільства. Причому чим активнішою є стара людина, тим більше вона задоволена життям.

3. Теорія старості як когнітивної проблеми. В основі цього підходу лежить так звана "модель дефіциту" – процес втрати або зниження емоційних та інтелектуальних здібностей. Теорія інгібіції (стримування) вважає, що старі люди стають менш умілими з причини труднощів у сприйнятті зовнішньої інформації, тому вони концентруються на завданнях рівня "ручних" справ. Відповідно до теорії "не пристосовування" інтелектуальні уміння у пізньому житті погіршуються в результаті недостатнього використання.

Ще один варіант когнітивної теорії старіння розглядає старість як тлумачення людиною змін, що відбуваються з нею у трьох областях: особистісні переживання (погіршення самопочуття, зменшення привабливості), особливості соціального статусу (включення, інтеграція або ізоляція), усвідомлення закінчення власного буття.

4. Комплексні теорії старіння. У них акцентується увага на тому, що старіння є багатограним, складається з кількох взаємозв'язаних біологічних, соціальних та психологічних процесів. Стверджується, що немає старіння взагалі – у кожної людини свій власний, персональний шлях старіння. Так, наприклад, Дж. Тернер і Д. Хелмс виділяють три взаємозв'язаних та взаємоперекриваючих один одного процеси:

- психологічне старіння – як індивід відчуває та уявляє собі свій процес старіння, як ставиться до нього, порівнюючи з таким же процесом у інших людей;

- біологічне старіння – інволюційні зміни, які відбуваються в організмі з віком;

- соціальне старіння – як індивід пов'язує старіння з суспільством та виконує соціальні ролі.

3. Готуючись до розгляду третього питання викладач пропонує орієнтуватися на лекційний матеріал, зосереджуючись на:

- **основне завдання консультанта** в роботі з людиною передпенсійного віку та відразу після виходу на пенсію полягає в орієнтації її на зайнятість певною справою, яка, з одного боку, була б цікавою та захоплюючою, а з іншого – соціально значущою.

- Починаючи роботу над розв'язанням цього завдання психолог повинен мати на увазі наступне:

1) Чим раніше людина задумалась над тим, чим вона буде займатись в старості, тим легше їй буде здійснити самовизначення після виходу на пенсію. Починати готуватися до старості необхідно заздалегідь, тоді легше створити "базу" для подальшого просування вперед.

2) Психолог має показати, що будь-яка форма діяльності пенсіонера може стати значущою для нього. Так, робота на присадибній ділянці або виховання онуків корисні для психологічного благополуччя старої людини тим, що створюють часову перспективу, спрямованість на майбутнє.

3) Адаптація до статусу пенсіонера залежить від індивідуальних особливостей людей похилого віку: особи з багатогранними інтересами легше "знаходять себе" в новому житті, в той час як "вузькі спеціалісти" прагнуть віддалити вихід на пенсію всіма можливими способами.

Викладач пропонує здобувачам написати есе на тему: «Психологічний супровід старіння», в якому необхідно підкреслити:

- особливості підготовки людини до старіння;
- особливості надання соціальних послуг літній людині;
- особливості групової та індивідуальної роботи з літніми людьми;
- знаходження шляхів подолання негативних наслідків зміни професійного середовища та перспективних шляхів перебудови життя для збільшення варіативності побудови нового вектору самореалізації.

### **III. Порядок проведення заключної частини заняття.**

Викладач підводить підсумок заняття та відзначає, що найголовніше в психологічному консультуванні людей похилого віку - це створення корпоративної атмосфери, відведення клієнту рівноцінної ролі в консультативному процесі поряд з консультантом, підкреслення віри в багатий життєвий досвід, мудрість та внутрішню здатність старої людини до самостійного визначення свого життєвого шляху та несення відповідальності за прийняті рішення.

### **Практичне заняття №3: Консультування і питання статі**



**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про особливості консультування подружніх пар та клієнтів різного віку з питань сексуальності та гендерної ідентичності.

**Кількість годин – 2 години**

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

### Навчальні питання:

1. Психологічне консультування і сексуальна орієнтація.
2. Моделі становлення сексуальної ідентичності.
3. Особливості консультування подружніх пар та клієнтів різного віку з питань сексуальності.

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна: 1-12**

**Допоміжна: 2, 6, 8, 10, 12**

### План проведення заняття:

## **I. Порядок проведення вступу до заняття.**

## II. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Викладач пропонує проаналізувати основні поняття теми:

### Сексуальна орієнтація.

## Асексуальність

## Сексуальна поведінка

## Сексуальність

## Гендерна ідентичність

## Гендерна соціалізація

2. Викладач організовує групову дискусію на тему: «Хто більшою мірою впливає на формування сексуальності особистості (батьки, сестри, брати, друзі)».

3. Розглядаючи особливості наступного питання викладач пропонує блиц-самостійну роботу, в якій необхідно проаналізувати особливості моделей становлення сексуальної ідентичності

[illegible]

Готуючись до відповіді на друге запитання доцільно звернути увагу на наступну інформацію.

**Гендерна ідентифікація** – це, власне, усвідомлення індивідом своєї статевої належності, переживання ним своєї маскулінності/фемінності та готовність виконувати визначену статеву роль. Ідентифікувати (усвідомити) себе чоловіком або жінкою – означає прийняти ті психологічні якості й моделі поведінки, які суспільство приписує людям залежно від їх біологічної статі.

Тобто гендерна ідентичність передбачає існування певних оціночних компонентів, зокрема, уявлень індивіда про те, наскільки його поведінка та особистісні характеристики відповідають сподіванням та вимогам суспільства до жіночої або чоловічої ролі. Вона виступає основним компонентом самосвідомості людини. Гендерна ідентичність формується поступово в процесі соціалізації. Вирішальним етапом її формування є підлітковий вік, у цей період відбувається її остаточне формування.

Дослідники мають різні думки щодо віку первинної статевої ідентифікації – усвідомлення індивідом своєї статевої належності.

**Теорія гендерного розвитку – набуття особистістю гендерної ідентичності – З. Фрейда** викликала чимало критичних зауважень та заперечень. Так, Фрейд вважав, що усвідомлення дитиною гендерної ідентичності відбувається у чотири-п'ять років. Більшість пізніших авторів наполягають на більш ранньому періоді. Деякі вчені, наприклад І. Ю. Кон, вважає, що це відбувається у віці 1,5 року.

За когнітивною концепцією ідентифікації у дітей віком 5–6 років з'являються власні уявлення про статеву роль, яка формує секс-типізовані оцінки й манери. Секс-типізація не є продуктом ідентифікації, а, навпаки, ідентифікація вважається наслідком секс-типізації.

**Гендерна ідентичність виникає під впливом гендерних стереотипів**, які існують у кожному суспільстві і формуються в контексті культури, історичного часу. Їх значення та інтерпретація залежать від багатьох соціальних факторів, таких як клас, вік, раса, етнос. Гендерні стереотипи – це сформовані в культурі узагальнені уявлення про те, як у дійсності поведуть себе чоловіки та жінки.

**Сутність механізму стереотипізації** полягає в приписуванні різноманітних характеристик на основі віднесення об'єкта, що спостерігається, до вже відомої категорії. В основі стереотипу знаходиться психологічний феномен генералізації, схематизації свого й чужого. Намагання засвоїти певну гендерну роль та відповідати усталеним в суспільстві гендерним стереотипам реалізується завдяки таким механізмам соціального впливу, як нормативний та інформаційний тиск.

**Нормативний тиск** виявляється у неприйнятті та осудженні суспільством тих його членів, чия поведінка не відповідає традиційним гендерним нормам даного суспільства. Типовим проявом нормативного тиску є негативне ставлення до індивідів з нетрадиційною сексуальною орієнтацією в більшості сучасних суспільств.

Таким чином, виконання гендерної ролі під впливом нормативного тиску є вимушеним пристосуванням до наявних суспільних стереотипів, щоб уникнути нехтування з боку суспільства. Інформаційний тиск реалізується завдяки прагненню індивіда відповідати певним нормам та стандартам, серед яких значну роль відіграють гендерні стереотипи. Тобто людина намагається поводити себе так само як і члени її референтної групи, і тільки тоді вона вважає свою поведінку правильною.

Отже, вплив нормативного тиску обумовлений прагненням людини пристосуватись у суспільстві, а **інформаційного** – прагненням бути правим. Взаємодія цих двох видів соціального тиску визначає певний тип засвоєння та виконання гендерних соціальних норм, які й є гендерною роллю чоловіка та жінки. Змістовні характеристики гендерних стереотипів обумовлені багатьма соціально-культурними чинниками, і тому поспіль вони набувають нових рис для представників кожної статі.

Так, жінки, за результатами соціологічного опитування, проведеного Українським інститутом соціальних досліджень, традиційно приписують чоловікам більший рівень прояву типових маскулінних якостей, але у той же час "не поступаються їм за незалежністю та самостійністю" і майже однаково оцінюють ідеальний рівень розвитку інтелектуальних здібностей.

Чоловікам так само притаманне сприйняття статево типізованого образу ідеальної жінки з подібною оцінкою розумових здібностей і чоловіків, і жінок, проте вони вважають справжнього чоловіка значно скромнішим, ніж ідеальну жінку. Цілком вірогідним поясненням останнього є те, що вони мають на увазі чоловічу стриманість, дзеркальним відображенням чого вважають типові фемінні прояви, а саме – емоційність та експресивність, що й обумовлює низькі бали за цією характеристикою серед жінок. Традиційною є оцінка зовнішніх якостей – значно більша значущість зовнішньої привабливості для ідеальної жінки (особливо з погляду чоловіків), ніж для ідеального образу справжнього чоловіка.

Цікавим аспектом даного дослідження є порівняння відповідей респондентів за статтю стосовно тих рис, які повинна мати ідеальна жінка та ідеальний чоловік. Так, жіноча частина вибірки наділяє ідеальну представницю своєї статі такими якостями (в порядку зменшення їх важливості), як доброта, розум, зовнішня привабливість, вихованість, вміння відстоювати свої інтереси, енергійність та гарний смак. Чоловіки бачать ідеальну жінку передусім як добру, але далі традиційно віддають перевагу зовнішній привабливості, а вже потім розумовим здібностям, вихованості, скромності, гарному смаку, поступливості та енергійності.

**Чоловіки дотримуються традиційно фемінного ідеального жіночого образу**, тоді як жінки бажають бути не тільки добрими, привабливими і поступливими, але й енергійними, незалежними та самостійними, а також вміти постояти за себе, захистити свої інтереси.

Жінки в сучасному суспільстві прагнуть до андрогінії, тобто прагнуть гармонійно поєднати в собі фемінні та маскулінні риси, тоді як для чоловіків

характерне більш звичне та бажане бачення в жінці переважно фемінних якостей.

**Образ справжнього чоловіка не має значних відмінностей в оцінках чоловіків і жінок.** Так, чоловіки вважають головними якостями справжнього чоловіка вміння заробити гроші, скромність, інтелект, вміння постояти за себе, енергійність та здатність нести відповідальність за долю близьких людей. Жінки стосовно справжнього чоловіка виділяють такі характеристики: вміння заробити гроші, розум, здатність нести відповідальність за інших людей, енергійність, вміння постояти за себе та цілеспрямованість.

Засвоєння гендерних норм відбувається у вигляді гендерно-рольової соціалізації або диференційної соціалізації через навчання певним поведінковим моделям, притаманним даному суспільству. Гендерна соціалізація передбачає опанування певною системою диференціації статевих ролей (розподіл праці за ознакою статі, специфічні статево-рольові приписи, права та обов'язки чоловіків та жінок, шлюбно-родинні норми поведінки, стереотипи маскулінності/фемінності).

Отже, існує велика кількість соціально-історичних, культурних та індивідуально-психологічних варіантів та варіацій чоловічого і жіночого характеру та стилю життя, які визначають траєкторії життєвого шляху та конструюють тим самим певні гендерні ідентичності.

**Гендерна соціалізація** – це процес засвоєння системи статевих ролей, які відповідають визначеним та притаманним даному суспільству правилам та уявленням про поведінку представників чоловічої та жіночої статі. Основні аспекти соціалізації: присвоєння (процес засвоєння соціального досвіду, тобто вплив оточення на індивіда) і відтворення (процес відтворення соціального досвіду, тобто вплив людини на оточення). В рамках гендерної соціалізації під присвоєнням мають на увазі те, що з самого початку дитина засвоює, що означає бути хлопчиком чи дівчинкою, чоловіком чи жінкою.

3. Викладач пропонує написати есе та проаналізувати існуючі образи чоловіків та жінок в сучасних українських ЗМІ та відповісти на питання:

- які образи чоловіків та жінок переважають у сучасних українських ЗМІ?
- наведіть конкретні приклади (із реклами, літератури, статей, газетних оголошень, фільмів та ін.)

3. Готуючись до розгляду третього питання викладач пропонує орієнтуватися на лекційний матеріал, зосереджуючись на:

Консультування стосовно дисгармоній у сексуальній сфері особистості – це досить слизька та складна сфера, як для клієнтів, так і недосвідчених консультантів. Такі труднощі викликані кількома причинами. Серед них і та, що *багато людей не володіють елементарними знаннями щодо діяльності психологів, сексопатологів, сексотерапевтів, сексологів.*

Перш за все, *практичний психолог, консультуючи з питань сексуальності, повинен чітко розрізняти критерії норми та патології стосовно цього феномена.* Під час визначення критеріїв сексуальної норми консультант повинен враховувати, що на сьогодні немає жодної соціальної

групи, яка б могла претендувати на статус зразкової у сексуальній активності. Норма з точки зору експертів, наприклад гомосексуальності, визначається шляхом дебатів та голосувань щодо правомірності тієї чи іншої рідкісної особливості людини. Норма сексуальної моралі диктується через призму існуючих в конкретному суспільстві етичних установок, що склались у процесі пристосування певної популяції людей у конкретних умовах.

Континуумна або ситуативна норма – це одне з найскладніших питань через те, що з'явилося порівняно недавно та є дуже спірним. Адже для визначення прийнятності того чи іншого акту сексуальної активності необхідно проаналізувати витoki ситуації, в якій була відмічена така діяльність.

***Психологу необхідно приймати до уваги наявність індивідуальних варіацій у фактичній сексуальній поведінці, поряд із тим, як ці реакції інтерпретуються оточуючими та учасниками.***

***Психолог-консультант має усвідомити, що причини сексуальних дисгармоній можуть бути багатогранної природи та включати в себе тісно пов'язані фізіологічні, емоційні та міжособистісні складові.***

Для систематичного аналізу походження сексуальних дисгармоній психологу слід розрізняти їх відповідно до природи походження.

***В залежності від специфіки, консультування стосовно дисгармоній у сексуальній сфері особистості буває трьох видів:***

- ***сексуальна просвіта,***
- ***формування адекватної сексуальної поведінки***
- ***сексотерапія.***

Для того, щоб консультант міг бути професійно ерудованим спостерігачем та об'єктивним коментатором подій, необхідно притримуватись ряду специфічних принципів під час проведення консультації стосовно дисгармоній у сексуальній сфері особистості:

1) Консультант не має бути обтяжений власними сексуальними проблемами. Це необхідно задля адекватного реагування на відповідні труднощі клієнтів;

2) Консультанту необхідно вільно та відверто апелювати до сексуальної проблематики, не вживати завуальованих фраз, правильно використовувати сексологічну термінологію;

3) Консультанту в певних випадках важливо першим почати розмову щодо можливих сексуальних проблем клієнта, оскільки останній може соромитися;

4) Консультанту важливо уміти інтерпретувати сексуальні проблеми, коли клієнт демонструє їх у замаскованому вигляді;

5) Професійний консультант може надати клієнту об'єктивну інформацію за умови, якщо він сам розуміється на різних питаннях сексуальності людини;

6) Психологу важливо бути готовим до того, що під час консультації може виявитися фрагментарність або суттєва викривленість уявлень молоді;

7) Спеціаліст має усвідомлювати межі власних можливостей. Не допустимо переступати кордони сексотерапії без спеціальної на те підготовки.

8) Консультанту необхідно знати, у яких випадках клієнта слід спрямувати до інших спеціалістів та надати адреси цих фахівців;

9) Консультанту слід відмовитися від критичних оцінок стосовно сексуальної поведінки та переваг клієнта.

Специфіка консультації з питань сексуальності може змінюватись у залежності типу клієнтів, які звертаються за допомогою. Можна виділити наступні групи клієнтів:

- поодинокі клієнти з труднощами через різновиди сексуальної поведінки та сексуальну орієнтацію;
- клієнти з порушеною статевою ідентифікацією (трансексуали);
- подружжя;
- батьки дітей, що дорослішають;
- підлітки та юнаки.

Серед клієнтів, які звертаються до психолога є люди з особливими вподобаннями у сексуальній сфері. Серед таких схильностей вуаєризм, фетишизм, трансвестизм, аутостимуляція, садизм, мазохізм, ексгібіціонізм, еротоманія, сексоголізм, целібат, асексуальність та ін. Для консультації щодо різних видів сексуальної активності психолог має знати не лише визначення цього явища, а й природу його походження та форми прояву.

Також у практиці консультування можна зустріти клієнтів з нетрадиційністю у своїх сексуальних вподобаннях: гомосексуальністю чи бісексуальністю. В таких випадках консультанту особливо важливо продемонструвати безосудливе ставлення до клієнта. Також слід розрізняти ступінь сконцентрованості на своїй орієнтації. Якщо сексуальна орієнтація не є центральною рисою особистості, то індивід є цілком адаптивним та може повною мірою відповідати соціально прийнятим ролям. В усьому іншому специфіка консультування таких клієнтів практично нічим не відрізняється від роботи з гетеросексуальними індивідами. Специфічності додає лише ряд питань, що можуть обговорюватися на консультації. Серед них наступні:

- 1) Питання вибору партнера;
- 2) Зміна сексуальних партнерів;
- 3) Внутрішнє переживання ідентифікації себе як представника гомосексуальної орієнтації;
- 4) Скарги на гомофобію;
- 5) Питання народження дітей;
- 6) Питання домінування в одностатевій парі.

Особливим різновидом роботи психолога-консультанта є прийом транссексуалів. Термін лікування у таких випадках може викликати обурення. Необхідно навпаки, якомога коректніше пояснити про можливі варіанти життєіснування з такою особливістю через те, що процес зміни статі є досить тривалим та важким для психіки людини. Якщо клієнт все ж налаштований на операцію по зміні статі, то метою таких консультацій є психологічний супровід особистості на всіх етапах "переходу до нової статі".

На практиці зустрічаються досить розповсюджені критичні ситуації, в яких саме психологічні фактори визначають сексуальні проблеми, приводячи іноді до повного розладу сексуальних стосунків. Серед них:

1) Скарги на пасивність партнера. Частіше клієнти пояснюють це заклопотаністю та повсякденними справами, але за цим частіше приховуються більш глибокі причини;

2) Незадоволеність сексуальними стосунками з партнером через зраду.

У ситуаціях, коли психологу доводиться працювати з подружжям поодиночі, бажано створити умови для фінального спільного обговорення прийнятих рішень.

Консультуючи батьків з приводу сексуального життя дітей, їм потрібно допомогти зрозуміти поведінку своїх нащадків, які дорослішають, а потім дати рекомендації з приводу відвертої розмови з ними. Батьки повинні усвідомити, що ризиковані вчинки є нормальною частиною дорослішання особистості. Виважений ризик у сексуальних стосунках є цінним досвідом для молодшої особистості. За його допомогою, молодь зазвичай визначає та розвиває свою сексуальну індивідуальність. Та при цьому існує велика ймовірність невдачі. У процесі роботи з батьками підлітків та юнаків одним із завдань консультанта є розвиток навичок ведення тактової розмови про інтимне життя людини та, зокрема, їх дитини. Зупинимось детальніше на універсальних рекомендаціях з приводу і проведення відвертої розмови з підлітками та юнаками, які можуть стати у нагоді як батькам, так і психологам-початківцям:

- під час бесіди з підлітками потрібно висловлюватися прямо, використовуючи, прості слова для описання відчуттів та деталей.

- обговорення сексуальності повинно починатися з попередніх стадій розвитку та підводити до їх вікового періоду.

- необхідно пам'ятати, що розмови про секс засоромлюють підлітків. Доречним було б розповісти, що у процесі розвитку суспільства також були періоди, коли про секс повідомляли із соромом, натякаючи на те, що і їх засмученість може носити тимчасовий характер.

- розмова про секс з підлітком не вказує на те, що психологу чи батькам доведеться обговорювати власний досвід. Але часто дорослі захоплюються наведенням прикладів та забувають запитувати у співрозмовника про його думку.

- постійно необхідно пам'ятати, що у всіх підлітків є сексуальне життя – реальне чи у фантазіях. Роздуми про сексуальність є важливою частиною дорослішання.

- вести бесіду з молоддю про секс можна лише після розширення власних знань щодо їх сексуального життя.

Підлітки та юнаки із особливим інтересом спілкуються з психологом щодо уявлень про свою сексуальність. При цьому вони можуть бути зніяковілими, зухвалими, спокійними, але майже завжди зацікавленими у розмові. Таким чином, вони компенсують нестачу достовірної інформації.

Психолог до інтерв'ю з підлітком повинен бути завчасно підготовленим.

По-перше, важливо обрати час проведення такої співбесіди,

по-друге, бути готовим відкрито і природно висловити свої почуття та переживання з приводу сексуальних новоутворень у дитини, причому без суб'єктивізації та афективності,

по-третє, якщо зустріч не перша, ретельно продумати план та запропонувати реальну кількість доступних завдань, які будуть вирішуватися в межах однієї бесіди.

### **III. Порядок проведення заключної частини заняття.**

Викладач підводить підсумок заняття та відзначає, що рекомендації з проведення психологічних консультацій щодо сімейної взаємодії та сексуального життя особистості не вичерпують всіх варіантів запитів, що зустрічає консультант у своїй роботі. Проте хотілося б наголосити на тому, що більшість труднощів такого роду пов'язані з уявленнями клієнта та їх інтерпретацією для оточуючих

### **Практичне заняття №4: Особливості консультування мігрантів**

**Навчальна мета заняття:** контроль, закріплення та корекція знань із зазначеної теми. Визначити рівень засвоєння матеріалу з даної теми, рівень сформованості уявлень про особливості консультування мігрантів.

**Кількість годин** – 2 години

**Місце проведення** – навчальна аудиторія

**Навчальні питання:**

1. Визначення міграції, її види та функції.
2. Адаптація мігрантів до нового соціокультурного середовища.
3. Наслідки міграції..
4. Психологічна допомога вимушеним мігрантам.

**Література, методичне та матеріально-технічне забезпечення занять.**

**Основна:**1-12

**Допоміжна:**1,3,5,8-13

**План проведення заняття:**

**I. Порядок проведення вступу до заняття.**

**II. Порядок проведення основної частини заняття.**

4. Викладач пропонує проаналізувати основні поняття теми:
    - Міграція
    - Еміграція
    - Імміграція
    - Маятникова міграція
    - Сезонна міграція
  5. Викладач організовує групову дискусію на тему: «Основні проблеми вимушених мігрантів та переселенців».
- Викладач пропонує орієнтуватися на таку інформацію:
- проблеми переселенців:
- перебування в постійному стресі (внаслідок отриманої інформації від близьких та рідних, що залишилися в сірій зоні чи в зоні бойових дій);



- підвищена тривожність та страх (психологічні травми проявляються через невпевненість у майбутньому; як результат інформаційного дисонансу, обумовленого різними (часто суперечливими) повідомленнями із місцевих ЗМІ, від родичів та знайомих);

- гіперболізоване відчуття справедливості (будь-яка затримка соціальних виплат сприймається не лише як порушення прав, але й як особиста образа);

- конфронтація між місцевими мешканцями та тимчасово переміщеними особами внаслідок відчуття чужорідності та ворожості;

- фіксація на втратах і обмеження комунікацій скаргами. Потрібно зазначити ще один суттєвий фактор, що деструктивно впливає на особистість – пережите сексуальне насилля та відсутність у подальшому соціальної підтримки, зв'язку зі спільнотою.

Варто зазначити, що організації і служби допомоги вимушеним переселенцям на перших етапах допустили низку помилок, а саме:

- а) вся допомога зводилася до забезпечення продуктами, одягом, місцем проживання;

- б) психологічна допомога обмежувалася масово-розважальними заходами та вислуховуванням претензій і скарг;

- в) мало уваги надавалося позитивним аспектам облаштування на новому місці й розвитку активної позиції під час входження в нову громаду (мотивація на пошук роботи, сталого помешкання для сім'ї, на самостійне забезпечення родини тощо).

6. Розглядаючи особливості наступного питання викладач пропонує роботу в групах. Викладач пропонує розглянути в групах (10 хвилин) напрямки роботи з мігрантами та запропонувати в межах напрямків конкретні заходи їх реалізації:

- 1 група – соціальний, соціально-психологічний,
- 2 група – соціально-педагогічний, соціально-правовий,
- 3 група – медико-соціальний, фінансовий,
- 4 група – соціально-економічний, матеріальний,
- 5 група – соціально-інформаційний та соціально-трудоий.

Після закінчення роботи здобувачі презентують свої напрацювання (по 5 хвилин на групу.)

7. Готуючись до відповіді на четверте запитання викладач пропонує звернути увагу на наступну інформацію.

***Особливості психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам.***

Під час першої зустрічі з людиною, що потребує психологічної допомоги, фахівець мусить з'ясувати характер пережитого нею травматичного досвіду. Підтримка постраждалих суспільством не є однозначною: одні люди по-справжньому підтримують та допомагають, а інші – постійно звинувачують, не сприймають і протидіють, призводячи до ретравматизації. Проте частіше особи, які пережили травматичні події, як правило, залишаються один на один зі своєю невизначеністю, розгубленістю, болем і, навіть, горем. У когось із них є досвід отримання психологічної допомоги, а в когось – немає. Не слід забувати і про

ймовірність вторинної травматизації, наприклад, при оформленні документів на пільги, передбачені законом, при зустрічі з некваліфікованими або травмованими фахівцями. Така вторинна травма може стати тригером для актуалізації всього комплексу попереднього травматичного досвіду особи, і тоді вже не обійтися без психологічної консультації чи психотерапії. У багатьох психотерапевтичних підходах є інструменти для роботи з психотравматичним досвідом.

В деяких підходах є клінічна доказова база (EMDR (десенсибілізація за допомогою руху очей), КПТ (когнітивно-поведінкова терапія), когнітивно-процесуальна терапія тощо), в інших підходах – статус умовної доказовості, або клінічні дослідження не проводилися. Рекомендуючи консультативний чи психотерапевтичний підхід, потрібно враховувати потреби клієнта, його психологічні особливості, побажання (групова чи індивідуальна робота) і наявний резерв фахівців, що перебувають у зоні доступності клієнта.

Загальні принципи допомоги вимушеним переселенцям розглядають через застосування правила: **«Дивитися – Слухати – Спрямовувати»**.

Кожна зона зосередження передбачає з'ясування фахівцем чи волонтером потреб, важливих для відновлення життєдіяльності особи.

**ДИВИТИСЯ: ЗОНА ПРИВЕРНЕННЯ УВАГИ** Стосовно ситуативних переселенців (у зоні екстремальних ситуацій):

- голод, спрага, втома, поранення, травматизація, хвороба;
- одяг, речі першої необхідності;
- зв'язки з родиною, соціальні зв'язки (односельці, сусіди з однієї вулиці, однокласники тощо); діти бе
- з супроводу дорослих;
- нестабільні емоційні реакції, що діагностуються візуально.

Стосовно вимушених переселенців (у зоні постійної дислокації):

- голод, втома, доглянутість;
- відповідність одягу стосовно сезону та погоди;
- охайність;
- комунікативні прояви взаємодії між членами родини;
- емоційні прояви.

**СЛУХАТИ: ЗОНА З'ЯСУВАННЯ ПОТРЕБ** Для ситуативних переселенців (у зоні екстремальних ситуацій):

- наявність страху та відчуття небезпеки;
- потреба в психологічній підтримці;
- потреба конкретної допомоги;
- специфічні потреби (наприклад, у хворих на цукровий діабет, вагітних жінок тощо).

У дітей, яких не супроводжують дорослі, необхідно отримати максимальну інформацію стосовно членів їхніх сімей або інших близьких осіб.

Для вимушених переселенців (у зоні постійної дислокації):

- з'ясування нагальних потреб у проживанні в місцях вимушеного переселення;

визначення позиції переселенця щодо його власної відповідальності за своє життя, свою реалізацію та сім'ю;

визначення психологічних та матеріальних ресурсів переселенця.

**СПРЯМОВУВАТИ:** ЗОНА ДІЇ Для ситуативних переселенців (у зоні екстремальних ситуацій):

- надання інформації про події та прогноз щодо подальшого їхнього розвитку;
- надання інформації про центри практичної допомоги;
- надання точної інформації про те, яка буде надана біженцям допомога в місцях призначених для постійної дислокації;
- місця спрямування людей із вразливих груп;
- забезпечення допомогою або інформацією щодо установлення зв'язків та контактів із рідними;
- спрямування у центри психологічної допомоги осіб, що пережили насильство.

Для вимушених переселенців (у зоні постійної дислокації):

- забезпечення інформацією щодо діяльності соціальних служб; волонтерських та благодійних організацій;
- коучинг наявних матеріальних ресурсів;
- коучинг наявних психологічних ресурсів;
- інформація щодо працевлаштування, місця служб зайнятості, курсів перекваліфікації;
- спрямування на відвідування груп підтримки та взаємодопомоги;
- за необхідності спрямування в центри психологічної та психотерапевтичної допомоги, або медичні центри.

### **III. Порядок проведення заключної частини заняття.**

Викладач підводить підсумок заняття.

## **3. Рекомендована література (основна, допоміжна), інформаційні ресурси в Інтернеті**

### **Основна:**

1. Айсина Р.М. Индивидуальное психологическое консультирование: основы теории и практики : учеб. пособие. Киев : СВАРОГ, 2016. 147 с.
2. Бондаренко Н. П'ять каменів зіткнення ефективної кроскультурної комунікації. 2020. URL: <http://blogtrenera.ru/blog/pyat-kamnej-223-pretknoveniya-effektivnoj-krosskulturnoj-kommunikacii.html>
3. Данилюк І. В. Етнічна психологія як галузь наукового знання: історико-теоретичний вимір: [монографія]. К. : "САММІТ.КНИГА", 2010. 432 с.
4. Каліна Н.Ф. Психотерапія : підручник : Затверджено МОН України. К. : Академвидав, 2010. 288 с.
5. Кісарчук З. Г. Соціокультурні чинники становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги особистості : монографія /

З. Г. Кісарчук, Л. О. Гребінь, Т. С. Гурлева, І. А. Данилевський, Н. П. Демидюк ; [ред.: З. Г. Кісарчук]. К. : Імекс, 2012. 275 с.

6. Кісарчук З. Г. Теорія і технології застосування сучасних підходів до психотерапії у вітчизняних соціокультурних умовах : монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. І. Онищенко, Г. П. Лазос, Л. О. Гребінь, Т. П. Юрченко, Т. С. Гурлева, Н. Ю. Журавльова, Н. П. Демидюк, О. І. Єрмусевич, Л. І. Литвиненко, Б. В. Плескач, І. А. Данілевський, В. С. Уркаєв; ред.: З. Г. Кісарчук; НАПН України, Ін-т психології ім. Г.С. Костюка. - Київ : Імекс, 2014. - 267 с

7. Лозова О. М. Методологія психосемантичних досліджень етносу: монографія. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2011. 176 с.

8. Чиркова Т. І. Сучасні методи, що становлять основу вітчизняного крос-культурного консультування. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2019. Т. 2. №3(50). С. 132-146.

9. Чиркова Т.І. Етнопсихологічні особливості інтернаціональних шлюбних пар у практиці сімейного консультування. *Актуальні проблеми психології*. Том І. Випуск 51. С. 49-53.

10. Якимчук Б.А., Якимчук І.П. Основи психологічного консультування (лекційний курс). Умань: ПП Жовтий О. О., 2013. 204 с. URL:<http://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/281/1/konsylytvania.pdf>.

11. Bondarenko, A. F. Socio-Cultural Competence of a Present-Day Counselor: Current Prospects and Future Challenges / A. F. Bondarenko, S. L. Fedko // *Psykhohinhvistyka. Psykholyngvistika. Psycholinguistics* : [zb. nauk. prats DVNZ «Pereiaslav-Khmelnyskyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni Hryhoriia Skovorody». –Pereiaslav-Khmelnyskyi : FOP Dombrovska Ya. M., 2017. Vyp. 21(1). 214 s.

12. Zalaquett C. P., Iwey M. B. Intentional interviewing and counseling: facilitating client development in a multicultural society. NY: Cengage Learning, 2013. 504 p.

13. Sommers-Flanagan J., SommersFlanagan R. Counseling and Psychotherapy Theories in Context and Practice: Skills, Strategies, and Techniques. 2 ed. Wiley, 2012. 592p.

14. Ponterotto J. G. Caas J.M., Suzuki L.A., Alexander Ch.M. Handbook of Multicultural Counseling. SAGE Publications, Inc., 2010. 848 p.

15. Korn L. Multicultural Counseling Workbook: Exercises, Worksheets & Games to Build Rapport with Diverse Clients Paperback. NY: PESI Publishing & Media; Csm, 2015. 225 p.

### Допоміжна:

1. Афанасьєва Н.Є. Психологія консультування фахівців екстремального профілю діяльності : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Н.Є. Афанасьєва; Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. Київ, 2018. 36 с.

2. Бондаренко О. Ф. Современное состояние проблематики социокультурных компетенций практикующего психолога. *Психологічне*

консультування і психотерапія. Х., 2017. Том 1. Вип. 7. С. 6–17.

3. Лунев В. Е. Особенности этнической толерантности молодежи в условиях билингвальной культуры. *Вісник національного університету оборони України* : [зб-к наук. пр.]. К.: НУОУ, 2014. Вип. 2(39). С. 240–247.

4. Петрова І., Чанхієва Ф. Етичні підстави крос-культурних комунікацій в умовах глобалізації. *Економічний часопис*. 2011. № 22. С. 108–117.

5. Поняття акультурації та учасники міжкультурних взаємодій. зарубіжний досвід у вирішенні соціологічної проблеми мультикультуралізму <https://imht.ru/uk/motivaciya/ponyatie-akkulturacii-i-uchastniki-mezhkulturnyh-vzaimodeistvii.html>

6. Федько С. Л. Анализ рефлексии собственной профессиональной деятельности практикующими психологами: социокультурный аспект. *Международный научный журнал “ScienceRise”*. 2015. №6/1(11). С. 94–100.

7. Федько С. Л. Современные тренды в мировой практике оказания психологической помощи: индигенизация и универсализация. *Науковий вісник кафедри ЮНЕСКО Київського національного лінгвістичного університету: Філологія. Педагогіка. Психологія*. Київ : Видавничий центр КНЛУ, 2014. Вип. 8. С. 206–213.

8. Федько С. Л. Универсальное и локальное в дискурсе мультикультурного консультирования. *Психолінгвістика*: [зб. науч. трудов ГВУЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»]. Переяслав-Хмельницький: ФЛП Лукашевич А. М., 2013. №14. С. 139–152.

9. Allik J. Bibliometric Analysis of the First Journal of Cross-Cultural Psychology During the First Ten Years of the New Millennium. *Journal of CrossCultural Psychology*. 2013. Vol. 44(4). P. 657–667.

10. Bondarenko A. F., Fedko S. L. Socio-Cultural Competence of a Present-Day Counselor: Current Prospects and Future Challenges. *Психолінгвістика. Psycholinguistics* : зб. наук. праць ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2017. Вип. 21(1). С. 23–40

11. Paranjpe A. Indian Psychology and the International Context. *Psychology & Developing Societies*. 2011. Vol. 23(1). P. 1–26.

12. Suwa M., Suzuki K. The phenomenon of “hikikomori” (social withdrawal) and the sociocultural situation in Japan today. *Journal of Psychopathology*. 2013. No. 19. P. 191–198.

13. Vasquez M. J. Ethics in Multicultural Counseling Practice: Handbook of Multicultural Counseling. SAGE Publications, Inc., 2010. P. 189–200.

14. Yang K-Sh. Indigenous Psychology, Westernized Psychology, and Indigenized Psychology: A Non-Western Psychologist's View. *Chang Gung Journal of Humanities and Social Sciences*. 2012. Vol. 5(1). P. 1–32