

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ**

**Харківський національний університет внутрішніх справ**

**Кафедра педагогіки та психології факультет № 3**

## **РОБОЧА ПРОГРАМА**

навчальної дисципліни «**Основи психотерапії**»

вибіркових компонент

освітньої програми першого рівня вищої освіти

**за спеціальністю 053 Психологія (психолог ювенальної превенції)**

**Харків 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 27.11.2023 № 10

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою факультету № 3  
Протокол від 15.11.2023 № 12

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією науково-методичної ради  
з гуманітарних та соціально-  
економічних дисциплін ХНУВС  
Протокол від 24.11.2023 № 10

Розглянуто на засіданні кафедри педагогіки та психології  
(Протокол від 10.11.2023 № 18)

**Розробники:**

доцент кафедри педагогіки та психології факультету № 3, кандидат  
психологічних наук, доцент ХНУВС Ляска О.П.

**Рецензенти:**

1. начальник кафедри психології та педагогіки гуманітарного факультету  
НАНГУ, кандидат психологічних наук, доцент Ларіонов С.О.
2. професор кафедри педагогіки та психології факультету № 3 ХНУВС,  
кандидат психологічних наук, доцент Харченко С.В..

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Шифри та назви галузі знань, код та назва спеціальності, ступень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів ECTS – 4,0	05 «Соціальні та поведінкові науки»	Навчальний курс 4
Загальна кількість годин – 120	053 «Психологія»	Семестр № 8
Кількість тем – 8	Бакалавр Психолог ювенальної превенції	Види контролю: іспит
<b>Розподіл навчальної дисципліни за видами занять:</b>		
<div>денна форма навчання:</div> <div>Лекції – 20 _____; (години)</div> <div>Семінарські заняття – 20 _____; (години)</div> <div>Практичні заняття – 20 _____; (години)</div> <div>Самостійна робота – 60 _____; (години)</div> <div>Індивідуальні завдання: підготовка доповідей; підготовка психотерапевтичної програми</div> <div>Реферати (тощо) – 2, семестр № 8</div>		<div>заочна форма навчання</div> <div>Лекції – _____; (години)</div> <div>Семінарські заняття – _____; (години)</div> <div>Практичні заняття – _____; (години)</div> <div>Лабораторні заняття – _____; (години)</div> <div>Самостійна робота – _____; (години)</div> <div>Індивідуальні завдання: Курсова робота – _____ (кількість; № семестру)</div> <div>Реферати – _____ (кількість; № семестру)</div>

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета:** формування у здобувачів вищої освіти систематизованих знань з основ психотерапії, вивчення основної проблематики та особливостей розвитку психологічної допомоги в сучасному світі та в Україні, а також практичних аспектів психотерапії

**Завдання:** розвиток у здобувачів вищої освіти, майбутніх психологів базових технік та стратегій попередження можливого психологічного неблагополуччя та можливості надання психологічної допомоги у кризових ситуаціях, ситуаціях життєвого вибору, ознайомлення зі специфікою організації та проведення психотерапії у різних видах сетінгу; формування уявлень про сутність та основну проблематику психотерапії як окремого виду психологічної практики, а також про її місце і роль в сучасній психологічній практиці; формування уявлення щодо основних сучасних напрямків психотерапії; формування уявлення про особливості консультативного та психотерапевтичного процесу; ознайомлення з найбільш відомими психотерапевтичними методами та техніками; забезпечення засвоєння етичних норм, які є обов'язковими для психотерапевтичної діяльності психолога; формування загального уявлення про галузі застосування психотерапії в практиці; формування цілісного погляду на світ, осмислення самого себе, своєї ролі і місця в навколишньому світі.

**Міждисциплінарні зв'язки:** клінічна психологія, основи психокорекції, історія психології, психодіагностика, психофізіологія, психоконсультація.

**Очікувані результати навчання:** у результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен

**знати:**

- уявлення про особистість людини в різних напрямках психологічної допомоги;
- теоретичні погляди на терапевтичний та корекційний процесінг клієнта у представників різних напрямків психологічної допомоги;
- позиції психолога та клієнта в основних напрямках психологічної допомоги;
- основні методи діагностики, корекції та терапії, що застосовуються представниками базових напрямків психологічної допомоги;
- підходи до оцінки ефективності психокорекційних та психотерапевтичних заходів та протипоказання до них;
- стратегії психологічної корекції та терапії основних видів психічних розладів поведінки та особистості;
- основні групи проблем, що постають в ході психотерапевтичної роботи;
- особливості застосування психотерапевтичних заходів згідно чинного законодавства.

**вміти:**

- визначити необхідність того або іншого способу психотерапевтичного впливу залежно від індивідуальних особливостей клієнта;
- складати план психологічної допомоги;
- визначати ефективність психологічної допомоги;
- застосовувати базові техніки психотерапевтичного впливу на особистість в повсякденній діяльності.

Програмні компетентності, які формуються при вивченні навчальної дисципліни		
<b>Інтегральна компетентність</b>	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.	
<b>Загальні компетентності (ЗК)</b>	ЗК1.	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
	ЗК2.	Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
	ЗК3.	Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
	ЗК4.	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
	ЗК5.	Здатність бути критичним і самокритичним.
	ЗК6.	Здатність приймати обґрунтовані рішення.
	ЗК7.	Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
	ЗК8.	Навички міжособистісної взаємодії,
	ЗК9.	Здатність працювати в команді.

	ЗК10.	Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
<b>Спеціальні (фахові, предметні) компетенції (СК)</b>	СК1.	Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології
	СК2.	Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.
	СК4.	Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел
	СК7.	Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації
	СК8.	Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову)
	СК9.	Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту
	СК10.	Здатність дотримуватися норм професійної етики
	СК11.	Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку
	СК12.	Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології

### 3. Програма навчальної дисципліни

#### Змістовий модуль І. Психотерапія як суспільне явище

##### Тема 1. Поняття, предмет і типи психотерапії..

Сутність, об'єкт і предмет психотерапії. Цілісний підхід до хвороб. Джерела та перспективи психологічного консультування в межах і поза медичною психотерапією. Проблема тотожності і відмінностей сучасного психологічного консультування та психотерапії. Основні напрями консультативної та психотерапевтичної роботи. Методи психотерапії.

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

6-8, 11, 13, 14 (основна),

4, 5, 7 (додаткова)

##### Тема 2. Феномен психотерапевтичного процесу. Особистість психотерапевта

Міждисциплінарні вимоги до психотерапії.

Основи психотерапевтичної поведінки. Особистість психотерапевта.

Загальна модель психотерапевтичного впливу.

Законодавче врегулювання психотерапевтичної роботи в Україні.

Співвідношення особистості психотерапевта, особистості пацієнта та методів психотерапії.

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

6-8, 11, 13, 14 (основна),

4, 5, 7 (додаткова)

### **Тема 3. Психологічна терапевтична допомога: практичні аспекти**

Організація консультативної бесіди за Альошиною Ю.Є.

Етапи інтерв'ю за Абрамовою Г. С.

Основні напрямки ефективності інтерв'ю. Критерії ефективності контакту «клієнт-психотерапевт».

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

6-8, 11, 13 (основна),

4, 5, 8 (додаткова)

## **Змістовий модуль II. Основні напрямки та концепції психотерапії**

### **Тема 4. Основні психотерапевтичні підходи. Динамічний напрям психотерапії**

Загальна характеристика психодинамічної психотерапії. Суть і основні категорії в психодинамічному підході : “трансфер” (“перенесення”), “захист”, “опір”.

Школи психодинамічного напрямку психотерапії. Класичний психоаналіз З.Фрейда. Аналітична психотерапія К.Юнга. Індивідуальна терапія А.Адлера. Психодинамічна терапія К.Хорні, Ж.Лакана Дитячі школи психотерапевтичного впливу за А.Фрейд, М.Кляйн, Г. Хак-Хельмут.

Генеza неврозу. Стадії психосоціального розвитку. Невроз як конфлікт між підструктурами особистості. Механізми Его: сублімація, витіснення, регресія, заперечення, реактивне утворення, проєкція, заміщення, ізоляція, раціоналізація, інтелектуалізація, інтроекція, ідентифікація, компенсація, аскетизм.

Техніки психоаналізу: метод вільних асоціацій, аналіз трансферу, робота з сновидінням (згущення, зміщення, вторинна обробка), аналіз помилкових дій.

Результат психотерапевтичного впливу. Етапи психотерапії та результати на кожному з них.

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

6-8, 11, 13 (основна),

4, 5, 8 (додаткова)

### **Тема 5. Основні психотерапевтичні підходи. Когнітивно-поведінкова психотерапія**

Теоретичні основи поведінкової терапії. Представники та основні ідеї поведінкової терапії.

Цілі, вимоги до клієнта та терапевта у поведінковій психотерапії.

Характерні ознаки поведінкової терапії.

Особливості методів поведінкової психотерапії: методики негативної дії, методики формування поведінки, методики позитивного і негативного підкріплення.

Теоретичні основи когнітивної психотерапії: раціонально-емотивна теорія Елліса, мислительна терапія Келлі, інтелектуальна теорія Піаже, когнітивна

терапія Бекка.

Основні правила когнітивної психотерапії.

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

6-8, 11, 13 (основна),

4, 5, 7 (додаткова)

## **Тема 6. Основні психотерапевтичні підходи. Екзистенційно-гуманістичний напрям психотерапії**

Загальна характеристика екзистенційно-гуманітарного напрямку: дазайналіз, логотерапія, клієнт-центрована психотерапія, гештальт-терапія.

Логотерапевтичні методи психотерапії: зміст та мета логотерапії; ключові поняття логотерапії: свобода і відповідальність, здійснення та успіх; види та характеристика основних груп цінностей за В. Франклом, основні логотерапевтичні техніки.

Гуманістичний напрямок психотерапії. Терапевтичний аналіз та екзистенціальне оцінювання особистості. Самотрансценденція та саморозвиток

Екзистенційний напрямок психотерапії. Генезис неврозу. І. Ялом – один з яскравих сучасних представників екзистенціальної психотерапії. Дазейн-аналіз.

Гештальт-терапія Перлза: принципи, задачі, результати впливу.

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

6-13 (основна),

4, 5, 7 (додаткова)

## **Змістовий модуль III. Сучасні методи та форми психотерапії**

### **Тема 7. Нові підходи у психотерапії. Інтегративна психотерапія**

Тілесно-мануальна психотерапія: фізична динаміка структури характеру особистості за А. Лоуеном. Біоенергетичний аналіз. Уявлення про м'язовий панцир. Техніки роботи з тілом.

Аутогенне тренування. Медитація. Рольфінг, пальсінг. Методи тілесного усвідомлювання Фельденкрайза. Первинна терапія Янова.

Позитивна психотерапія: принципи, базові та актуальні здібності в позитивній психотерапії; техніки positum-підходу; сфери переробки конфлікту (балансна модель) в позитивній психотерапії; поняття про моделі для наслідування та базові емоційні установки; п'ятикрокова модель консультування та самодопомоги.

Наративна психотерапія : принципи, техніки і методики.

НЛП як психотерапевтична техніка мовлення, мислення і поведінки: техніки, принципи, можливості.

Інтегративна психотерапія.

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

4-8, 11, 13 (основна),

4, 5, 7 (додаткова)

### **Тема 8. Естетотерапія як складова сучасної психотерапії**

Науково-методологічні основи естетотерапії. Переваги та недоліки арт-терапії порівняно з іншими методами.

Форми, види та моделі естетотерапії. Види естетотерапії природними та ігровими засобами

(натурпсихологія, літотерапія, анімалотерапія( петтерапія, дельфінотерапія), ароматерапія, кінезітерапія, маматерапія, сміхотерапія). Естетотерапія мистецькими засобами (театральна терапія, бібліотекотерапія, терапія кольором, лялькотерапія, пісенна терапія)

Структура проведення естетотерапевтичного заняття

Результати психотерапевтичного процесу

Психодрама і символдрама: специфіка, техніки, результати

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

5-8, 11, 13 (основна),

4- 6, 7 (додаткова)

## **Тема 9. Основні форми психотерапії. Групова психотерапія**

Поняття про групову психотерапію, її переваги та обмеження

Загальна характеристика психотерапевтичних груп. Класифікація психотерапевтичних груп за способами реалізації їх завдань.

Психотерапевтичні групи на основі різних теорій особистості.

Поняття групової динаміки та її складові. Завдання групи. Норми групи.

Структура групи. Групова згуртованість. Групова напруга.

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

6-8, 11 (основна),

1-3, 7 (додаткова)

## **Тема 10. Основні форми психотерапії. Сімейна та дитяча психотерапія**

Загальна характеристика системної сімейної психотерапії. Етапи, задачі та принципи сімейної психотерапії.

Параметри сімейної системи. Напрями сімейної терапії.

Методологічні принципи системної сімейної психотерапії. Консультативна сімейна терапія.

Техніки системної сімейної психотерапії: циркулярне інтерв'ю, позитивне перефармування, припис, контрконцепція, сімецні ролі, незакінчені ролі, сімейні правила.

*Рекомендовані інформаційні джерела:*

4,5,6-8, 11,12 (основна),

1-3, 7 (додаткова)



**Структура навчальної дисципліни**  
**4.1.1. Розподіл часу навчальної дисципліни за темами**  
**(денна форма навчання)**

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 № 8								
Змістовий модуль 1. Психотерапія як суспільне явище								
Тема 1. Поняття, предмет та типи психотерапії	12	2	2	2	-	6	іспит	
Тема 2. Феномен психотерапевтичного процесу. Особистість психотерапевта	12	2	2	2	-	6		
Тема 3. Психологічна терапевтична допомога: практичні аспекти	10	2		2		6		
Змістовий модуль II. Основні напрямки та концепції психотерапії								
Тема 4.Основні психотерапевтичні підходи. Динамічний напрям психотерапії	14	2	4	2	-	6		
Тема 5. Основні психотерапевтичні підходи. Когнітивно-поведінкова психотерапія	12	2	2	2	-	6		
Тема 6. Основні психотерапевтичні підходи. Екзистенційно-гуманістичний	12	2	2	2		6		

напрям психотерапії						
<b>Змістовий компонент III. Сучасні методи та форми психотерапії</b>						
Тема 7. Нові підходи у психотерапії. Інтегративна психотерапія	12	2	2	2		6
Тема 8. Естетотерапія як складова сучасної психотерапії	12	2	2	2	-	6
Тема 9. Основні форми психотерапії. Індивідуальна і групова психотерапія	12	2	2	2	-	6
Тема 10. Основні форми психотерапії. Сімейна та дитяча психотерапія	12	2	2	2	-	6
Всього за семестр	120	20	20	20	-	60

#### 4.1.3. Питання, що виносяться на самостійне опрацювання

Перелік питань до тем навчальної дисципліни		Література:
Тема 1. Поняття, предмет і типи психотерапії..		
Оформити словник термінів Скласти план-схему щодо етапів становлення психотерапії як науки; З'ясувати сутність різниці задач та цілей різних психотерапевтичних моделей, Скласти таблицю порівняльного аналізу; Записати особисті роздуми стосовно методологічних проблем психотерапії. Надання психологічної допомоги як напрям роботи психолога.	6-8, 11, 13, 14 (основна), 4, 5, 7 (додаткова)	
Тема 2. Феномен психотерапевтичного процесу. Особистість психотерапевта		

<p>Оформити словник термінів по темі;          Проаналізувати показання та протипоказання до психотерапії;          Скласти схему “мішеней” психологічного впливу;          Визначити базові техніки основних напрямів психотерапії;          Підготувати тези виступу щодо моделей поведінки психотерапевта;          Підготувати міні-лекцію на тему “Балінтовські групи як форма навчання психотерапевтів»          Наукові та етичні принципи надання психологічної допомоги.          Законодавче врегулювання надання психологічної допомоги в Україні.</p>	<p>6-8, 11, 13, 14          (основна),          4, 5, 7 (додаткова)</p>
<p><b>Тема 3. Психологічна терапевтична допомога: практичні аспекти</b></p>	
<p>Оформити словник термінів по темі;          Проаналізувати позитивні і негативні сторони інтерв'ю та бесіди;          Скласти правила встановлення емоційного контакту з клієнтом          Оцініть міру сформованості кожної з професійно-важливих якостей особистості психотерапевта і дайте розгорнений письмовий самоаналіз отриманих результатів.          Проаналізуйте можливості та результати впливу професійної діяльності психотерапевта на його особистий стиль життя, картину світу.</p>	<p>6-8, 11, 13          (основна),          4, 5, 8 (додаткова)</p>
<p><b>Тема 4. Основні психотерапевтичні підходи. Динамічний напрям психотерапії</b></p>	
<p>Оформити словник термінів по темі;          Законспектувати основні положення теорій:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вольова терапія Ранка;</li> <li>- активна аналітична терапія Штекеля;</li> <li>- інтерперсональна психотерапія Саллівана;</li> <li>- інтенсивна психотерапія Фромм-Райхманн;</li> <li>- характерологический аналіз Хорні;</li> <li>- гуманістичний психоаналіз Фромма;</li> <li>- Его-аналіз Кляйн;</li> <li>- Чиказька школа Александера;</li> <li>- секторна терапія Дейча;</li> <li>- об'єктивна психотерапія по Карпману;</li> <li>- короткострокова психодинамічна психотерапія Александер, Сифнеос, Малан , Беллак, Девенлу, Страпп;</li> <li>- психобіологічна терапія;</li> <li>- біодинамічна концепція Массермана;</li> </ul>	<p>6-8, 11, 13          (основна),          4, 5, 8 (додаткова)</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- адаптаційна психодинаміка Радо</li> <li>- гіпноаналіз Волберга;</li> <li>- характерологический аналіз Райха.</li> </ul>	
<b>Тема 5. Основні психотерапевтичні підходи. Когнітивно-поведінкова психотерапія</b>		
	<p>Оформити словник термінів по темі;  Здійснити порівняльний аналіз традиційних технік гіпнозу з новими техніками, які використовуються у поведінковій терапії;  Визначити сутність різниці між неадаптованими та автоматичними думками;  Обґрунтувати доцільність об'єднання когнітивного та поведінкового психотерапевтичного підходів як когнітивно-поведінкового;  Законспектувати психотерапевтичні роботи А.Елліса;  Пояснити чому трансактний аналіз Е.Берна відносять до поведінкової психотерапії  Уявлення про особистість в когнітивному напрямку надання психологічної допомоги (моделі депресії та тривожності).  Поняття про помилки мислення та сприйняття в когнітивному напрямку надання психологічної допомоги.</p>	<p>6-8, 11, 13  (основна),  4, 5, 7 (додаткова)</p>
<b>Тема 6. Основні психотерапевтичні підходи. Екзистенційно-гуманістичний напрям психотерапії</b>		
	<p>Оформити словник термінів по темі;  Законспектувати основні положення клієнт-центрованого підходу К. Роджерса.  Виписати основні поняття клієнт-центрованого підходу: «поле досвіду», «самість», «Я»-реальне, «Я»- ідеальне, «тенденція до самоактуалізації».  Означити позиції психолога у клієнт-центрованому підході К. Роджерса: конгруентність, позитивна оцінка, емпатичне сприймання клієнта.  Гештальт психологічний підхід в психотерапевтичній роботі: проблеми розв'язання, інструментарій, результати</p>	<p>6-13  (основна),  4, 5, 7 (додаткова)</p>

<b>Тема 7. Нові підходи у психотерапії. Інтегративна психотерапія</b>		
	Оформити словник термінів по темі; Системна психотерапія: ознаки, техніки, переваги Відмінність положень позитивної психології від позитивної психотерапії. Практичні аспекти наративної психотерапії Терапевтичні стосунки в ТА Різновиди гендерно- і культурно-сензитивної терапії.	4-8, 11, 13 (основна), 4, 5, 7 (додаткова)
<b>Тема 8: Естетотерапія як складова сучасної психотерапії</b>		
	Оформити словник термінів по темі; Законспектувати основні положення і розвиток ідей артерапевтичного підходу. Основні форми артерапії. Бібліо-терапія: техніки, можливості Танцювальна терапія: техніки, можливості Музикотерапія: техніки, можливості Драматерапія: техніки, можливості Лялькотерапія: техніки, можливості Глинотерапія: техніки, можливості Пісочна терапія: техніки, можливості	6-8, 11, 13 (основна), 4- 6, 7 (додаткова)
<b>Тема 9. Основні форми психотерапії. Сімейна та дитяча психотерапія</b>		
	Оформити словник термінів по темі; Фізична динаміка структури характеру особистості за А. Лоуеном. Біоенергетичний аналіз в тілесно-орієнтованій психотерапії. Техніки роботи з тілом в тілесно-орієнтованій психотерапії. Аутогенне тренування в тілесно-орієнтованій психотерапії. Медитація. Рольфінг, пальсінг. Методи тілесного усвідомлювання Фельденкрайза. Первинна терапія Янова.	6-8, 11 (основна), 1-3, 7 (додаткова)
<b>Тема 10. Основні форми психотерапії. Індивідуальна і групова психотерапія</b>		
	Оформити словник термінів по темі; Історія становлення групової психотерапії. Трансактний аналіз в груповій роботі Структура особистості за Е. Берном. Сценарії в трансактному аналізі. Методичні вимоги до керівників та учасників корекційних груп Процесуальна діагностика у психотерапевтичній групі Оформлення письмового звіту психотерапевтичної роботи	4,5,6-8, 11,12 (основна), 1-3, 7 (додаткова)

#### 4. Індивідуальні навчально-дослідні завдання

### **5.1.1. Теми рефератів**

1. Психотерапія як напрямок роботи психолога.
2. Поняття напрямку, школи, методу та техніки терапевтичної роботи. Етапи терапевтичної роботи.
3. Наукові та етичні принципи психотерапії. Законодавче врегулювання психотерапевтичної роботи в Україні.
4. Індивідуальна психологія А. Адлера. Стиль життя. Методи терапії.
5. Аналітична психологія К. Юнга. Архетипи, застосування теоретичних уявлень К. Юнга в трансперсональній психології.
6. Техніки класичного психоаналізу. Модель психодинамічної терапії.
7. Загальні уявлення про особистість з позицій біхевіорального напрямку. Навчання, обумовлення та їх види.
8. Показання до біхевіоральної терапії, визначення цілей.
9. Техніки поведінкової терапії: процедури релаксації (прогресуюча м'язова релаксація; короткі процедури м'язової релаксації; вербальні процедури релаксації; ментальна релаксація; диференційована релаксація; умовна релаксація; релаксований стиль життя; релаксаційний тренінг); систематична десенсибілізація; репетиція поведінки та тренінг асертивності; методи підкріплення та покарання; аверсивний метод і метод «повені».
10. Зв'язок поведінкового та когнітивного напрямку терапії.
11. Когнітивні уявлення про особистість.
12. Моделі депресії та тривожності А. Бека.
13. Підходи до когнітивної терапії особистісних розладів за DSM-IV.
14. Когнітивні техніки: специфічні техніки виявлення й ідентифікації автоматичних думок; перевірка реалістичності й корегування автоматичних думок; ідентифікація та зміна прихованих переконань.
15. РЕТ А. Еліса.
16. Реальностна терапія У. Гласера.
17. Гештальт та границі контакту терапевта та клієнта.
18. Генез неврозу (конфлюєнція, інтроекція, проекція, ретрофлексія, дефлексія).
19. Техніки терапії (контракт, техніки діалогу та проєктивні техніки).
20. Фізична динаміка структури характеру особистості за А. Лоуеном.
21. Біоенергетичний аналіз.
22. Уявлення про м'язовий панцир.
23. Техніки роботи з тілом.
24. Аутогенне тренування.
25. Медитація.
26. Рольфінг, пальсінг.
27. Методи тілесного усвідомлювання Фельденкрайза.
28. Первинна терапія Янова.

### **5.1.2. Теми курсових робіт**

Не передбачено навчальним планом

### **5.1.3. Теми наукових робіт**

Не передбачено навчальним планом

## 5.Методи навчання

На практичних заняттях: моделювання ситуативних задач та вивчення матеріалів психотерапевтичної практики (за усіма темами), вивчення нормативних документів МВС України та МОЗ України.

- конспектування лекцій та самостійне опрацювання лекційного матеріалу за власним конспектом лекцій;
- підготовка тематичних повідомлень;
- участь у групових дискусіях;
- вирішення творчих практичних завдань.

*Самостійна робота за кожною темою передбачає вивчення:*

- наукової літератури за темою;
- відеоматеріалів.

*Індивідуальна робота* передбачає підготовку доповідей, виконання наукових робіт у вигляді рефератів.

### 5.Перелік питань та завдань, що виносяться на підсумковий контроль

1. Надання психологічної допомоги як напрям роботи психолога.
2. Психологічні консультування, корекція та терапія.
3. Напрями, школи, методи та техніки психотерапевтичної роботи.
4. Етапи надання психологічної допомоги.
5. Принципи, цілі та завдання психотерапії.
6. Зв'язок психотерапевтичних та психокорекційних програм.
7. Оцінювання ефективності психотерапевтичних заходів.
8. Чинники, які впливають на ефективність психотерапевтичної роботи.
9. Специфіка групової форми надання психологічної допомоги.
10. Наукові та етичні принципи надання психологічної допомоги.
11. Законодавче врегулювання надання психологічної допомоги в Україні.
12. Сутність поведінкового напрямку в наданні психологічної допомоги.
13. Причини розладів поведінки та можливості її виправлення в рамках поведінкового підходу.
14. Оцінка в рамках інтерв'ю;
15. Додаткові джерела даних, необхідних для оцінки;
16. Самоспостереження клієнта;
17. Непряме спостереження в природній обстановці;
18. Визначення цілей.
19. Прогресуюча м'язова релаксація;
20. Короткі процедури м'язової релаксації;
21. Вербальні процедури релаксації;
22. Ментальна релаксація;
23. Диференційована релаксація;
24. Умовна релаксація;
25. Релаксований стиль життя;
26. Релаксаційний тренінг.
27. Систематична десенсибілізація.

28. Різновиди систематичної десенсибілізації.
29. Репетиція поведінки та тренінг асертивності.
30. Методи підкріплення та покарання.
31. Аверсивний метод і метод «повені».
32. Уявлення про особистість в когнітивному напрямку надання психологічної допомоги (моделі депресії та тривожності).
33. Поняття про помилки мислення та сприйняття в когнітивному напрямку надання психологічної допомоги.
34. Генезис неврозу в когнітивному напрямку надання психологічної допомоги.
35. Етапи надання психологічної допомоги в когнітивному напрямку надання психологічної допомоги.
36. Підходи до надання психологічної допомоги при особистісних розладах в когнітивному напрямку надання психологічної допомоги.
37. Сутність раціонально-емотивної терапії А. Елліса.
38. АВСД-техніка.
39. Техніки РЕТ: обговорення та спростування ірраціональних поглядів; когнітивне домашнє завдання; раціонально-емотивна уява; рольова гра.
40. Етапи та техніки когнітивної корекційної роботи.
41. Дискутування, поведінкові та емотивні когнітивні техніки за А. Елісом.
42. Сутність когнітивного підходу А. Бека.
43. Автоматичні думки й основні когнітивні помилки за А. Беком.
44. Техніки виявлення й ідентифікації автоматичних думок за А. Беком.
45. Техніки перевірки реалістичності та коректування автоматичних думок за А. Беком.
46. Техніка «Сократівський діалог».
47. Реальнісна терапія В. Гласера.
48. Особистість клієнта та консультанта в процесі надання допомоги в психодинамічній корекції та терапії.
49. Модель психодинамічної терапії.
50. Техніки класичного психоаналізу.
51. Основні теоретичні положення теорії З. Фрейда.
52. Метод вільних асоціацій.
53. Метод аналізу сновидів за З. Фрейдом.
54. Конфронтація, перенос та контр перенос.
55. Основні теоретичні положення теорії К. Юнга. Метод аналізу сновидів за К. Юнгом.
56. Психотехніки в аналітичній психології А. Адлера: Аналіз особистісної динаміки, «Родинне сузір'я», «Антисугестія», дії «Якщо б», «Натискання кнопки», «Уникання плакунчика», «Аналіз ранніх спогадів».
57. Клієнт-центрований підхід К. Роджерса.
58. Основні поняття клієнт-центрованого підходу: «поле досвіду», «самість», «Я»-реальне, «Я»- ідеальне, «тенденція до самоактуалізації».
59. Цілі надання психологічної допомоги та її умови за Роджерсом.
60. Позиція психолога у клієнт-центрованому підході К. Роджерса: конгруентність, позитивна оцінка, емпатичне сприймання клієнта.



61. Техніки встановлення конгруентності, вербалізації, відображення емоцій у клієнт-центрованому підході К. Роджерса.
62. Етапи корекції у клієнт-центрованому підході К. Роджерса.
63. Лого-підхід в психокорекційній роботі.
64. Гештальтпсихологічний підхід в психокорекційній роботі.
65. Структура особистості за Е. Берном.
66. Трансактний аналіз в корекції дитячо-батьківських відносин.
67. Трансактний аналіз у груповій роботі.
68. Сценарії в трансактному аналізі.
69. Фізична динаміка структури характеру особистості за А. Лоуеном.
70. Біоенергетичний аналіз в тілесно-орієнтованій психотерапії.
71. Уявлення про м'язовий панцир в тілесно-орієнтованій психотерапії.
72. Техніки роботи з тілом в тілесно-орієнтованій психотерапії.
73. Аутогенне тренування в тілесно-орієнтованій психотерапії.
74. Медитація.
75. Рольфінг, пальсінг.
76. Методи тілесного усвідомлювання Фельденкрайза.
77. Первинна терапія Янова.
78. Розвиток артерапевтичного підходу.
79. Основні форми артерапії.
80. Бібліо-терапія.
81. Танцювальна терапія.
82. Музикотерапія.
83. Драматерапія
84. Лялькотерапія.

## **5. Критерії та засоби оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти**

Контрольні заходи включають у себе поточний та підсумковий контроль.

### **Поточний контроль.**

До форм поточного контролю належить оцінювання:

- рівня знань під час семінарських;
- якості виконання індивідуальної та самостійної роботи.

Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських, занять і має за мету перевірку засвоєння знань, умінь і навичок здобувачем вищої освіти з навчальної дисципліни.

У ході поточного контролю проводиться систематичний вимір приросту знань, їх корекція. Результати поточного контролю заносяться викладачем до журналів обліку роботи академічної групи за національної системою оцінювання («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно»).

Оцінки за самостійну та індивідуальну роботи виставляються в журнали обліку роботи академічної групи окремою графою за національною системою оцінювання («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно»). Результати цієї роботи враховуються під час виставлення підсумкових оцінок.

При розрахунку успішності здобувачів вищої освіти в Університеті враховуються такі види робіт: навчальні заняття (семінарські); самостійна та

індивідуальна роботи (виконання домашніх завдань, ведення конспектів першоджерел та робочих зошитів, виконання розрахункових завдань, підготовка рефератів, наукових робіт, публікацій, виступи на наукових конференціях, семінарах та інше); контрольні роботи (виконання тестів, контрольних робіт у вигляді, передбаченому в робочій програмі навчальної дисципліни). Вони оцінюються за національною системою оцінювання («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно»).

**Результат навчальних занять за семестр** розраховується як середньоарифметичне значення з усіх виставлених оцінок під час навчальних занять протягом семестру та виставляється викладачем в журналі обліку роботи академічної групи окремою графою.

**Результат самостійної роботи за семестр** розраховується як середньоарифметичне значення з усіх виставлених оцінок з самостійної роботи, отриманих протягом семестру та виставляється викладачем в журналі обліку роботи академічної групи окремою графою.

**Здобувач вищої освіти, який отримав оцінку «незадовільно» за навчальні заняття або самостійну роботу, зобов'язаний перескласти її.**

Загальна кількість балів (оцінка), отримана здобувачем за семестр перед підсумковим контролем, розраховується як середньоарифметичне значення з оцінок за навчальні заняття та самостійну роботу, та для переводу до 100-бальної системи помножується на коефіцієнт **10**.

$$\text{Загальна кількість балів (перед підсумковим контролем)} = \left( \left( \begin{array}{c} \text{Результат} \\ \text{навчальних} \\ \text{занять} \\ \text{за семестр} \end{array} + \begin{array}{c} \text{Результат} \\ \text{самостійної} \\ \text{роботи за} \\ \text{семестр} \end{array} \right) / 2 \right) * 10$$

#### **Підсумковий контроль.**

Підсумковий контроль проводиться з метою оцінки результатів навчання на певному ступені вищої освіти або на окремих його завершених етапах.

Для обліку результатів підсумкового контролю використовується поточно- накопичувальна інформація, яка реєструється в журналах обліку роботи академічної групи. Результати підсумкового контролю з дисциплін відображаються у відомостях обліку успішності, навчальних картках здобувачів вищої освіти, залікових книжках. **Присутність здобувачів вищої освіти на проведенні підсумкового контролю (заліку) обов'язкова.** Якщо здобувач вищої освіти не з'явився на підсумковий контроль (залік, екзамен), то науково- педагогічний працівник ставить у відомість обліку успішності відмітку «не з'явився».

**Підсумковий контроль (залік)** оцінюється за національною шкалою. Для переводу результатів, набраних на підсумковому контролі (екзамені, заліку), з національної системи оцінювання в 100-бальну вводиться коефіцієнт **10**, таким чином максимальна кількість балів на підсумковому контролі (екзамені, заліку), які використовуються при розрахунку успішності здобувачів вищої освіти, становить - **50**

Підсумкові бали з навчальної дисципліни визначаються як сума балів, отриманих здобувачем протягом семестру та балів, набраних на підсумковому контролі (екзамену).

$$\begin{array}{ccccc}
 \text{Підсумкові} & & \text{Загальна кількість} & & \text{Кількість балів} \\
 \text{бали} & = & \text{балів (перед} & + & \text{за підсумковим} \\
 \text{навчальної} & & \text{підсумковим} & & \text{контролем} \\
 \text{дисципліни} & & \text{контролем)} & & 
 \end{array}$$

Здобувач вищої освіти, який під час складання підсумкового контролю отримав оцінку «незадовільно», складає підсумковий контроль (екзамен) повторно. Повторне складання підсумкового контролю (екзамену,) допускається не більше двох разів з кожної навчальної дисципліни, у тому числі один раз – викладачеві, а другий – комісії, що створюється факультетом. Незадовільні оцінки виставляються тільки в відомостях обліку успішності. Здобувачам вищої освіти, які отримали не більше як дві незадовільні оцінки (нижче ніж 60 балів) з навчальної дисципліни, можуть бути встановлені різні строки ліквідації академічної заборгованості, але не пізніше як за день до фактичного початку навчальних занять у наступному семестрі. Здобувачі вищої освіти, які не ліквідували академічну заборгованість у встановлений термін, відраховуються з Університету. Особи, які одержали більше двох незадовільних оцінок (нижче ніж 60 балів) за підсумковими результатами вивчення навчальних дисциплін з урахуванням підсумкового контролю, відраховуються з Університету.

Вимоги до здобувачів вищої освіти щодо засвоєння змісту дисципліни:

Робота під час навчальних занять	Самостійна та індивідуальна робота	Підсумковий контроль
Отримати не менше 4 позитивних оцінок	Підготувати конспект за темою самостійної роботи, вирішити практичне завдання тощо.	Отримати за підсумковий контроль не менше 30 балів

## 6.Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		Оцінка	Пояснення
97-100	Відмінно («зараховано»)	A	«Відмінно» – теоретичний зміст курсу засвоєний цілком, потрібні практичні навички роботи з освоєним матеріалом сформовані, усі навчальні завдання, які передбачені програмою навчання, виконані в повному обсязі, відмінна робота без помилок або з однією незначною помилкою
94-96			
90-93			
85-89	Добре	B	«Дуже добре» – теоретичний зміст курсу засвоєний цілком, потрібні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, всі навчальні завдання, які передбачені програмою навчання, виконані, якість виконання жодного з них не оцінена мінімальним числом балів, деякі види завдань виконані з помилками, робота з декількома незначними
80-84			

	(«зараховано»)		помилками, або з однією-двома значними помилками.
75 – 79	Задовільно («зараховано»)	C	«Добре» – теоретичний зміст курсу освоєний <b>цілком</b> , практичні навички роботи з освоєним матеріалом в <b>основному</b> сформовані, <b>всі</b> навчальні завдання, які передбачені програмою навчання, <b>виконані</b> , якість виконання <b>жодного</b> з них <b>не оцінено мінімальним</b> числом балів, деякі види завдань виконані з <b>помилками</b> , робота з декількома незначними помилками або з однією-двома значними помилками.
70-74		D	«Задовільно» – теоретичний зміст курсу засвоєний частково, але прогалини не носять істотний характер, потрібні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, більшість передбачених програмою навчання навчальних завдань виконана, деякі з виконаних завдань містять помилки, робота з трьома значними помилками
65-69			
60-64	Незадовільно («не зараховано»)	E	«Достатньо» – теоретичний зміст курсу засвоєний частково, деякі практичні навички роботи не сформовані, частина передбачених програмою навчання навчальних завдань не виконана або якість виконання деяких з них оцінена числом балів, близьким до мінімального, робота, що задовольняє мінімуму критеріїв оцінки
40-59		FX	«Умовно незадовільно» – теоретичний зміст курсу засвоєний частково, потрібні практичні навички роботи не сформовані, більшість передбачених програм навчання, навчальних завдань не виконана, або якість їхнього виконання оцінено числом балів, близьким до мінімального; при додатковій самостійній роботі над матеріалом курсу можливе підвищення якості виконання навчальних завдань (з можливістю повторного складання), робота, що потребує доробки
21-40			
1–20		F	«Безумовно незадовільно» – теоретичний зміст курсу не освоєний, потрібні практичні навички роботи не сформовані, всі виконані навчальні завдання містять грубі помилки, додаткова самостійна робота над матеріалом курсу не приведе до значного підвищення якості виконання навчальних завдань, робота, що потребує повної переробки

## **7.Рекомендована література (основна, додаткова), інформаційні ресурси в Інтернеті**

### **Основна:**

- 1.Андрушко Я.С. Психокорекція : навч.-метод. посіб. Львів : ЛьвДУВС,
- 2.Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості : Навч. посібник для студентів ст. курсів психол. фак. та від-нь ун-тів. Харків :Фоліо, 2011.
- 3.Каліна Н.Ф. Психотерапія: підручник студ. вишів. Затверджено МОН України. Київ : «Академвидав», 2010.
- 4.Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії : навч. посібник. Дрогобич : Посвіт, 2015.
- 5.Кошова І. В., Литовченко Н. Ф. Психотерапія: навч.-метод. посібн. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2022. 113 с.
- 6.Левчук Л.Т. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика : Навч. посібник : Допущено МОН України Київ : Либідь, 2012.
- 7.Основи психотерапії : навч. посіб. / К.В. Седих, О.О. Фільц, В.І. Банцер та ін. Київ : Академвидав, 2016.
- 8.Порядок надання психологічної допомоги працівникам органів внутрішніх справ, які перебували в екстремальних ситуаціях професійної діяльності, пов'язаних із ризиком отримання поранень та психологічних травм : метод. рекомендації / уклад.: В.Ю. Ковальова, Т.В. Нещерет. Київ : [Б.в.], 2014.
- 9.Програма корекційної роботи з особами, які вчинили насильство в сім'ї, та основні засади її реалізації. Київ : Час Друку, 2010.
- 10.Рибалка В.В. Особистісно центроване консультування клієнтів із патогенною психодинамічною неконгруентністю : метод. посіб. Київ : КМПУ ім. Б.Д. Грінченка, 2015.
- 11.Теорія та практика психологічної допомоги: навч. посіб. / В.І. Пасічник, І.І. Ліпатов, Л.Ф. Шестопалова, І.І. Приходько та ін. 2-ге вид. Х.: НА НГУ, 2016. 250 с.
- 12.Терлецька Л.Г. Психологія здоров'я: арт-терапевтичні технології : навч. посіб. Київ : ВПЦ "Київ. ун-т", 2015.
- 13.Тімченко О.В. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування : Монографія. Харків: Ун-т внутр.справ, 2010.
- 14.Шевченко Л.О. Діагностика та корекція психічних станів злочинниць. Харків : Курсор, 2013.

### **Додаткова**

- 1.Вознесенська О., Мова Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога Використання арт-технологій в освіті. Київ: ТОВ Видавництво «Шкільний світ», 2011.
- 2.Калька Н., Ковальчук 3. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів :ЛьвДУВС, 2020.
- 3.Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. НАПН України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020.
- 4.Кузікова С. Б. Основи психокорекції : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2012.
- 5.Практикум із групової психокорекції: підручник / С.Д. Максименко, О.О.

Прокоф'єва, О.В. Царькова, О.В. Кочкурова. Мелітополь : Видавничо поліграфічний центр «Люкс», 2015.

6.Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання. Київ : Вища школа, 2014.

#### **Інформаційні ресурси в Інтернеті**

1.Портал професійних психологів України «У психолога». URL: <http://upsihologa.com.ua/>

2.Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи. URL: <http://www.psyua.com.ua>