

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства
та природокористування
Кафедра суспільних дисциплін

07/10-70М

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до семінарських занять з навчальної дисципліни
«Основи психотерапії»
для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня
за освітньо-професійною програмою «Психологія»
спеціальності 053 «Психологія»
денної та заочної форм навчання

Рекомендовано науково -
методичною радою
з якості ННІЕМ
Протокол № 1 від 03.09.2025 р.

Рівне – 2025

Методичні вказівки до семінарських занять з навчальної дисципліни «Основи психотерапії» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за освітньо-професійною програмою «Психологія» спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форм навчання [Електронне видання] / Шпак С. Г. Рівне : НУВГП, 2025. 45 с.

Укладач: Шпак С. Г., кандидат психологічних наук, доцент кафедри суспільних дисциплін ННІЕМ НУВГП.

Відповідальний за випуск: Сокаль В. А., кандидат пед. наук, в.о. завідувача кафедри суспільних дисциплін ННІЕМ НУВГП.

Керівник групи забезпечення спеціальності Шпак С. Г.

Попередня версія методичних вказівок: 07-03-298М

© С. Г. Шпак, 2025
© НУВГП, 2025

Вступ

Метою вивчення дисципліни «Психотерапія» є формування у майбутнього фахівця загальних та професійних компетенцій системи загальної психологічної підготовки. Засвоєння студентами знань про теоретично-методологічні закономірності надання психотерапевтичної допомоги різним верствам населення.

Завданнями курсу є:

- дати знання про теоретично-методологічні закономірності надання психотерапевтичної допомоги;
- з'ясувати зміст та особливості психотерапевтичних напрямків;
- ознайомити студентів з основними методами психотерапевтичної допомоги;
- формувати знань загально-методологічного характеру та практичних навичок і вмінь проведення психотерапевтичної допомоги;
- розвинути навички встановлення контакту, партнерської взаємодії, візуальної психодіагностики, конструктивного підходу у вирішенні проблем соціальної взаємодії.

Вивчення навчальної дисципліни «Психотерапія» спрямовано на формування таких компетенцій:

Інтегральна: здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у сфері освіти та соціальної допомоги, що передбачає надання психологічної допомоги методами психотерапевтичного впливу.

Загальні компетентності: здатність до абстрактного та логічного мислення; здатність діяти на основі етичних суджень; здатність до здійснення комунікативної взаємодії; здатність навчатися, навчати та самонавчатися.

Фахові (спеціальні) компетентності спеціальності: здатність до професійної діяльності у відповідності з віковими та індивідуальними особливостями людей, здатність до встановлення контакту, партнерської

взаємодії, візуальної психодіагностики, конструктивного підходу у вирішенні проблем соціальної взаємодії, покращення, корекції та розвитку власної комунікативної компетентності.

Очікувані результати навчання: розуміння предмета основи психотерапії, що ґрунтується на визнанні особливостей психічного розвитку людини в процесі діяльності, яка поєднує в собі соціальне і психічне, їхню взаємодію та взаємозв'язок; формування у майбутнього фахівця загальних та професійних компетенцій, системи загальної психологічної підготовки, уміння використовувати психологічні знання при організації психотерапевтичної роботи з людьми різного віку вирішення практичних, професійних і наукових завдань, стійке позитивне настановлення на іншу людину та допомогу їй, орієнтуватися у власному досвіді спілкування, що є необхідною передумовою і складовою розвитку психологічної компетентності у міжособистісних взаєминах.

В результаті освоєння дисципліни студент повинен

знати:

- функції, види, мету і завдання психотерапії;
- основні категорії та методи психотерапії;
- основні школи та напрямки психотерапії;
- теоретичні положення, які виконують методологічну функцію;
- диференціацію основних концептуальних положень різних психотерапевтичних напрямків;
- порушення психічного розвитку особи та шляхи вирішення цих проблем;
- організація психотерапевтичної роботи.

вміти:

- самостійно вивчати та аналізувати психологічну літературу;
- планувати та проводити психологічну роботу з

клієнтами;

- володіти навичками проведення психологічного обстеження та практичної обробки його результатів;
- підбирати інтерактивні ігри, різноманітні тренінгові вправи для розв'язання конкретних психологічних проблем;
- застосовувати на практиці методи та прийоми психотерапії.

2. Методичні поради для роботи над дисципліною

Зміст дисципліни реалізується опануванням трьох блоків: теоретичного, практичного та блоку самостійної роботи.

Напрямами самостійної роботи з вивчення курсу є: вивчення окремих тем та питань, підготовка фіксованих виступів, підготовка до семінарських занять.

Для розуміння студентами змісту курсу, системи семінарських занять та самостійного вивчення, форми підсумкового контролю вказівки містять програму навчальної дисципліни, теми і плани семінарських занять, теми самостійної роботи та вимоги до звіту про її виконання, індивідуальні завдання, питання до модульного контролю, рекомендовану (базову, допоміжну) літературу, інформаційні ресурси.

Для успішної підготовки до семінарського заняття розділ «Плани семінарських занять» містить тему, вид семінарського заняття, методи, які будуть застосовуватись в процесі проведення семінару, мотивацію навчання, мету, актуалізацію опорних знань, план, основні поняття, зміст узагальнення вивченого, завдання для підготовки до семінарського заняття, контрольні запитання до теми та

літературу з вказівкою сторінок вивчення відповідної теми.

З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, студентам пропонується опрацювання конспекту лекції, рекомендованої літератури та контрольні запитання.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1

Змістовний модуль 1. Психотерапія як наука

Тема 1. Історичний розвиток психотерапії як галузі психологічної науки

Психотерапія як наука. Психотерапія як система психологічної допомоги. Моделі психотерапії. Історичний шлях методів допомоги особистості. Особливості та передумови виникнення сучасних напрямків психології. Класифікація методів психотерапії. Форми реалізації методів психотерапії. Концептуальних моделей психотерапії, їх категорії та особливості.

Основні поняття: психотерапія, об'єкт та предмет психотерапії, цілі психотерапії, методи психотерапії., організаційні та емпіричні методи, основні та допоміжні методи, концептуальна модель психотерапії.

Тема 2. Психодинамічний напрям психотерапії

Психодинамічний напрям і психоаналіз З. Фрейда. Суть психодинамічної психотерапії. Стадії психосексуального розвитку. Генеза неврозу. Техніки психоаналізу. Результат психотерапевтичного впливу. Психологічний захист.

Психоаналітична концепція К. Юнга. Фундаментальні сфери: свідоме і несвідоме.

Індивідуальна психологія А.Адлера. Комплекс

неповноцінності. Механізми неврозів.

Неофрейдизму. Концепція психоаналізу К. Хорні.
Гуманістичний психоаналіз Е. Фромма. Его- психологія Е.
Еріксона

Основні поняття: психоаналіз, конфронтація, прояснення (кларифікація), інтерпретація, пропрацювання, трансфер, невроз, Ід-Его-Супер-Его, психологічний захист, метод вільних асоціацій, свідоме і несвідоме, архетип, персона, Его, тінь, Аніма, Анімус, індивідуальне і колективне. Індивідуальна психологія, неповноцінність, компенсація, гіперкомпенсація, аперцепція, «негативна свобода», «утеча від свободи», культурна ідентифікація, соціальний характер, Раціональність – ірраціональність, Холізм – елементалізм, Спадковість – соціальне, Змінність – незмінність, Суб'єктивність – об'єктивність, Проактивність – реактивність, Гомеостаз – гетеростаз, Пізнання – непізнання людини.

Тема 3. Когнітивний та поведінковий напрями психотерапії

Когнітивний підхід А. Бека. Раціонально-емотивна терапія А. Елліса. Реальнісна терапія У. Глассера.

Біхевіоризм Дж. Уотсона, Е. Толмена, Ф. Скіннера. Трансактний аналіз Е.Берна.

Основні поняття: когнітивна вразливість, когнітивне перекручення, раціональне та ірраціональне; конструктивне і деструктивне. почуття реальності, «Батько», «Дитина», «Дорослий».

Тема 4. Гуманістичний напрям психотерапії

Моделі особистості в гуманістичній психотерапії.
Клієнт-центрована психологія К.Роджерса. Логотерапія В. Франкла.

Екзистенційний напрямок психотерапії. Структура

особистості Ролло Мея. Техніки екзистенційної психотерапії
Гештальт-терапія Ф. Перлза Шляхи та норми психотерапевтичної роботи.

Арт-терапія. Символдрама. Психодрама.

Основні поняття: емпатія, піклування, конгруентність, свобода волі, воля до сенсу і сенс життя, самотрансценденція, безумовно позитивне прийняття, діалог, досвід, переживання, автентичність, самоактуалізація, цінність, самосвідомість, принцип «Тут і тепер», принцип «Я — Ти», «стимул-реакція», «фігура-фон», образ, мотив, проєкція.

Модуль 2

Змістовний модуль 2. Особливості психотерапевтичної допомоги

Тема 5. Особистість психотерапевта

Особливості підготовки психотерапевтів. Морально-етичні принципи психотерапії. Етика взаємодії психотерапевта з клієнтом. Роль психотерапевта в психотерапевтичному процесі.

Основні поняття: морально-етичні принципи психотерапії, етичний кодекс психотерапевта, психотерапевтичний процес, вимоги до особистості психотерапевта.

Тема 6. Психотерапевтичний контакт

Вимоги до облаштування психотерапевтичного кабінету. Особливості формування рапорту. Система налагодження психотерапевтичного альянсу. Шляхи та етапи психотерапевтичного процесу. Умови ефективної психотерапії. Рамки психотерапії.

Основні поняття: вимоги до психотерапевтичного кабінету, документація психотерапевта, етап

психотерапевтичного процесу, рамки психотерапії, бесіда, контракт.

Тема 7. Індивідуальна психотерапія

Особливості первинного діагностування клієнта. Індивідуально-орієнтований вибір методів психотерапевтичної допомоги. Умови та фактори ефективної психотерапевтичної допомоги клієнту.

Основні поняття: діагностика, умови ефективної психотерапії, форми та методи психотерапії, емпатія, активне та пасивне слухання.

Тема 8. Групова психотерапія

Принципи організації групової психотерапії. Особливості організації і проведення психологічного тренінгу. Форми ведення групових сеансів. Шляхи формування груп. Переваги та недоліки групової форми роботи.

Основні поняття: тренінг, психотерапевтична група, правила групових сесій, принципи формування груп.

Вивчення курсу передбачає проведення лекційних, семінарських, практичних та лабораторних занять, самостійну роботу студентів, використання різних форм контролю рівня знань студентів (виконання контрольних та творчих робіт, захист рефератів, співбесіда з окремих тем (питань теми), вибір адекватних методик для проведення дослідної роботи з дітьми різного віку, проведення атестації, заліку).

Велика увага приділяється розвитку наукового творчого мислення студентів, чому сприяють завдання для самостійної роботи.

4. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1.	Тема 1. Історичний розвиток психотерапії як галузі психологічної науки	2	-
2.	Тема 2. Психодинамічний напрям психотерапії	6	2
3.	Тема 3. Гуманістичний напрям психотерапії	4	2
4.	Тема 4. Когнітивний та поведінковий напрями психотерапії	4	2
5.	Тема 5. Особистість психотерапевта	2	2
6.	Тема 6. Психотерапевтичний контакт	2	2
7.	Тема 7. Індивідуальна психотерапія	2	2
8.	Тема 8. Групова психотерапія	4	2
	Разом	26	14

5. Плани семінарських занять

Семінарське заняття № 1

Тема: *Історичний розвиток психотерапії як галузі психологічної науки*

Вид заняття: семінар-розгорнута бесіда.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота.

Мотивація навчання: особистісне і професійне самовдосконалення.

Мета: *знати* предмет і завдання, етапи розвитку

психотерапії як науки, наукові школи (напрямки) сучасної психотерапії, взаємозв'язки психотерапії з іншими галузями знання, місце психотерапії в системі наукового знання.

вміти здійснювати порівняльний аналіз теорій сучасної психотерапії, обґрунтовувати доцільність використання методів досліджень.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Історичний розвиток психотерапії як галузі психологічної науки».

План

1. Психотерапія як наука, як система психологічної допомоги. Моделі психотерапії.
2. Історичний шлях методів допомоги особистості.
3. Особливості та передумови виникнення сучасних напрямків психології.
4. Класифікація методів психотерапії. Форми реалізації методів психотерапії.
5. Концептуальні моделі психотерапії, їх категорії та особливості.
6. Взаємозв'язки психотерапії з іншими галузями знання, місце психотерапії в системі наукового знання.

Основні поняття: психотерапія, об'єкт та предмет психотерапії, цілі психотерапії, методи психотерапії., організаційні та емпіричні методи, основні та допоміжні методи, концептуальна модель психотерапії.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Дайте визначення психотерапії як галузь психологічної науки.
2. Назвіть моделі психотерапії.
3. Опишіть історичний шлях формування методів допомоги особистості.
4. Визначте особливості та передумови виникнення сучасних напрямків психології.
5. Охарактеризуйте класифікацію методів психотерапії.
6. Визначте форми реалізації методів психотерапії.
7. Охарактеризуйте структуру, функції та основні категорії вікової психології.
8. Охарактеризуйте концептуальні моделі психотерапії, їх категорії та особливості.
9. Визначте взаємозв'язки психотерапії з іншими галузями знання, місце психотерапії в системі наукового знання.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.
2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Поплавська Є. В., Меленчук Н. І., Єрмакова С. С. Конспект лекцій з дисципліни «Основи психотерапії»

- (Галузь знань – 05; Соціальні та поведінкові науки; Спеціальність – 053 Психологія; Освітній ступінь – Бакалавр) / Міжнародний гуманітарний університет Одеса : МГУ, 2024. 149 с.
5. Фільц О.О., Седих К. В. Основи психотерапії. Київ : Академія, 2024. 192 с.
 6. Яценко Т. С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.
 7. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум : навчально-методичний посібник. Ужгород: Говерла, 2021. 80 с.

Семінарське заняття № 2

Тема: *Психодинамічний напрям психотерапії.*

Психоаналіз З.Фрейда

Вид заняття: семінар–практикум

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* суть психодинамічного напрямку психотерапії, стадії психосексуального розвитку, генезу неврозу, техніки психоаналізу, результат психотерапевтичного впливу.

вміти використовувати форми і методи психоаналізу та глибинної психотерапії.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання до теми «Психодинамічний напрям психотерапії. Психоаналіз З.Фрейда».

План

1. Особливості психодинамічного напрямку психотерапії
2. Класичний психоаналітичний підхід З. Фрейда

3. Структура особистості в психоаналізі
4. Методи психотерапії в психоаналітичному напрямі
5. Стадії психосексуального розвитку. Генеза неврозу. Техніки психоаналізу.
6. Результат психотерапевтичного впливу. Психологічний захист.

Основні поняття: психоаналіз, конфронтація, прояснення (кларифікація), інтерпретація, пропрацювання, трансфер, невроз, Ід-Его-Супер-Его, психологічний захист, метод вільних асоціацій.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Охарактеризуйте соціокультурний і науковий контекст виникнення психоаналізу.
2. Проаналізуйте методологічні інновації які ввів З. Фрейд.
3. Охарактеризуйте фактори, що визначають генезу неврозу в психоаналізі.
4. Наведіть приклади використання психологічних захистів.
5. Опишіть стадії психосексуального розвитку, а також типи регресивного поведінки, характерні для кожної з цих стадій.
6. Наведіть приклади прояву опору, етапи роботи з опором, самопідготовки в психоаналізі.
7. Дайте визначення трансферу та охарактеризуйте послідовність його аналізу.
8. Опишіть основні техніки психоаналізу.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану

семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психодинамічна психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.
2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т.С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 3

Тема: *Психодинамічний напрям психотерапії. Аналітична психологія К.Юнга*

Вид заняття: семінар–практикум

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* суть аналітичної психотерапії, генезу неврозу, техніки аналітичної психології К.Юнга, результат психотерапевтичного впливу.

вміти використовувати форми і методи аналітичної психології К.Юнга.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання до теми «Психодинамічний напрям психотерапії Аналітична психологія К.Юнга».

План

1. Основні положення вчення Юнга
2. Структура особистості за К. Юнгом
3. Індивідуація і аналітична психотерапія
4. Стадії аналітичної психотерапії

Основні поняття: аналітична психологія, свідоме і несвідоме, архетип, персона, Его, тінь, Аніма, Анімус, неповноцінність, компенсація, гіперкомпенсація, аперцепція, індивідуальне і колективне.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Охарактеризуйте соціокультурний і науковий контекст виникнення психоаналізу.
2. Опишіть основні техніки аналітичної психології К.Юнга.
3. Опишіть етапи психотерапевтичного процесу в аналітичній психології.
4. Охарактеризуйте поняття свідоме і несвідоме.
5. Охарактеризуйте поняття індивідуальне і колективне.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.

2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т.С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 4

Тема: *Психодинамічний напрям психотерапії. Індивідуальна психологія А.Адлера*

Вид заняття: семінар–практикум

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* суть психодинамічної психотерапії, стадії психосексуального розвитку, генезу неврозу, техніки Індивідуальної психології А.Адлера, результат психотерапевтичного впливу.

вміти використовувати форми і методи психоаналізу та глибинної психотерапії.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання до теми «Психодинамічний напрям психотерапії. Індивідуальна психологія А.Адлера».

План

1. Індивідуальний підхід до психотерапії А. Адлера
2. Етапи індивідуальної психотерапії
3. Техніки індивідуальної психотерапії

4. Результат психотерапевтичного впливу
5. Основні характеристики Неофрейдизму.
6. Основні поняття характерологічного аналізу К. Хорні.
7. Гуманістичний психоаналіз Е. Фромма.
8. Его- психологія Е. Еріксона.

Основні поняття: Індивідуальна психологія, неповноцінність, компенсація, гіперкомпенсація, аперцепція, «негативна свобода», «утеча від свободи», культурна ідентифікація, соціальний характер, Рациональність – ірраціональність, Холізм – елементалізм, Спадковість – соціальне, Змінність – незмінність, Суб'єктивність – об'єктивність, Проактивність – реактивність, Гомеостаз – гетеростаз, Пізнання – непізнання людини.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Охарактеризуйте соціокультурний і науковий контекст виникнення Індивідуальної психології А.Адлера.
2. Охарактеризуйте фактори, що визначають генезу неврозу в Індивідуальній психології А.Адлера.
3. Опишіть основні техніки Індивідуальної психології А.Адлера
4. Опишіть етапи психотерапевтичного процесу в Індивідуальній психології.
5. Визначіть суть індивідуального психоаналізу.
6. Охарактеризуйте спосіб виникнення комплексу

неповноцінності, механізмів виникнення неврозів.

7. Охарактеризуйте основні поняття Неофрейдизму.

8. Розкрийте суть основних понять характерологічного аналізу К. Хорні.

9. Назвіть стратегії оптимізації міжособистісних стосунків К. Хорні.

10. Охарактеризуйте особливості Гуманістичного психоаналізу Е. Фромма.

11. Охарактеризуйте основи Его- психології Е. Еріксона.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.

2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.

3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

4. Яценко Т.С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 5

Тема: *Когнітивний та поведінковий напрями психотерапії*

Вид заняття: семінар–практикум

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* особливості когнітивного та поведінкового напрямку психотерапії.

вміти використовувати форми і методи когнітивного та поведінкового напрямку психотерапії.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Когнітивний та поведінковий напрями психотерапії».

План

1. Особливості когнітивного напрямку психотерапії
2. Когнітивний підхід А. Бека.
3. Раціонально-емотивна терапія А. Елліса.
4. Реальнісна терапія У. Глассера.

Основні поняття: когнітивна вразливість, когнітивне перекручення, раціональне та ірраціональне; конструктивне і деструктивне. почуття реальності.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте загальну характеристику когнітивного напрямку психотерапії
2. Охарактеризуйте особливості когнітивного підходу А. Бека.
3. Визначте особливості Раціонально-емотивної терапії А. Елліса.
4. Проаналізуйте принципи Реальнісної терапії У. Глассера розвиток у немовляти сприйняття.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.
2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т.С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 6

Тема: *Когнітивний та поведінковий напрями психотерапії*

Вид заняття: семінар–практикум

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* особливості когнітивного та поведінкового напрямку психотерапії.

вміти використовувати форми і методи когнітивного та поведінкового напрямку психотерапії.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Когнітивний та поведінковий напрями психотерапії».

План

1. Особливості поведінкового напрямку психотерапії
2. Біхевіористична теорія Дж. Уотсона.
3. Біхевіоризм Е. Толмена.
4. Концепція Ф. Скіннера.
5. Трансактний аналіз Е.Берна.

Основні поняття: когнітивна вразливість, когнітивне перекручення, раціональне та ірраціональне; конструктивне і деструктивне. почуття реальності. «Батько», «Дитина», «Дорослий».

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте загальну характеристику когнітивного напрямку психотерапії
2. Охарактеризуйте особливості поведінкового підходу Дж. Уотсона.
3. Визначте особливості біхевіоризму Е. Толмена.
4. Проаналізуйте принципи концепції Ф. Скіннера.
5. Охарактеризуйте основні моменти Трансактного аналізу Е.Берна.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.

2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т.С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 7

Тема: *Гуманістичний напрям психотерапії*

Вид заняття: семінар–практикум.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення.

Мета: *знати* основні моделі особистості гуманістичного напрямку психотерапії, шляхи та норми психотерапевтичної роботи.

вміти використовувати форми і методи гуманістичній психотерапії.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Гуманістичний напрям психотерапії».

План

1. Клієнт-центрована психологія К. Роджерса
2. Техніки Клієнт-центрованої психотерапії
3. Логотерапія В. Франкла. Техніки Логотерапії

Основні поняття: емпатія, піклування, конгруентність, свобода волі, воля до сенсу і сенс життя, самотрансценденція, безумовно позитивне прийняття, самосвідомість.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Охарактеризуйте основні положення гуманістичного психоаналізу.
2. Визначте моделі особистості в гуманістичній психотерапії.
3. опишіть основні положення Клієнт-центрованої психології К.Роджерса.
4. Розкрийте суть Логотерапії В. Франкла.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
2. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
3. Поплавська Є.В ., Меленчук Н. І., Єрмакова С. С. Конспект лекцій з дисципліни «Основи психотерапії» (Галузь знань – 05; Соціальні та поведінкові науки; Спеціальність – 053 Психологія; Освітній ступінь – Бакалавр) / Міжнародний гуманітарний університет Одеса : МГУ, 2024. 149 с.

4. Фільц О. О., Седих К. В. Основи психотерапії. Київ : Академія, 2024. 192 с.
5. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум : навчально-методичний посібник. Ужгород : Говерла, 2021. 80 с.

Семінарське заняття № 8

Тема: *Екзистенційно-гуманістичний напрям психотерапії*

Вид заняття: семінар–практикум.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення.

Мета: *знати* основні моделі особистості екзистенційно-гуманістичного напрямку психотерапії, шляхи та норми психотерапевтичної роботи.

вміти використовувати форми і методи гуманістичній психотерапії.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Екзистенційно-гуманістичний напрям психотерапії».

План

1. Екзистенційний напрям психотерапії
2. Структура особистості Ролло Мея
3. Техніки екзистенційної психотерапії
4. Гештальт-терапія Ф. Перлза
5. Арт-терапія.
6. Символдрама.
7. Психодрама.

Основні поняття: діалог, досвід, переживання, автентичність, самоактуалізація, цінність, самосвідомість, принцип «Тут і тепер», принцип «Я — Ти», «стимул-реакція», «фігура-фон», образ, мотив, проекція.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Охарактеризуйте основні положення екзистенційного напрямку психотерапії.
2. Опишіть основні положення структури особистості Ролло Мея.
3. Охарактеризуйте основні моменти Гештальт-терапії Ф. Перлза.
4. Рівні неврозу в Гештальт-терапії
5. Проаналізуйте види та методи Арт-терапії.
6. Охарактеризуйте основні акценти Символдрами.
7. Визначте основні моменти Психодрами.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
2. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
3. Поплавська Є.В ., Меленчук Н. І., Єрмакова С. С. Конспект лекцій з дисципліни «Основи психотерапії» (Галузь знань – 05; Соціальні та поведінкові науки;

- Спеціальність – 053 Психологія; Освітній ступінь – Бакалавр) / Міжнародний гуманітарний університет Одеса : МГУ, 2024. 149 с.
4. Фільц О. О., Седих К. В. Основи психотерапії. Київ : Академія, 2024. 192 с.
 5. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум : навчально-методичний посібник. Ужгород : Говерла, 2021. 80 с.

Семінарське заняття № 9

Тема: *Особистість психотерапевта*

Вид заняття: семінар – практикум.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мета: *знати* морально-етичні принципи психотерапії та етику взаємодії психотерапевта з клієнтом.

вміти використовувати форми і методи психотерапії в процесі психотерапевтичного контакту.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання до теми

План

1. Особливості підготовки психотерапевтів.
2. Морально-етичні принципи психотерапії.
3. Етика взаємодії психотерапевта з клієнтом.
4. Роль психотерапевта в психотерапевтичному процесі.
5. Форми та методи самовдосконалення в професії.

Основні поняття: морально-етичні принципи психотерапії, етичний кодекс психотерапевта, психотерапевтичний процес, вимоги до особистості психотерапевта.

Узагальнення вивченого: діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами, тестовий контроль знань.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте особливості підготовки психотерапевтів.
2. Охарактеризуйте морально-етичні принципи психотерапії.
3. Визначте особливості етики взаємодії психотерапевта з клієнтом.
4. Проаналізуйте роль психотерапевта в психотерапевтичному процесі.
5. Охарактеризуйте форми та методи самовдосконалення в професії.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.
2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич,; за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т. С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 10

Тема: *Психотерапевтичний контакт*

Вид заняття: семінар-практикум.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення.

Мета: *знати* основні вимоги до облаштування психотерапевтичного кабінету, шляхи та етапи психотерапевтичного процесу, умови ефективної психотерапії.

вміти використовувати форми і методи налагодження психотерапевтичного альянсу.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Психотерапевтичний контакт».

План

1. Вимоги до облаштування психотерапевтичного кабінету.
2. Особливості формування рапорту.
3. Система налагодження психотерапевтичного альянсу.
4. Шляхи та етапи психотерапевтичного процесу.
5. Умови ефективної психотерапії.
6. Труднощі психотерапевтичної взаємодії.

Основні поняття: вимоги до психотерапевтичного кабінету, документація психотерапевта, етап психотерапевтичного процесу, рамки психотерапії, бесіда, контракт.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання

вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте загальні вимоги до облаштування психотерапевтичного кабінету.
2. Охарактеризуйте особливості формування рапорту.
3. Проаналізуйте особливості налагодження психотерапевтичного альянсу.
4. Визначте шляхи та етапи психотерапевтичного процесу.
5. Охарактеризуйте умови та рамки ефективної психотерапії.
6. Визначте труднощі психотерапевтичної взаємодії.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.
2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич,; за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т. С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 11

Тема: *Індивідуальна психотерапія*

Вид заняття: семінар-практикум.

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд

мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Мета: *знати* особливості первинного діагностування клієнта, умови та фактори ефективної психотерапевтичної допомоги клієнту.

вміти використовувати індивідуально-орієнтований вибір методів психотерапевтичної допомоги.

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Індивідуальна психотерапія».

План

1. Особливості первинного діагностування клієнта.
2. Індивідуально-орієнтований вибір методів психотерапевтичної допомоги.
3. Умови та фактори ефективної психотерапевтичної допомоги клієнту.
4. Види психологічного захисту клієнта.
5. Етичні правила в процесі індивідуальної психотерапії.

Основні поняття: діагностика, умови ефективної психотерапії, форми та методи психотерапії, емпатія, активне та пасивне слухання.

Узагальнення вивченого: виконання вправ, робота з психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте загальну характеристику індивідуальної психотерапії.
2. Охарактеризуйте особливості первинного

- діагностування клієнта.
3. Проаналізуйте індивідуально-орієнтований вибір методів психотерапевтичної допомоги.
 4. Охарактеризуйте умови та фактори ефективної психотерапевтичної допомоги клієнту.
 5. Визначіть види психологічного захисту клієнта.
 6. Проаналізуйте етичні правила в процесі індивідуальної психотерапії.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.
2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич,; за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т. С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 12

Тема: *Групова психотерапія*

Вид заняття: семінар-практикум

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мета: *знати* принципи організації групової психотерапії, переваги та недоліки групової форми роботи.

вміти використовувати форми і методи організації і проведення психологічного тренінгу.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Групова психотерапія».

План

1. Принципи організації групової психотерапії.
2. Особливості організації і проведення психологічного тренінгу.
3. Форми ведення групових сеансів.
4. Особливості групових процесів.

Основні поняття: тренінг, психотерапевтична група, правила групових сесій, принципи формування груп.

Узагальнення вивченого: діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте загальну характеристику групової психотерапії.
2. Охарактеризуйте принципи організації групової психотерапії.
3. Визначіть форми ведення групових сеансів.
4. Проаналізуйте комунікативні процеси в групі.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.

2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич,; за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т. С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

Семінарське заняття № 13

Тема: *Групова психотерапія*

Вид заняття: семінар-практикум

Методи: бесіда, діагностика знань, перегляд мультимедійних презентацій, психологічне дослідження, самостійна робота, перегляд науково-популярного фільму.

Мета: *знати* принципи організації групової психотерапії, переваги та недоліки групової форми роботи.

вміти використовувати форми і методи організації і проведення психологічного тренінгу.

Мотивація навчання особистісне і професійне самовдосконалення

Актуалізація опорних знань: контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «Групова психотерапія».

План

1. Шляхи та особливості формування груп.
2. Переваги та недоліки групової форми роботи.
3. Психотерапевтичний процес в групі.
4. Фази групової динаміки.

Основні поняття: тренінг, психотерапевтична група, правила групових сесій, принципи формування груп.

Узагальнення вивченого: діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами.

Завдання для підготовки до семінарського заняття:

I. З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

Контрольні запитання до теми

1. Проаналізуйте особливості формування груп.
2. Охарактеризуйте переваги та недоліки групової форми роботи.
3. Визначіть психотерапевтичний процес в групі.
4. Проаналізуйте фази групової динаміки.

II. Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

Список рекомендованих джерел

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.
2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич; за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Яценко Т. С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1.	Тема 1. Історичний розвиток психотерапії як галузі психологічної науки	10	12
2.	Тема 2. Психодинамічний напрям психотерапії	18	26
3.	Тема 3. Когнітивний та поведінковий напрями психотерапії	16	24
4.	Тема 4. Гуманістичний напрям психотерапії	16	24
5.	Тема 5. Особистість психотерапевта	10	12
6.	Тема 6. Психотерапевтичний контакт	10	12
7.	Тема 7. Індивідуальна психотерапія	10	12
8.	Тема 8. Групова психотерапія	10	12
	Разом	100	134

Оформлення звіту про самостійну роботу

Підсумком самостійної роботи вивчення дисципліни «Основи психотерапії» є складання письмового звіту за темами, вказаними в п. 6.

Захист звіту про самостійну роботу відбувається у терміни, обумовлені студентом і викладачем.

Види самостійної роботи

1. Захист звіту про самостійну роботу
2. Презентація наукового фільму.
3. Презентація першоджерел.
4. Презентація наукової статті.
5. Написання наукової статті для публікації.
6. Підготовка виступу на студентській конференції.

7. Питання до підсумкового контролю з дисципліни «Психотерапія»

1. Психотерапія як наука, як система психологічної допомоги.
2. Моделі психотерапії.
3. Історичний шлях методів допомоги особистості.
4. Особливості та передумови виникнення сучасних напрямків психології.
5. Класифікація методів психотерапії.
6. Форми реалізації методів психотерапії.
7. Концептуальні моделі психотерапії, їх категорії та особливості.
8. Взаємозв'язки психотерапії з іншими галузями знання
9. Місце психотерапії в системі наукового знання.
10. Суть психодинамічної психотерапії.
11. Психоаналіз З. Фрейда.
12. Стадії психосексуального розвитку. Генеза неврозу. Техніки психоаналізу.
13. Результат психотерапевтичного впливу. Психологічний захист.
14. Психоаналітична концепція К. Юнга. Фундаментальні сфери: свідоме і несвідоме.
15. Індивідуальна психологія А.Адлера. Комплекс неповноцінності. Механізми неврозів.
16. Суть індивідуального психоаналізу.
17. Суть основних понять характерологічного аналізу К.Хорні.
18. Моделі особистості в гуманістичній психотерапії.
19. Клієнт-центрована психологія К.Роджерса.
20. Логотерапія В. Франкла.
21. Екзистенційний напрямок психотерапії.
22. Суть гуманістичного психоаналізу Е. Фромма. Механізми втечі Е. Фромма.
23. Шляхи та норми психотерапевтичної роботи.

24. Особливості когнітивного напрямку психотерапії
25. Когнітивний підхід А. Бека.
26. Раціонально-емотивна терапія А. Елліса.
27. Реальнісна терапія У. Глассера.
28. Гештальт-терапія Ф. Перлза.
29. Особливості поведінкового напрямку психотерапії
30. Біхевіоризм Дж. Уотсона, Е. Толмена, Ф. Скіннера.
31. Особливості підготовки психотерапевтів.
32. Морально-етичні принципи психотерапії.
33. Етика взаємодії психотерапевта з клієнтом.
34. Роль психотерапевта в психотерапевтичному процесі
35. Вимоги до облаштування психотерапевтичного кабінету.
36. Особливості формування рапорту.
37. Система налагодження психотерапевтичного альянсу.
38. Шляхи та етапи психотерапевтичного процесу.
39. Умови ефективної психотерапії. Рамки психотерапії.
40. Особливості первинного діагностування клієнта.
41. Індивідуально-орієнтований вибір методів психотерапевтичної допомоги.
42. Умови та фактори ефективної психотерапевтичної допомоги клієнту.
43. Види психологічного захисту клієнта.
44. Принципи організації групової психотерапії.
45. Особливості організації і проведення психологічного тренінгу.
46. Форми ведення групових сеансів.
47. Шляхи формування груп.
48. Переваги та недоліки групової форми роботи.

**Шкала оцінювання навчальних досягнень
студентів**

Види занять	Бали
1. Поточна складова оцінювання	
1.1. Історичний розвиток психотерапії як галузі психологічної науки	4
1.2. Психодинамічний напрям психотерапії	8
1.3. Когнітивний та поведінковий напрями психотерапії	8
1.4. Гуманістичний напрям психотерапії	8
1.5. Особистість психотерапевта	4
1.6. Психотерапевтичний контакт	4
1.7. Індивідуальна психотерапія	6
1.8. Групова психотерапія	8
1.16. Самостійна робота	10
Всього поточна складова оцінювання:	60
2. Підсумкова складова оцінювання	
2.1. Модульний контроль №1	20
2.2. Модульний контроль №2	20
Всього підсумкова складова оцінювання:	40
Разом:	100

Сума балів за всі форми навчальної діяльності

Сума балів за всі форми навчальної діяльності	Для заліку
90 – 100	зараховано
82 – 89	
74 – 81	
64 – 73	
60 – 63	
35 – 59	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

8. Список рекомендованих джерел

Базові

1. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія : навчальний посібник для самостійної роботи. Харків : 2020. 30 с.
2. Кобець О. В., Діхтяренко С. Ю. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник / Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич ; Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
4. Поплавська Є. В., Меленчук Н. І., Єрмакова С. С. Конспект лекцій з дисципліни «Основи психотерапії» (Галузь знань – 05; Соціальні та поведінкові науки; Спеціальність – 053 Психологія; Освітній ступінь –

- Бакалавр) / Міжнародний гуманітарний університет
Одеса : МГУ, 2024. 149 с.
5. Фільц О. О., Седих К. В. Основи психотерапії. Київ : Академія, 2024. 192 с.
 6. Яценко Т. С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 284 с.
 7. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум : навчально-методичний посібник. Ужгород : Говерла, 2021. 80 с.

Додаткові

1. Давидова О. В. Методичні вказівки щодо виконання семінарських, практичних занять і самостійної роботи з навчальної дисципліни «Основи психотерапії» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня денної форми навчання зі спеціальності 053 - «Психологія» освітньо-професійної програми «Психологія» КРЕМЕНЧУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ МИХАЙЛА ОСТРОГРАДСЬКОГО. Кременчук, 2024. 41 с.
2. Судник Н. В. Використання сучасних напрямів психотерапії в роботі психолога. Ізмаїльський державний гуманітарний університет. Ізмаїл, 2023. 83 с.
3. Титаренко Т. М. Психологія життєвої кризи. Київ : Знання, 2018. 234 с.
4. Шпак С. Г. 07-03-298 Методичні вказівки до семінарських занять з навчальної дисципліни «Основи психотерапії» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня освітньо-професійної програми спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання [Електронне видання]. Рівне : НУВГП, 2021. 43 с.

5. Шпак С. Г. 07-03-296М Методичні вказівки до семінарських занять з навчальної дисципліни «Арт-терапія» для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня освітньо-професійної програми спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання [Електронне видання]. Рівне : НУВГП, 2021. 44 с.
6. Шпак С. Г. 07-03-307М Методичні вказівки до семінарських занять з навчальної дисципліни «Методи психокорекції та психотерапії» для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня освітньо-професійної програми спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання [Електронне видання]. Рівне : НУВГП, 2021. 44 с.
7. Шпак С. Г. 07-03-149S Силабус навчальної дисципліни «Основи психосоматики» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня освітньо-професійної програми спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання [Електронне видання]. Рівне : НУВГП, 2023. 14 с.
8. Шпак С. Г. 07-10-90S Силабус навчальної дисципліни «Основи психотерапії» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня освітньо-професійної програми спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання [Електронне видання]. Рівне : НУВГП, 2025. 12 с.
9. Шпак С. Г. 07-10-91S Силабус навчальної дисципліни «Основи психосоматики» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня освітньо-професійної програми спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання [Електронне видання]. Рівне : НУВГП, 2025. 11 с.
10. Шпак С. Г. 07-03-394 Методичні вказівки до семінарських занять з навчальної дисципліни

«Основи психосоматики» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня освітньо-професійної програми спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форми навчання [Електронне видання]. Рівне : НУВГП, 2023. 45 с.

11. Шпак С. Г., Конопатська О. С. Дослідження особливостей проявів агресії в дошкільному віці. Міжнародна науково-практична конференція «Актуальні проблеми науки, освіти та технологій в умовах сучасних викликів»: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Умань, 21 березня 2023 р.): у 2 ч. Умань : ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. 75 с. С. 53-55.
12. Svitlana Shpak, Oleh Druz, Andrii Bursa, Roman Dolynskiy, Oksana Rudakevych. PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE REHABILITATION OF MILITARY PERSONS WITH POST-TRAUMATIC SYNDROME PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE REHABILITATION OF MILITARY PERSONS WITH POST-TRAUMATIC SYNDROME (ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВООСЛУЖБОВЦІВ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СИНДРОМОМ) Журнал Навколишнє середовище та соціальна психологія. Періодичне наукове видання, що включене до переліку фахових видань України, до наукометричних баз – Scopus (категорія «А»), *Environment and Social Psychology*. Vol 9 (2024).
13. Шпак С. Г., Павлисько М. Б. Діагностика та профілактика суїцидальної схильності учасників бойових дій в період війни в Україні. Мультидисциплінарний науковий часопис «НОТАТКИ СУЧАСНОЇ НАУКИ» Наукова публікація в рамках проведення науково-практичної конференції

- «Актуальні питання сучасної науки: історія, теорія, практика», Випуск 15. Харків: СГ НТМ «Новий світ», 2024. 81 с. С. 17–18.
14. Шпак С. Г., Смольська Л. М., Шеховцов В. С. ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ ЕМОЦІЙНО-ОБРАЗНОГО ПРОЦЕСІНГУ ПРИ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДАХ. Rehabilitation and Recreation Журнал "*Rehabilitation and Recreation*" включено у Scopus. (категорія «А»): Наказ МОН України № 1721 від 10 грудня 2024 року. Публікація 04.07.2025 р.
 15. Шпак С. Г. Михайлова А. О. Сучасні проблеми подолання інтернет-залежності у підлітків. Збірник наукових праць «Соціально-гуманітарний вісник», Випуск 50. Харків : СГ НТМ «Новий світ», 2024. 81 с. С. 25–26.
 16. Bowlby J. A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. Tavistock professional book. London : Routledge. 1988. 197 p.
 17. Brisch K. H. Treating Attachment Disorders: From Theory to Therapy. 2nd Edition. / K. Kronenberg, Trans. Guilford Press, 2012. 294 p.
 18. One Family's Story: A Primer on Bowen Theory / Kerr M., Larry A. Hjelle, Daniel J. Ziegler, Ziegler Hjelle. Personality Theories: Basic Assumptions, Research and Applications (3rd Edition). McGraw-Hill Education, 1992, .624 p.
 19. Larry A. Hjelle, Daniel J. Ziegler, Ziegler Hjelle. Personality Theories: Basic Assumptions, Research and Applications. 3rd Edition. McGraw-Hill Education, 1992. 624 p.
 20. Porges S. W. Pocket Guide to the Polyvagal Theory – The Transformative Power of Feeling Safe. W.W. Norton & Co, 2017. 288 p.

21. Washington : Bowen Center for the Study of the Family
Georgetown Family Centeri, 2004. 43 p.

9. Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека ім. В. І. Вернадського. URL:
<http://www.nbuv.gov.ua/>
2. Обласна наукова бібліотека (м. Рівне, вул. О. Борисенка, 6).
URL: <http://www.libr.rv.ua/>
3. Рівненська централізована бібліотечна система (м. Рівне, вул.
Київська, 44). URL: <http://www.cbc.rv.ua/>
4. Наукова бібліотека НУВГП (м. Рівне, вул. Олекси Новака, 75)
URL: <http://nuwm.edu.ua/naukova-biblioteka> (інформаційні
ресурси у цифровому репозиторії).
5. Музична терапія: як музика впливає на здоров'я. URL:
[https://konkurent.ua/publication/30415/muzichna-terapiya-yak-
muzika-vplivaye-na-zdorovya/](https://konkurent.ua/publication/30415/muzichna-terapiya-yak-muzika-vplivaye-na-zdorovya/)
6. Щедролосева К. О. Музикотерапія та її лікувально-педагогічні
можливості. URL:
[http://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/%D0%A9%D0%B5%D0
%B4%D1%80%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%81%D1%94%
D0%B2%D0%B0%20%D0%9A.%D0%9E.doc?id=8bf2bf6c-2fb4-
4923-bb68-8e6e7cfaa723](http://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/%D0%A9%D0%B5%D0%B4%D1%80%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%81%D1%94%D0%B2%D0%B0%20%D0%9A.%D0%9E.doc?id=8bf2bf6c-2fb4-4923-bb68-8e6e7cfaa723)