

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**
Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖЕНО
Факультет гуманітарно-педагогічний
“19” червня 2025 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ**

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма «Психологія»
Факультет: Гуманітарно-педагогічний
Розробник: доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук,
доцент Оксана ОЛІЙНИК

Київ – 2025 р.

Опис навчальної дисципліни «Основи психотерапії»

Навчальна дисципліна «Основи психотерапії» є обов'язковою навчальною дисципліною ОП «Психологія», важливою для узагальнення знань інших галузей психології та набуття умінь з психологічної допомоги особистості. Під час її вивчення студенти набувають знань про особливості роботи з різними типами клієнтів та їх запитамі, про теоретичні основи психотерапевтичної практики, показання та обмеження для здійснення психотерапії; техніки сучасних напрямків вітчизняної та світової психотерапії; принципи та закономірності організації психотерапевтичної інтервенції. Дисципліна «Основи психотерапії» сприяє формуванню у студентів розуміння місця та ролі психотерапії в системі наукового знання та в сучасному суспільстві, її задач, особливостей психотерапевтичного процесу, методів і психотехніки в різних напрямках психотерапії, вимог до особистості психотерапевта.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	<i>(бакалавр)</i>	
Спеціальність	053 «Психологія»	
Освітня програма	«Психологія»	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	обов'язкова	
Загальна кількість годин	120	
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість змістових модулів	3	
Курсовий проект (робота) (за наявності)		
Форма контролю	<i>екзамен</i>	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм здобуття вищої освіти		
	Форма здобуття вищої освіти	
	денна	заочна
Курс (рік підготовки)	3	
Семестр	6	
Лекційні заняття	<i>30 год.</i>	<i>год.</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>30 год.</i>	<i>год.</i>
Лабораторні заняття	<i>год.</i>	<i>год.</i>
Самостійна робота	<i>60 год.</i>	<i>год.</i>
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти	<i>4 год.</i>	

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Мета: ознайомлення студентів із сутністю та особливостями психотерапії як форми психологічної допомоги, її напрямками, моделями, видами, методами і техніками; розуміння показань та обмежень для здійснення психотерапії, принципів та закономірностей організації психотерапевтичної інтервенції.

Набуття компетентностей:

інтегральна компетентність (ІК): 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;

загальні компетентності (ЗК):

- здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу (ЗК1),
- здатність застосовувати набуті знання у практичних ситуаціях професійної діяльності (ЗК2),
- знання та розуміння предметної області та специфіки професійної діяльності психолога (ЗК3),
- навички використання інформаційних і комунікаційних технологій (ЗК4),
- здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями (ЗК5),
- здатність приймати обґрунтовані рішення (ЗК7),
- здатність генерувати нові ідеї (креативність) (ЗК8),
- навички міжособистісної взаємодії, здатність працювати в команді (ЗК9),
- цінування та повага різноманітності та мультикультурності (ЗК10),
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів) (ЗК11),
- здатність діяти соціально відповідально та свідомо (ЗК12).

спеціальні (фахові) компетентності (СК):

- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психотерапії (СК1),
- вміння самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел (СК2),
- здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (СК3),
- здатність самостійно планувати, організувати та здійснювати психологічне дослідження (СК4),
- уміння організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову). Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту (СК6),
- усвідомлювати межі своєї компетентності та дотримуватися норм професійної етики в психотерапевтичній роботі (СК7),
- здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку (СК8),
- навички міжособистісного спілкування та роботи в команді у процесі професійної діяльності (СК9).

Програмні результати навчання (ПРН):

- визначати, аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання (ПРН1),
- демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань (ПРН2),
- ілюструвати прикладами закономірності та особливості функціонування та розвитку психічних явищ (ПРН3),
- здійснювати пошук інформації з різних джерел для вирішення професійних завдань в т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій (ПРН4),
- здійснювати реферування наукових джерел, обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки (ПРН5),

– самостійно обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги (ПР6),

– пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі психотерапевтичної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв’язання (ПР10),

– формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію під час супервізійних зустрічей з колегами (ПРН11),

– складати та реалізовувати план консультативного та терапевтичного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій (ПРН12),

– складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, терапевтичних вправ, відповідно до вимог замовника (ПРН13),

– емпатійно взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерновікові особливості (ПРН14),

– демонструвати навички командної роботи у процесі вирішення фахових завдань (ПРН15),

– Демонструвати відповідальне ставлення до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку (ПРН16),

– знати та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога (ПРН17);

– демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям (ПРН18);

– вживати ефективних заходів щодо збереження та підтримання психічного та психосоматичного здоров’я, за потреби визначати зміст запиту до супервізії (ПРН19).

2. Програма та структура навчальної дисципліни

3. Назви змістових модулів і тем	Кількість годин													
	денна форма							Заочна форма						
	тижні	усього	у тому числі					усього	у тому числі					
			л.	пр.	лаб	інд	ср.		л.	пр.	лаб.	інд	ср.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Модуль І. Загальні положення психотерапії														
Тема 1.1. Поняття психотерапії в сучасній науці і практиці	1	7	2	2			3							
Тема 1.2. Моделі психотерапевтичної допомоги та механізми психотерапії	2	8	2	2			4							
Тема 1.3. Простір психотерапії.	3	7	2	2			3							

Тема 1.4. Специфіка психотерапевтичного процесу	4	8	2	2			4						
Разом за модулем I	30		8	8			14						
Модуль II. Психодинамічна психотерапія і травматерапія													
Тема 2.1. Психодинамічний напрям психотерапії. Аналітична психотерапія	5	7	2	2			3						
Тема 2.2. Когнітивно-біхевіоральний напрям психотерапії	6-7	15	4	4			7						
Тема 2.3. Тілесно-орієнтована терапія	8	8	2	2			4						
Тема 2.4. Травматерапія	9	8	2	2			4						
Тема 2.5. Позитивна психотерапія	10	7	2	2			3						
Разом за модулем II	45		12	12			21						
Модуль III. Перцептуально-феноменологічні та системний підходи у психотерапії													
Тема 3.1. Гештальт-терапія	11	9	2	2			5						
Тема 3.2. Клієнт-центрована терапія	12	9	2	2			5						
Тема 3.3. Транзактний аналіз Е. Берна	13	9	2	2			5						
Тема 3.4. Системна сімейна терапія	14-15	18	4	4			10						
Разом за модулем III	45		10	10			25						
Усього годин	120		30	30			60						

4. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поняття психотерапії в сучасній науці і практиці	2
2	Моделі психотерапевтичної допомоги та механізми психотерапії	2
3	Простір психотерапії.	2
4	Специфіка психотерапевтичного процесу	2
5	Психодинамічний напрям психотерапії. Аналітична психотерапія	2
6-7	Когнітивно-біхевіоральний напрям психотерапії	4
8	Тілесно-орієнтована терапія	2
9	Травматерапія	2
10	Позитивна психотерапія	2
11-	Гештальт-терапія	2
11	Клієнт-центрована терапія	2
12	Транзактний аналіз Е. Берна	2
13	Психотерапевтичний процес, заключні інтервенції. Оцінка ефективності.	2
14-15	Системна сімейна терапія	4
Усього		30

5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поняття психотерапії в сучасній науці і практиці	2
2	Моделі психотерапевтичної допомоги та механізми психотерапії	2
3	Простір психотерапії.	2
4	Специфіка психотерапевтичного процесу	2
5	Психодинамічний напрям психотерапії. Аналітична психотерапія	2
6-7	Когнітивно-біхевіоральний напрям психотерапії	4
8	Тілесно-орієнтована терапія	2
9	Травматерапія	2
10	Позитивна психотерапія	2
11	Гештальт-терапія	2
12	Клієнт-центрована терапія	2
13	Транзактний аналіз Е. Берна	2
14-15	Системна сімейна терапія	4
Усього		30

6. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поняття психотерапії в сучасній науці і практиці	3
2	Моделі психотерапевтичної допомоги та механізми психотерапії	4
3	Простір психотерапії.	4
4	Специфіка психотерапевтичного процесу	3
5	Психодинамічний напрям психотерапії. Аналітична психотерапія	3
6-7	Когнітивно-біхевіоральний напрям психотерапії	7
8	Тілесно-орієнтована терапія	4
9	Травматерапія	4
10	Позитивна психотерапія	3
11-	Гештальт-терапія	5
12	Клієнт-центрована терапія	5
13	Транзактний аналіз Е. Берна	5
14-15	Системна сімейна терапія	10
Усього		60

7. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

(вибрати необхідне чи доповнити)

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист практичних робіт, проєктів;
- самооцінювання.

8. Методи навчання *(вибрати необхідне чи доповнити)*:

- метод проблемного навчання;
- метод практико-орієнтованого навчання;
- кейс-метод;
- метод проєктного навчання;
- метод перевернутого класу, змішаного навчання;
- метод навчання через дослідження;

- метод навчальних дискусій та дебат;
- метод командної роботи, мозкового штурму
- метод гейміфікованого навчання.

9. Оцінювання результатів навчання.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України»

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль 1. Загальні положення психотерапії		
Лекція 1.1	Визначати поняття «психотерапія». Розуміти об'єкт, предмет, мету і завдання психотерапії.	-
Практична робота 1.1	Знати особливості становлення і розвитку вітчизняної та зарубіжної психотерапії як галузі знань. Знати види та структуру терапевтичної допомоги. Характеристика видів та методів психотерапії	10
Самостійна робота 1.1	Аналіз розвитку сучасної вітчизняної психотерапії як науки	10
Лекція 1.2.	Знати основні моделі психотерапевтичної допомоги. Характеризувати медичну та психологічну моделі психотерапії.	-
Практична робота 1.2.	Вміти виділяти й застосовувати особливості терапії психосоматичних пацієнтів. Знати різновиди соматичних розладів. Характеристика механізмів лікувальної дії психотерапії у відповідності до сфер функціонування людини	10
Самостійна робота 1.2.	Розрізняти психологічні та психофізіологічні аспекти психотерапії.	10
Лекція 1.3.	Знати етичні засади терапевтичної роботи. Розуміти критерії та методи оцінки ефективності терапії.	-
Практична робота 1.3.	Диференціювати особистісні і професійні якості психотерапевта.	10
Самостійна робота 1.3.	Уміти розробляти модель першої терапевтичної сесії, в якій представлено особливості укладання контракту психотерапевта з клієнтом,	5
Лекція 1.4	Виділяти етапи психотерапевтичного процесу. Вміти застосовувати основні види контакту в психотерапії. Знати специфіку дії конкретних методів психотерапії.	-
Практична робота 1.4	Аналіз психотерапевтичного процесу із зазначенням основних його етапів.	10
Самостійна робота 1.4	Диференціювати типи клієнтів та їх скарги	5

Модульна контрольна робота 1.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 1		100
Модуль 2. Психодинамічна психотерапія і травматерапія		
Лекція 2.1	Знати основні положення психодинамічної концепції. Виділяти специфіку організації психоаналітичної терапії.	-
Практична робота 2.1	Вміти застосовувати основні аналітичні психотехніки. Вміти організовувати психотерапевтичний процес.	8
Самостійна робота 2.1	Знати методи, прийоми й психотехніки роботи в психоаналітичному напрямі психотерапії	5
Лекція 2.2	Володіти основними поняттями поведінкової психотерапії. Аналізувати специфіку психотерапевтичного процесу у межах теорії соціального навчання.	-
Практична робота 2.2.	Знати сутність і особливості когнітивної психотерапії. Знати методи, прийоми й психотехніки роботи в когнітивно-біхевіоральному напрямі психотерапії	13
Самостійна робота 2.2.	Аналізувати особливості когнітивної психотерапії А. Бека	5
Лекція 2.3	Знати природу тілесності людини та основні тілесні проблеми. Розуміти мету, межі та можливі результати напряму.	-
Практична робота 2.3.	Володіти методами й техніками тілесноорієнтованої психотерапії. Розрізняти професійні навички тілесно орієнтованого психотерапевта. Знати методи, прийоми й техніки роботи в тілесноорієнтованій терапії	8
Самостійна робота 2.3	Аналіз показань для застосування тілесноорієнтованої терапії	5
Лекція 2.4.	Знати сутність поняття «травма» в психотерапії. Розуміти причини і симптоми травми. Розрізняти основні категорії травм. Знати типи травм. Характеризувати види травм.	-
Практична робота 2.4.	Знати методи лікування травм. Розрізняти особливості роботи з тілом при травмі в різних напрямках психотерапії.	8
Самостійна робота 2.4.	Аналізувати особливості впливу травми на організм.	5
Лекція 2.5.	Знати зміст та основні характеристики позитивної психотерапії. Володіти принципами позитивної психотерапії.	-
Практична робота 2.5.	Вміти використовувати техніки positum-підходу. Розуміти сфери переробки конфлікту (балансна модель) в позитивній психотерапії. диференціювати стадії взаємодії в позитивній психотерапії.	8
Самостійна робота 2.5.	Аналіз п'ятикрокової моделі консультування та самопомоги в позитивній психотерапії.	5

Модульна контрольна робота 2.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 2		100
Модуль 3. Перцептуально-феноменологічні та системний підходи у психотерапії		
Лекція 3.1.	Розуміти загальні положення гештальт-терапії. Знати основні принципи гештальттерапії. Володіти навичками групової гештальттерапії. Знати базові цінності гештальт-терапії.	-
Практична робота 3.1.	Вміти організувати й аналізувати терапевтичні стосунки в гештальт-терапії. Вміти використовувати техніки гештальт-терапії. Аналіз терапевтичних стосунків в гештальт-терапії.	10
Самостійна робота 3.1.	Підбір та використання вправ і психотехнік гештальт-терапії	5
Лекція 3.2.	Знати загальні положення клієнт-центрованої терапії К. Роджерса. Аналізувати сучасний стан розвитку клієнт-центрованої терапії.	-
Практична робота 3.2.	Знати особливості проведення терапії, тривалість терапії та сфери застосування. Знати особливості побудови терапевтичних стосунків в клієнт-центрованій терапії.	10
Самостійна робота 3.2.	Використовувати техніки та механізми клієнт-центрованої терапії	5
Лекція 3.3.	Виділяти особливості психотерапії в транзактному аналізі Е. Берна. Знати роль ігор та життєвих сценаріїв в житті людини.	-
Практична робота 3.3.	Здійснювати структурний аналіз Я-станів, аналіз транзакцій. Вміти організувати терапевтичний процес. Визначати мету й етапи психотерапії, застосовувати техніки психотерапії в транзактному аналізі. Аналіз Я-станів, транзакцій, життєвих сценаріїв в терапії	10
Самостійна робота 3.3.	Підбирати та використовувати прийомів і технік транзактного аналізу в терапії	5
Лекція 3.4.	Вміти класифікувати основні напрями системної терапії. Знати теорію систем як концептуальну основу сімейної терапії. Розуміти сфери застосування системної сімейної терапії.	
Практична робота 3.4.	Вміти формулювати системні питання. Вміти будувати сімейну скульптуру. визначати специфіку заключних інтервенцій. Застосовувати методи роботи з рефлексуючою командою.	15
Самостійна робота 3.4.	Використовувати методи і техніки системної терапії.	10
Модульна контрольна робота 3.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 3		100
Навчальна робота	(M1 + M2+ M3)/3*0,7 ≤ 70	
Екзамен	30	
Всього за курс	(Навчальна робота + екзамен) ≤ 100	

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	<p>Проведення навчальних занять, терміни та умови виконання навчальних завдань можуть бути адаптовані до запитів студентів із документально підтвердженими особливими потребами. Відповідальністю студента залишається вчасне надання таких документів.</p> <p>Відтермінування здачі завдань самостійної роботи у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомої для студента причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації.</p> <p>Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу лектора за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).</p> <p>Відтермінування здачі екзамену може бути дозволене у випадку за умови погодження з деканатом.</p>
Політика щодо академічної доброчесності:	<p>Вступаючи на цей курс, студенти повинні дотримуватися норм поведінки, прописаних у Положенні про академічну доброчесність у Національному університеті біоресурсів і природокористування України (https://nubip.edu.ua/node/12654).</p> <p>Студенти повинні знати та дотримуватись академічної доброчесності з усіх питань цього курсу. Порушення академічної доброчесності тягне за собою академічну відповідальність.</p> <p>Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Самостійні роботи повинні мати коректні текстові посилання на використану літературу</p>
Політика щодо відвідування:	<p>Відвідування лекцій та практичних занять з курсу є обов'язковим, воно забезпечує краще розуміння матеріалу, дає можливість простежити зв'язок між теоретичною інформацією та її прикладним аспектом, сформуванню системи знань та ґрунтовно підготуватись до екзамену.</p> <p>За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)</p>

10. Навчально-методичне забезпечення:

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни «Основи психотерапії» (на навчальному порталі НУБіП України eLearn - <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=3654>)
- Чередниченко Т.В. Основи психотерапії та психопрофілактики: [методичні вказівки до виконання контрольної роботи для слухачів заочної форми навчання за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти, спеціальності 053 «Психологія»]. Черкаси : ЧПБ ім. Героїв Чорнобиля НУЦЗ України, 2023. 24 с.

11. Рекомендовані джерела інформації

Основні

1. Каліна Н. Ф. Психотерапія : підручник. К. : Академвидав, 2010. 288 с.
2. Карпенко Є. В. Методи сучасної психотерапії : навч. посібник. Дрогобич : Посвіт, 2015. 116 с.
3. Ліхи Р. Техніки когнітивної терапії. Посібник психотерапевта. К.: Науковий світ. 2023. 748 с.
4. Михальченко Н.В. Навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни «Психотерапія з психокорекційною роботою». Миколаїв, 2018. 172 с.
5. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
6. Основи психотерапії : навч. посіб. За ред. К.В. Седих, О.О. Фільца. К. : Академвидав, 2024. 208 с.
7. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник. Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
8. Сімон Фріц Б., Рех-Сімон К. Циркулярне опитування. Львів: Простір-М, 2017. 206 с.
9. Яцина О. Ф. Основи психотерапії : практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.
10. Kerr M. One Family's Story: A Primer on Bowen Theory / Kerr M. Washington, : Bowen Center for the Study of the Family Georgetown Family Centeri. 2004. 43 p.

Допоміжні

1. Актуальні проблеми психології Т. III. *Консультативна психологія і психотерапія: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України* / За ред. Максименка С. Д. К.: Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2017. Вип. 13. *Консультативна психологія і психотерапія*. 264 с.
2. Вебер Т. Травмафокус. Спеціалізований психотерапевтичний метод для роботи зі стресом, травмою та хронічним болем / Пер. з нім. Гладун І.М. Х.: Вид-во «ЛІТЕРА НОВА», 2020. 164 с.
3. Грищук М. М. Теоретико-методологічні засади системної сімейної психотерапії *Наукові записки. Серія "Психологія і педагогіка"*. 2011. Вип. 18. С. 35-40.
4. Карпенко Є. В. Правові колізії розвитку психотерапії в Україні. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. Вип. 2. Львів : Львівський держ. ун-т внутр. справ, 2014. С. 74-81.
5. Пеньковська Н. М., Шептицький Р. В. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навч. посіб. Тернопіль : Крок, 2014. 286 с.
6. Підлипна Л. Терапія мистецтвом. 2-ге вид., оновл. Івано-Франківськ : ОІППО; Снятин : ПрутПринт, 2009. 136 с.
7. Сімон Фріц Б., Рех-Сімон К. Циркулярне опитування. Львів: Простір-М, 2017. 206 с.
8. Glen O. Gabbard, Judith S. Beck, Jeremy Holmes Oxford University Press, 2007. 534 p.

Інформаційні ресурси

1. Методи психотерапії.
URL: https://stud.com.ua/180781/psihologiya/metodi_psihoterapiyi (дата звернення 20.05.2025).
2. Основи психотерапії: курс лекцій : навчальний посібник. Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, уклад. К. П. Радзівіл. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. 172 с.
<https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/17218/1/Курс%20лекцій%20Основи%20психотерапії.pdf> (дата звернення 20.05.2025).
3. Основи психотерапії : навч.посіб. За ред. К.В. Седих, О.О. Фільца. К. : Академвидав .http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/психотерап_Седих.pdf (дата звернення 20.05.2025).
4. Філіпова Е.В. Дитяча і підліткова психотерапія: Навч. Посіб., 2016. https://stud.com.ua/43092/psihologiya/dityacha_i_pidlitkova_psihoterapiya (дата звернення 20.05.2025).