

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

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

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
СИСТЕМНА СІМЕЙНА ПСИХОТЕРАПІЯ**

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 «Системна сімейна психотерапія»

Навчальна дисципліна «Системна сімейна психотерапія» є вибірковою дисципліною ОП «Психологія». Під час її вивчення студенти набувають знань про специфіку запитів, показання та обмеження для застосування, закономірності організації психотерапевтичної інтервенції в напрямі системної сімейної психотерапії. Дисципліна «Системна сімейна психотерапія» сприяє формуванню у студентів розуміння вимог до особистості психотерапевта, особливостей психотерапевтичного процесу, методів і психотехнік в напрямі системної сімейної психотерапії.

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Системна сімейна психотерапія» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів спеціальності 053 «Психологія». Навчальна дисципліна є невід'ємною складовою сукупності знань та вмінь, що формують професійний профіль майбутнього спеціаліста психолога, дозволить створити передумови для усвідомленого підходу до практичної роботи.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	(бакалавр)	
Спеціальність	053 «Психологія»	
Освітня програма	«Психологія»	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	вибіркова	
Загальна кількість годин	210	
Кількість кредитів ECTS	7	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота) (за наявності)		
Форма контролю	екзамен	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм здобуття вищої освіти		
	Форма здобуття вищої освіти	
	денна	заочна
Курс (рік підготовки)	4	
Семестр	7	
Лекційні заняття	30 год.	год.
Практичні, семінарські заняття	60 год.	год.
Лабораторні заняття	год.	год.
Самостійна робота	120 год.	год.
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти	6 год.	

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Мета: формування у студентів знань про теоретичні основи системної сімейної психотерапії; методи й техніки системної сімейної психотерапії; принципи та

закономірності організації психотерапевтичної інтервенції у системній сімейній психотерапії.

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):

- у застосуванні набутих знань із психотерапії у практичних ситуаціях, у роботі з різними запитами клієнтів (ЗК1),
- розуміння предметної області психотерапії та розуміння особливостей професійної діяльності психотерапевта (ЗК2),
- здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями із психотерапії (ЗК4),
- здатність критично оцінювати інформацію, що стосується психотерапії, орієнтуватися на наукові дослідження в психотерапії (ЗК5),
- здатність приймати обґрунтовані рішення щодо підбору методів і технік психотерапевтичної діяльності (ЗК6),
- здатність генерувати нові ідеї, гіпотези щодо причин та наслідків, напрямів роботи з конкретними клієнтськими запитами (ЗК7),
- навички міжособистісної взаємодії у процесі психотерапевтичної роботи з клієнтом, створення терапевтичних стосунків (ЗК8),
- здатність працювати в команді, розв'язуючи навчальні завдання (ЗК9),
- 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 (ЗК10),
- здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння закономірностей розвитку психотерапії як науки і сфери практичної діяльності, її місця у системі наукових та практичних знань про механізми, способи і прийоми професійного надання психологічної допомоги, що сприяють актуалізації резервів особистісного зростання, розв'язанню проблем, звільненню від психосоматичних симптомів (ЗК11),

спеціальні (фахові) компетентності (СК):

- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психотерапії (СК1),
- здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду психотерапевтичної роботи з різними типами клієнтів та їх запитами (СК2),
- здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків людей різного віку і статі, виділяти та адекватно аналізувати особливості поведінкових та емоційних порушень особистості (СК3),
- здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел (СК4),
- здатність організовувати та надавати психотерапевтичну допомогу (індивідуальну та групову) (СК8),
- здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу щодо виникнення психосоматичних порушень (СК9),

- здатність дотримуватися норм професійної етики у застосуванні методів і прийомів психотерапевтичної допомоги, проводити терапевтичне інтерв'ю (СК10),
- здатність до постійного особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку (СК11).

Програмні результати навчання (ПРН):

- аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання (ПРН1),
- розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань (ПРН2),
- здійснювати пошук інформації з різних джерел, у тому числі з використанням інформаційно-комунікаційних технологій (ПРН3),
- обрати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проективні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної (терапевтичної) допомоги (ПРН5),
- презентувати результати власних досліджень усно / письмово для колег та клієнтів у доступній формі (ПРН8),
- пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі психотерапевтичної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (ПРН9),
- формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію під час супервізійних зустрічей з колегами (ПРН10),
- складати та реалізовувати план консультативного та терапевтичного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій (ПРН11),
- 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 (ПРН12),
- ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення професійно-орієнтованих завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості (ПРН14),
- відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку (ПРН15),
- знати та розуміти етичні принципи професійної діяльності психотерапевта, дотримуватись етичного кодексу Української спілки психотерапевтів (ПРН16),
- демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності (ПРН17);
- вживати ефективних заходів щодо збереження та підтримання психічного та психосоматичного здоров'я, за потреби визначати зміст запиту до супервізії (ПРН18).

2. Програма та структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма							заочна форма					
	ти жн і	усьо го	у тому числі					усього	у тому числі				
			л	п	ла б	ін д	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
Модуль 1. Теоретичні положення системної сімейної психотерапії													
Тема 1.1. Поняття системної сімейної психотерапії. Історія розвитку. Моделі	1	15	2	4			9						
Тема 1.2. Теорії системно-сімейного підходу	2	15	2	4			9						
Тема 1.3. Ключові питання системної сімейної психотерапії	3	15	2	4			9						
Тема 1.4. Системне розуміння проблем	4	15	2	4			9						
Тема 1.5. Параметри інтегративної моделі. Діагностовані проблеми	5-6	30	4	8			18						
Тема 1.6. Основні позиції, положення, мета системної сімейної психотерапії	7	15	2	4			9						
1.7. Зовнішні рамки системної сімейної психотерапії	8	15	2	4			9						
Разом за модулем 1		120	16	32			72						
Модуль 2. Практикум системної сімейної психотерапії													
Тема 2.1. Формування гіпотез та джерела інформації в системній сімейній психотерапії	9	12	2	4			6						
Тема 2.2. Методи і техніки системної сімейної психотерапії. Рефлексуюча команда	10-12	38	6	12			20						
Тема 2.3. Психотерапевтичний процес, заключні інтервенції. Оцінка ефективності.	14	13	2	4			8						
Тема 2.4. Галузі застосування системної сімейної психотерапії: сеттинг	13	14	2	4			7						
Тема 2.5. Використання інтегративної моделі в практиці ССТ	15	13	2	4			7						
Разом за модулем 2		90	14	28			48						
Усього годин		210	30	60			120						

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поняття системної сімейної психотерапії. Історія розвитку. Моделі	2
2	Теорії системно-сімейного підходу	2
3	Ключові питання системної сімейної психотерапії	2
4	Системне розуміння проблем	2
5-6	Параметри інтегративної моделі. Діагностовані проблеми	4
7	Основні позиції, положення, мета системної сімейної психотерапії	2
8	Зовнішні рамки системної сімейної психотерапії	2
9	Формування гіпотез та джерела інформації в системній сімейній психотерапії	2
10-12	Методи і техніки системної сімейної психотерапії. Рефлексуюча команда	6
13	Психотерапевтичний процес, заключні інтервенції. Оцінка ефективності.	2
14	Галузі застосування системної сімейної психотерапії: сеттинг	2
15	Використання інтегративної моделі в практиці ССТ	2
Усього		30

4. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поняття системної сімейної психотерапії. Історія розвитку. Моделі	4
2	Теорії системно-сімейного підходу	4
3	Ключові питання системної сімейної психотерапії	4
4	Системне розуміння проблем	4
5	Параметри інтегративної моделі.	4
6	Діагностовані проблеми	4
7	Основні позиції, положення, мета системної сімейної психотерапії	4
8	Зовнішні рамки системної сімейної психотерапії	4
9	Формування гіпотез та джерела інформації в системній сімейній психотерапії	4
10	Методи і техніки системної сімейної психотерапії. Методи вивчення сімейної історії. Інтерв'ю по генограмі	4
11	Системні питання. Сімейна скульптура	4
12	Коментування. Рефлексуюча команда	4
13	Галузі застосування системної сімейної психотерапії: сеттинг	4
14	Використання інтегративної моделі в практиці ССТ	4
15	Психотерапевтичний процес, заключні інтервенції. Оцінка ефективності терапії	4
Усього		60

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Поняття системної сімейної психотерапії. Історія розвитку. Моделі	9
2	Теорії системно-сімейного підходу	9
3	Ключові питання системної сімейної психотерапії	9
4	Системне розуміння проблем	9
5	Параметри інтегративної моделі.	9
6	Діагностовані проблеми	9

7	Основні позиції, положення, мета системної сімейної психотерапії	9
8	Зовнішні рамки системної сімейної психотерапії	9
9	Формування гіпотез та джерела інформації в системній сімейній психотерапії	6
10	Методи і техніки системної сімейної психотерапії. Методи вивчення сімейної історії. Інтерв'ю по генограмі	7
11	Системні питання. Сімейна скульптура	7
12	Коментування. Рефлексуюча команда	6
13	Галузі застосування системної сімейної психотерапії: сеттинг	8
14	Використання інтегративної моделі в практиці ССТ	7
15	Психотерапевтичний процес, заключні інтервенції. Оцінка ефективності терапії	7
Усього		120

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист практичних робіт, проектів;
- пірінгове оцінювання, самооцінювання.

7. Методи навчання:

- 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.

8. 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. Теоретичні положення системної сімейної психотерапії		
Лекція 1.1 Поняття системної сімейної психотерапії. Історія розвитку. Моделі	Знати сутність поняття «система», «системна сімейна терапія». Аналізувати основні етапи становлення і розвитку ССТ.	-
Практична робота 1.1	Характеризувати основні особливості Міланської моделі Знати вихідні межі Міланської моделі, основні її напрямки і принципи Характеризувати особливості кібернетики 1-го і 2-го порядку. Розуміти специфіку ССТ.	6

Самостійна робота 1.1	Розуміти системну модель Оудсхоорна Порівняльний аналіз моделей ССТ.	3
Лекція 1.2. Теорії системно-сімейного підходу	Знати особливості теорії аутопоієтичних систем Розуміти концепцію гомеостазу	-
Практична робота 1.2.	Характеризувати теорію соціальних систем. Аналізувати теорію систем, центрованій на особистості	5
Самостійна робота 1.2.	Визначати ключові ознаки соціального конструкціонізму	3
Лекція 1.3. Ключові питання системної сімейної психотерапії	Знати визначення поняття «каузальність», її роль у створенні причинно-наслідкових зв'язків	-
Практична робота 1.3.	Характеризувати сутність створення соціальної дійсності «мова і рекурсивність» Аналізувати особливості рекурсивності мови Розуміти сутність поняття «реальність»	6
Самостійна робота 1.3	Навести приклади каузальності в ССТ	3
Лекція 1.4. Системне розуміння проблем	Визначати сутність поняття «проблема».	-
Практична робота 1.4.	Знати причини створення проблем Розуміти корисність проблеми в ССТ. Визначати форми клінічної проблеми.	5
Самостійна робота 1.4.	Знати етапи хроніфікації проблеми.	3
Лекція 1.5. Параметри інтегративної моделі. Діагностовані проблеми	Знати структуру сім'ї. Розуміти модель Олсона. Характеристика трикутника як одиниці сімейної системи.	-
Практична робота 1.5.	Знати типи дисфункціональних сімейних структур. Характеризувати сім'ю як комунікативну систему, розуміти проблеми комунікації. Розуміти циркулярність сімейних взаємодій.	12
Самостійна робота 1.5.	Розуміти функції симптоматичної поведінки в сімейній системі. Визначати цілі сімейної терапії, заснованій на інтегративній моделі	7
Лекція 1.6 Основні позиції, положення, визначення цілей системної сімейної психотерапії	Вміти конструювати гіпотези. Розуміння терапії як провокації і стимулювання	-
Практична робота 1.6.	Характеристика терапії, націленої на ресурси – орієнтація на рішення. Знання особливостей ССТ, орієнтованої на клієнта	6
Самостійна робота 1.6.	Розуміння сутності ірреферентності.;	4
Лекція 1.7 Зовнішні рамки системної сімейної психотерапії	Визначати тривалість, періодичність терпії, інтервали між сесіями, загальну тривалість.	-
Практична робота 1.7.	Визначати особливості терапії однієї сесії; склад учасників. Уміти уточнювати мету терапії.	5
Самостійна робота 1.7.	Розуміти, як і коли завершувати терапію	3
Модульна контрольна робота 1.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 1		100
Модуль 2. Практикум системної сімейної психотерапії		
Лекція 2.1 Формування гіпотез та джерела інформації в системній сімейній психотерапії	Знати специфіку формування початкових гіпотез Застосовувати Розуміти гіпотези про контекст	-
Практична робота 2.1	Характеризувати заочні форми системної	7

	інформації Вміти використовувати джерела інформації про клієнта	
Самостійна робота 2.1	Створення генограми	4
Лекція 2.2 Методи і техніки системної сімейної психотерапії. Рефлексуюча команда	Знати форми питань для уточнення відмінностей Розуміти й застосовувати циркулярні питання Питання орієнтовані на проблему і на рішення	-
Практична робота 2.2.	Аналізувати питання на початку і вкінці терапії Вправління в розробці циркулярних питань в залежності від проблеми	18
Самостійна робота 2.2.	Розробляти різні форми питань для уточнення відмінностей	8
Лекція 2.3 Психотерапевтичний процес, заключні інтервенції. Оцінка ефективності.	Знати основні етапи ССТ Розуміти особливості заключної інтервенції Аналізувати стан експертної оцінки ефективності	-
Практична робота 2.3.	Порівняльний аналіз первинної і заключної інтервенції, їх особливості. Приклади	6
Самостійна робота 2.3	Оцінка ефективності системної сімейної психотерапії	4
Лекція 2.4. Галузі застосування системної сімейної психотерапії: сеттинг	Знати особливості проведення сімейної психотерапії без сім'ї Розуміти специфіку реконструкції сім'ї Аналізувати етапи супервізії команди	-
Практична робота 2.4.	Використовувати навички консультування організації Моделювання супервізійної зустрічі	7
Самостійна робота 2.4.	Аналіз прикладів співробітництва з великими системами	4
Лекція 2.5. Використання інтегративної моделі в практиці ССТ	Уміти знаходити пацієнта в сім'ї. Розуміти приховані механізми подружнього вибору.	-
Практична робота 2.5.	Знати особливості кризової терапії вступу дитини в школу. Визначати проблеми в навчанні.	7
Самостійна робота 2.5.	Розуміти застосування інтегративної моделі в домашньому злочинстві	5
Модульна контрольна робота 2.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота	(M1 + M2)/2*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:	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. Відтермінування здачі завдань самостійної роботи у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомої для студента причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації. 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). Відтермінування здачі екзамену може бути дозволене у випадку за умови погодження з деканатом.
Політика щодо академічної доброчесності:	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). Студенти повинні знати та дотримуватись академічної доброчесності з усіх питань цього курсу. Порушення академічної доброчесності тягне за собою академічну відповідальність. 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
Політика щодо відвідування:	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, сформувати систему знань та ґрунтовно підготуватись до екзамену. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

9. Навчально-методичне забезпечення:

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни «Системна сімейна психотерапія» (на навчальному порталі НУБіП України eLearn - <https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=4622>);

- 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.

- методичні матеріали щодо вивчення навчальної дисципліни «Системна сімейна психотерапія» для здобувачів вищої освіти денної та заочної форм здобуття вищої освіти.

10. Рекомендовані джерела інформації

Основна

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. Михальченко Н.В. Навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни «Психотерапія з психокорекційною роботою». Миколаїв, 2018. 172 с.
4. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб / за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
5. Основи психотерапії : навч.посіб. За ред. К.В. Седих, О.О. Фільца. К. :Академвидав, 2024. 208 с.
6. Сімон Фріц Б., Рех-Сімон К. Циркулярне опитування. Львів: Простір-М, 2017. 206 с.
7. Чепелева Н. В., Смульсон М. Л., Шиловська О. М, Гуцол С. Ю. Наративні психотехнології ; за заг. ред. Н. В. Чепелевої. К. : Главник, 2007. 144 с.
8. Яцина О. Ф. Основи психотерапії : практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.
9. 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.

Допоміжна

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. Гришук М. М. Теоретико-методологічні засади системної сімейної психотерапії *Наукові записки. Серія “Психологія і педагогіка”*. 2011. Вип. 18. С. 35-40.
3. 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.

Інформаційні ресурси

1. Методи психотерапії.
URL: https://stud.com.ua/180781/psihologiya/metodi_psihoterapiyi (дата звернення 20.05.2025).
2. 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).