



СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «_ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ_»

Ступінь вищої освіти - Бакалавр
Спеціальність **053 Психологія**
Освітня програма «Психологія»
Рік навчання ___ III ___, семестр ___ VI ___
Форма навчання ___ денна ___
Кількість кредитів ЄКТС ___ 4 ___
Мова викладання ___ українська ___

Лектор навчальної
дисципліни
Контактна інформація
лектора (e-mail)
URL ЕНК на
навчальному порталі
НУБіП України

Оксана ОЛІЙНИК

oliinyk@nubip.edu.ua

elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=3654

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

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.

Компетентності навчальної дисципліни:

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 опрацювати, 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 навчальної дисципліни:

- 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 (ПРН6),
- пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі психотерапевтичної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (ПРН10),
- 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 гендерні 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).

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тема	Години (лекції/лабораторні, практичні, семінарські)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
6 семестр				
Модуль 1. Загальні положення психотерапії				
Тема 1.1. Поняття про психотерапію	2/2	Визначити поняття «психотерапія». Розуміти об'єкт, предмет, мету і завдання психотерапії. Знати особливості становлення і розвитку вітчизняної та зарубіжної психотерапії як галузі знань. Знати види та структуру терапевтичної допомоги.	Аналіз навчально-наукової літератури з проблем становлення психотерапії, підготовка презентацій	Усне опитування 5 балів
		Характеристика видів та методів психотерапії	Перевірка письмового виконання завдань 5 балів	
		Аналіз розвитку сучасної вітчизняної психотерапії як науки	Перевірка виконання письмових робіт на ЕНК 10 балів	
Тема 1.2. Простір психотерапії. Специфіка психотерапевтичного процесу	4/4	Знати етичні засади терапевтичної роботи. Розуміти критерії та методи оцінки ефективності терапії. Диференціювати особистісні і професійні якості психотерапевта. Виділяти етапи психотерапевтичного процесу. Вміти застосовувати основні види контакту в психотерапії. Знати специфіку дії конкретних методів психотерапії.	Аналіз навчально-наукової літератури з визначених теоретичних питань.	Усне опитування 5 балів
		Створити психологічний портрет сучасного психотерапевта. Аналіз психотерапевтичного процесу із зазначенням основних його етапів.	Перевірка письмового виконання завдань 10 балів	
		Розробка моделі першої терапевтичної сесії, в якій представлено особливості укладання контракту психотерапевта з клієнтом, тип клієнта та його скарги	Письмове опитування на ЕНК 10 балів	
Тема 1.3. Моделі	2/2	Знати основні моделі психотерапевтичної	Аналіз навчально-наукової	Усне опитування,

психотерапевтичної допомоги та механізми психотерапії		допомоги. Характеризувати медичну та психологічну моделі психотерапії. Розрізняти психологічні та психофізіологічні аспекти психотерапії. Вміти виділяти й застосовувати особливості терапії психосоматичних пацієнтів. Знати різновиди соматичних розладів.	літератури визначених теоретичних питань.	3	участь в дискусії 5 балів
			Характеристика механізмів лікувальної дії психотерапії у відповідності до сфер функціонування людини		Перевірка письмового виконання завдань 10 балів
			Аналіз прикладів клієнтських випадків.		Письмове опитування на ЕНК 10 балів
Проміжний контроль	1	Узагальнення набутих знань та умінь.	Виконати тест		30 балів
Змістовий модуль II. Психодинамічна психотерапія і травматерапія					
Тема 2.1. Психодинамічний напрям психотерапії	2/2	Знати основні положення психодинамічної концепції. Виділяти специфіку організації психоаналітичної терапії. Вміти застосовувати основні аналітичні психотехніки. Вміти організовувати психотерапевтичний процес.	Аналіз навчально-наукової літератури з психодинамічного напрямку		Усне опитування, участь в дискусії 5 балів
			Методи, прийоми й психотехніки роботи в психоаналітичному напрямі психотерапії		Перевірка письмового виконання завдань 5 балів
			Аналіз прикладів клієнтських випадків.		Письмове опитування на ЕНК 5 балів
Тема 2.2. Когнітивно-біхевіоральний напрям психотерапії	2/2	Володіти основними поняттями поведінкової психотерапії. Аналізувати специфіку психотерапевтичного процесу у межах теорії соціального навчання. Знати сутність і особливості когнітивної психотерапії. Аналізувати особливості когнітивної психотерапії А. Бека.	Аналіз навчально-наукової літератури з когнітивно-біхевіорального напрямку		Усне опитування, участь в дискусії 5 балів
			Методи, прийоми й психотехніки роботи в когнітивно-біхевіоральному напрямі психотерапії		Перевірка письмового виконання завдань 5 балів
			Аналіз прикладів клієнтських випадків.		Письмове опитування на ЕНК 5 балів

Тема 2.3. Тілесноорієнтована терапія	2/2	Знати природу тілесності людини та основні тілесні проблеми. Розуміти мету, межі та можливі результати напряму. Володіти методами й техніками тілесноорієнтованої психотерапії. Розрізняти професійні навички тілесноорієнтованого психотерапевта.	Аналіз навчально-наукової літератури з тілесноорієнтованої терапії	Усне опитування, участь в дискусії 5 балів
			Методи, прийоми й техніки роботи в тілесноорієнтованій терапії	Перевірка письмового виконання завдань 5 балів
			Аналіз показань для застосування тілесноорієнтованої терапії	Письмове опитування на ЕНК 5 балів
Тема 2.4. Травматерапія	2/2	Знати поняття «травма» в психотерапії. Розуміти причини і симптоми травми. Розрізняти основні категорії травм. Аналізувати особливості впливу травми на організм. Знати методи лікування травм. Розрізняти особливості роботи з тілом при травмі в різних напрямках психотерапії. Аналізувати теорію Пітера Левіна про соматичний досвід (SE) для лікування травм і стресових розладів.	Аналіз навчально-наукової літератури з травматерапії	Усне опитування, участь в дискусії 5 балів
			Аналіз прикладів клієнтських випадків: психотравм, особливостей роботи у травматерапії	Перевірка письмового виконання професійно-орієнтованих завдань 5 балів
			Підбір та використання вправ і психотехнік травматерапії	Письмове опитування на ЕНК 5 балів
Тема 2.5. Позитивна психотерапія	2/2	Знати зміст та основні характеристики позитивної психотерапії. Володіти принципами позитивної психотерапії. Вміти використовувати техніки positum-підходу. Розуміти сфери переробки конфлікту (балансна модель) в позитивній	Аналіз навчально-наукової літератури з позитивної психотерапії	Усне опитування, участь в дискусії 3 балів
			Підбір та використання вправ і психотехнік позитивної психотерапії	Перевірка письмового виконання завдань 2 балів
			Створення п'ятикрокової моделі консультування та самопомоги в	Письмове опитування на ЕНК 5 балів

		психотерапії. диференціювати стадії взаємодії в позитивній психотерапії.	позитивній психотерапії.	
Проміжний контроль	1	Узагальнення набутих знань та умінь.	Виконати тест	30 балів
Змістовий модуль III. Перцептуально-феноменологічні та системний підходи у психотерапії				
Тема 3.1. Гештальт- терапія	2/2	Розуміти загальні положення гештальт- терапії. Знати основні принципи гештальттерапії. Володіти навичками групової гештальттерапії. Знати базові цінності гештальт-терапії. Вміти організувати й аналізувати терапевтичні стосунки в гештальт- терапії. Вміти використовувати техніки гештальт- терапії.	Аналіз навчально- наукової літератури з гештальт-терапії	Усне опитування, участь в дискусії 4 бали
			Аналіз терапевтичних стосунків в гештальт-терапії. Виконання завдань в підгрупах.	Перевірка письмового виконання завдань 4 бали
			Підбір та використання вправ і психотехнік гештальт-терапії	Письмове опитування на ЕНК 5 балів
Тема 3.2. Клієнт- центрована психотерапія	2/2	Знати загальні положення клієнт- центрованої терапії К. Роджерса. Аналізувати сучасний стан розвитку клієнт- центрованої терапії. Знати особливості проведення терапії, тривалість терапії та сфери застосування. Використовувати техніки та механізми клієнт-центрованої терапії.	Аналіз навчально- наукової літератури з гуманістичного напряму терапії, зокрема клієнт- центрованої терапії	Усне опитування, участь в дискусії 4 бали
			Особливості побудови терапевтичних стосунків в клієнт- центрованій терапії.	Перевірка письмового виконання завдань 4 бали
			Підбір та використання вправ і механізмів клієнт- центрованої терапії	Письмове опитування на ЕНК 5 балів
Тема 3.3. Транзактний аналіз Е. Берна	2/2	Виділяти особливості психотерапії в транзактному	Аналіз навчально- наукової літератури з транзактного аналізу	Усне опитування, участь в дискусії 4 бали

		аналізі Е. Берна. Здійснювати структурний аналіз Я-станів, аналіз транзакцій. Знати роль ігор та життєвих сценаріїв в житті людини. Вміти організовувати терапевтичний процес. Визначати мету й етапи психотерапії, застосовувати техніки психотерапії в транзактному аналізі.	Аналіз Я-станів, транзакцій, життєвих сценаріїв в терапії Підбір та використання прийомів і технік транзактного аналізу в терапії	Перевірка письмового виконання завдань 4 бали Письмове опитування на ЕНК 5 балів
Тема 3.4. Екзистенціальна терапія	2/2	Виділяти особливості екзистенціальної терапії В. Франкла, І. Ялома. Знати особливості проведення екзистенціальної терапії, тривалість застосування. Вміти організовувати терапевтичний процес. Використовувати техніки та механізми екзистенціальної терапії.	Аналіз навчально-наукової літератури з екзистенціальної терапії	Усне опитування, участь в дискусії 4 бали
			Аналіз особливостей психотерапевтичного процесу в екзистенціальній терапії.	Перевірка письмового виконання завдань 4 бали
			Підбір та використання методів, прийомів і технік екзистенціальної терапії	Письмове опитування на ЕНК 5 балів
Тема 3.5. Системна сімейна терапія	4/4	Вміти класифікувати основні напрями системної терапії. Знати теорію систем як концептуальну основу сімейної терапії. Розуміти сфери застосування системної сімейної терапії. Використовувати методи і техніки системної терапії. Вміти формулювати системні питання. Вміти будувати сімейну скульптуру.	Аналіз навчально-наукової літератури з системної терапії	Усне опитування, участь в дискусії 6 балів
			Аналіз клієнтських випадків та особливостей психотерапевтичного процесу в системній терапії.	Перевірка письмового виконання завдань 7 балів
			Підбір та використання методів, прийомів і технік системної сімейної терапії	Письмове опитування на ЕНК 5 балів

		визначати специфіку заключних інтервенцій. Застосовувати методи роботи з рефлексуючою командою.		
Проміжний контроль	1	Узагальнення набутих знань та умінь.	Виконати тест	30 балів
Всього за 1 семестр				70
Екзамен		Розуміння сутності й особливостей психотерапевтичної роботи в різних напрямках.	Виконати тест, пройти усну співбесіду за відкритими питаннями тесту.	30
Всього за курс				100

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

<i>Політика щодо дедлайнів та перескладання:</i>	<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>
<i>Політика щодо академічної доброчесності:</i>	<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>
<i>Політика щодо відвідування:</i>	<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, сформулювати систему знань та ґрунтовно підготуватись до екзамену.</p>

	За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)
--	--

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна за результати складання екзаменів заліків	
	екзаменів	заліків
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано

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. 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./ [К.В. Седих, О.О. Фільц, В.І. Банцер та ін.] ; за ред. К.В. Седих, О.О. Фільца. К. :Академвидав, 2016. 192 с.
6. Яцина О. Ф. Основи психотерапії : практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.

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 методи позитивної психотерапії : навч. посіб. Тернопіль : Крок, 2014. 286 с.
6. Підлипна Л. Терапія мистецтвом. 2-ге вид., оновл. Івано-Франківськ : ОППО; Снятин : ПрутПринт, 2009. 136 с.
7. Сімон Фріц Б., Рех-Сімон К. Циркулярне опитування. Львів: Простір-М, 2017. 206 с.
8. Сугестивні технології маніпулятивного впливу : навч. посіб. / [В.М.Петрик, М.М.Присяжнюк, Л.Ф.Компанцева, Є.Д.Скулиш, О.Д.Бойко, В.В.Остроухов]; за заг. ред. Є.Д.Скулиша. 2-ге вид. К.: ЗАТ "ВПОЛ", 2011. 248 с.
9. 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 20.05.2024).

2. Філіпова Е.В. Дитяча і підліткова психотерапія: Навч. Посіб., 2016. https://stud.com.ua/43092/psihologiya/dityacha_i_pidlitkova_psihoterapiya (дата звернення 20.05.2024).