

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Глухівський національний педагогічний університет  
імені Олександра Довженка



Навчально-науковий інститут педагогіки і психології  
Кафедра педагогіки, психології, соціальної роботи та менеджменту

**СИЛАБУС**  
навчальної дисципліни  
**ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ**

2024р.н.

Освітній рівень	перший (бакалаврський)
Статус дисципліни	цикл професійної підготовки, вибірковий компонент ОП
Галузі знань	05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність	053 Психологія
Обсяг дисципліни	4 кредити ECTS (120 академічних годин)
Види аудиторних занять	лекції, семінарські заняття
Форми контролю	екзамен

**Інформація про викладачів**

Викладач	Полілуєва Інга Володимирівна, канд. псих. наук, старший викладач
Контактний телефон	+380955743112
Е-mail:	<a href="mailto:madampolilueva@gmail.com">madampolilueva@gmail.com</a>
Профайл викладача	<a href="https://nnipp.gnpu.edu.ua/kafedry/kafedra-pedahohiky-psykholohii-sotsialnoi-roboty-ta-menedzhmentu/poliluieva-inha-volodymyrivna.html">https://nnipp.gnpu.edu.ua/kafedry/kafedra-pedahohiky-psykholohii-sotsialnoi-roboty-ta-menedzhmentu/poliluieva-inha-volodymyrivna.html</a>
Консультації	Консультації в день проведення лекцій / практичних занять (за попередньою домовленістю). Також можливі консультації через електронну пошту та в Google classroom

**Кількість часу на вивчення**

	Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Лекцій	18	6
Практичних занять	22	6
Самостійна робота студента	80	108
Форма контролю	екзамен	екзамен

Навчальна дисципліна «Основи психотерапії: теорія і практика» передбачає надання здобувачам вищої освіти знання про теоретичні підходи до психотерапії, методи психотерапевтичної роботи.

**Мета навчальної дисципліни:** отримання майбутніми фахівцями психологічних знань про такий феномен як стрес, який дає можливість організмам пристосовуватися до різних форм середовища за рахунок універсального комплексу нейрогуморальних реакцій. У курсі розкрито різні підходи до поняття стресу, причин виникнення, його форм, динаміки, оцінки, а також формування знань, умінь та практичних навичок щодо найбільш ефективних способів запобігання негативних наслідків стресу.

**Завдання навчального курсу:**

- 1) з'ясування специфіки психотерапії як форми психологічної допомоги;
- 2) ознайомлення з класичними і сучасними напрямками психотерапії;
- 3) формування уявлень про окремі методи психотерапевтичного втручання;
- 4) надання уявлень про можливості використання окремих технік психотерапії у практиці психолога;
- 5) усвідомлення можливостей використання прийомів і методів психотерапії у консультативній, корекційній, тренінговій роботі.

**Очікувані результати навчання:**

У результаті вивчення освітнього компонента здобувач повинен набути таких **компетентностей:**

**Загальні компетентності (ЗК)**

**ЗК2.** Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

**ЗК 3.** Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

**ЗК 8.** Навички міжособистісної взаємодії.

**ЗК 9.** Здатність працювати в команді.

**Фахові компетентності спеціальності (ФК)**

**ФК 1.** Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

**ФК 2.** Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.

**ФК 3.** Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема, в контексті організації заходів раннього втручання).

**ФК 4.** Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

**ФК5.** Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій

**ФК 10.** Здатність дотримуватися норм професійної етики

**ФК11.**Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

**ФК 12.** Здатність до особистісної рефлексії в межах професійних компетенцій, розуміння динаміки міжособистісних стосунків та керування ними

**Програмні результати навчання**

**ПРН 1.** Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

**ПРН 2.** Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

**ПРН 3.** Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань

**ПРН 13.** Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.

**ПРН 14.** Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.

**ПРН15.**Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку

**ПРН16.**Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога

**ПРН17.**Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

### **Організація навчання**

**Види занять.** Лекція-бесіда, передбачає безпосередній контакт викладача з аудиторією. Запитання адресуються до всіх, студенти відповідають з місця; викладач піклується про те, щоб запитання не залишалися без відповіді. Запитання не для контролю знань, а для з'ясування рівня орієнтованості і пізнання студентів з проблем курсу, міри їх готовності до сприйняття наступного матеріалу.

Практичне заняття передбачає детальний розгляд студентами окремих теоретичних положень курсу та формує вміння і навички їх практичного застосування шляхом індивідуального виконання відповідно до сформованих завдань. Перелік тем практичної роботи визначається робочою навчальною програмою дисципліни. Практичне заняття включає: проведення попереднього контролю знань, умінь і навичок студентів; постановку загальної проблеми викладачем та її обговорення за участю студентів, - розв'язування контрольних завдань, їх перевірку, оцінювання. Оцінки, отримані студентом за окремі практичні заняття, зараховуються під час виставлення підсумкової оцінки з даної навчальної дисципліни.

Самостійна робота студента (СРС) - це самостійна діяльність-учіння студента, яку викладач планує разом зі студентом, але виконує її студент за завданнями та під методичним керівництвом і контролем викладача. Зміст самостійної роботи за темами визначається робочою програмою навчальної дисципліни.

**Методи навчання:** словесні, наочні, практичні, практико-теоретичні, пояснювально-ілюстративні, частково-пошукові, проблемні, дослідницькі, інформаційно-комунікаційні, діагностичні, особистісно зорієнтовані, технології проблемного, інтерактивного навчання, технології розвитку творчої особистості тощо. Здобувач вищої освіти має право на визнання результатів навчання (умінь, компетентностей) у неформальній освіті, які поширюється на дисципліни обов'язкової та вибіркової компонент, що за тематикою та змістом відповідають як навчальній дисципліні загалом, так і її окремим розділам, темам, індивідуальним завданням, які передбачені робочою програмою (силабусом) конкретної навчальної дисципліни (Положення про порядок визнання результатів навчання, здобутих у неформальній освіті <https://cutt.ly/I9sCvQH>)

#### **Організаційні й навчальні обов'язки студентів:**

- на практичні заняття приходити підготовленими, ознайомленими з ходом роботи;
- не пропускати заняття без поважної причини та не спізнюватися;
- дотримуватись правил техніки безпеки й охорони праці;
- дотримуватись тем навчальної дисципліни;
- ставити запитання, цікавитися додатковими відомостями, сучасними науковими знаннями з предмету та консультуватися з викладачем;
- аргументовано відстоювати свою думку стосовно тематики занять, якщо вона не збігається з думкою викладача;
- вимагати від викладача додаткових роз'яснень на заняттях у випадку їх недостатнього висвітлення на лекціях;
- у випадку незгоди із отриманою оцінкою мати право на перезарахування тем;
- вчасно здавати відповідні теми;
- дотримуватись правил техніки безпеки й охорони праці.

#### **Штрафні міри**

Відпрацювання пропущеного семінарського заняття передбачає усне/письмове опитування у позанавчальний час.

## **ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ.**

#### **Теми лекцій (2 години кожна)**

1. Предмет і завдання психотерапії.
2. Класифікація методів психотерапії.
3. Невроз як об'єкт психотерапевтичного втручання.
4. Адикції й психотичні розлади у психотерапії.
5. Психодинамічний напрям у психотерапії.

#### **Орієнтовні теми семінарських – практичних (2 години кожна) занять:**

1. Предмет і завдання психотерапії.
2. Класифікація методів психотерапії.
3. Невроз як об'єкт психотерапевтичного втручання.
4. Адикції й психотичні розлади у психотерапії.
5. Психодинамічний напрям у психотерапії.

**Самостійна робота студентів:** опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичного заняття. Опрацювання тем, що виносяться на самостійне вивчення. Написання рефератів на запропоновані теми.

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. НАПРЯМКИ В ПСИХОТЕРАПІЇ.**

#### **Теми лекцій (2 години кожна)**

1. Арт-терапія.
2. Когнітивний напрям у психотерапії.
3. Екзистенційний підхід у психотерапії.
4. Напрями у вітчизняній психотерапії.

#### **Орієнтовні теми семінарських (практичних) занять:**

1. Арт-терапія.
2. Когнітивний напрям у психотерапії.
3. Екзистенційний підхід у психотерапії.
4. Напрями у вітчизняній психотерапії.
5. Теоретичні підходи до психотерапії: порівняльний аналіз.
6. Використання психотерапії як інструменту підтримки при соматичних хворобах.

**Самостійна робота студентів:** опрацювання лекційного матеріалу. Підготовка до практичного заняття. Опрацювання тем, що виносяться на самостійне вивчення. Написання рефератів на запропоновані теми.

#### **Питання до заліку.**

1. Принципи психотерапевтичного впливу.
2. Стереотипні уявлення про психотерапію в суспільстві.
3. Психотерапія в освітній сфері.
4. Пісочна терапія.
5. Музична терапія.
6. Образотворче мистецтво у психотерапії.
7. Ігрова психотерапія.
8. Критерії наукової психотерапії.
9. Псевдонаукові течії психотерапії.
10. Предмет психотерапевтичної допомоги.
11. Завдання сучасної психотерапії.
12. Медична і немедична модель психотерапії.
13. Особливості організації психотерапевтичної допомоги при захворюваннях.
14. Особливості організації психотерапевтичної допомоги у контексті психогігієнічних і психопрофілактичних заходів.
15. Поняття методу в психотерапії.
16. Підходи до класифікації методів психотерапевтичного впливу.
17. Вітчизняний підхід до методів психотерапії.
18. Критерії ефективності психотерапевтичних методів.
19. Критерії класифікації методів психотерапії.
20. Генеза уявлення про невроз в історії психотерапії.
21. Особливості трансформації поняття «невротична особистість».
22. Моделі неврозу.

23.Класифікація невротичних проявів. 24.Філософські передумови становлення психотерапії. 25.Зародження психотерапії у ХІХ столітті. 26.Психотерапія при алкоголізмі і наркоманії. 27.Психози і їх характеристика. 28.Класифікація психозів. 29.Специфіка психотерапевтичної допомога пацієнтам з психозами. 30.Загальна характеристика психодинамічного напрямку у психотерапії. 31.Класичний психоаналіз З. Фрейда: основні положення. 32.Аналітична психологія К.Юнга: основні положення. 33.Теорія об'єктних стосунків: основні положення. 34.Індивідуальна психологія А.Адлера: основні положення. 35.Неофрейдизм та гуманістичний психоаналіз Е.Фромма: основні положення.36.Сутність арт-терапії. 37.Підходи до класифікації арт-терапії. 38.Техніки арт-терапії. 39.Прогнозовані результати арт-терапії. 40.Зауваження до використання арт-терапевтичних технік. 41.Теорія особистісних конструктів Д.А.Келлі: основні положення. 42.Раціонально-емотивна терапія А. Елліса: основні положення. 43.Когнітивна психотерапія А.Бека: основні положення. 44.Реальнісна терапія У.Глассера: основні положення. 45.Скілл-терапія Д.Мейхенбаума: основні положення. 46.Гуманістичні концепції психотерапії. 47.Клієнт-центрована психотерапія К.Роджерса: основні положення. 48.Екзистенційна психотерапія:основні положення. 49.Гештальттерапія Ф. Перлза: основні положення. 50.Логотерапія В.Франкла: основні положення.51.Кризове консультування Т. Титаренко. 52.Етичний персоналізм О. Бондаренка. 53.Діяльнісний підхід у психотерапії. 54.Групова патогенетична психотерапія. 55.Загальні тенденції розвитку психотерапії в Україні. 56.Психодрама Дж. Морено. 57.Психогімнастика у психотерапії. 58.Особливості професійної підготовки психотерапевтів. 59.Симптоматична і особисто-орієнтована психотерапія. 60.Використання психотерапії як інструменту підтримки при соматичних хворобах.

## РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Основна

1. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
2. Панок В.Г. та ін. Основи психологічної допомоги : теорія та практика психоконсультування : навч. посібник. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю.Федьковича, 2019. 384 с.
3. Седих К. В., Фільца О. О. Основи психотерапії. 2-ге видання. Академвидав. 2024. 208 с.
4. Наугольник Л.Б. Психологія стресу: підручник. Львів: Львівський національний університет внутрішніх справ. 2015. 324 с.
5. Яцина О. Ф. Основи психотерапії : практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.
6. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
7. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. Дрогобич : Посвіт, 2015.
8. Михальченко Н. В. Психотерапія з психокорекційною роботою. Навчально-методичний посібник / Автор-упорядник Михальченко Н. В. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2018. 236 с.
9. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с. 7. Основи психотерапії / За ред. К. В. Седих, О. О. Фільца. Київ : Академвидав, 2016 р. 192 с.

### Додаткова

1. Усатенко О. Саморегуляція емоційних станів: тілесно-орієнтована програма занять// Психолог. Шкільний світ. 2018. №13-14. С. 12-25
2. Яцюк М. Психоемоції та м'язова саморегуляція дитини: вправи на оволодіння й закріплення пози спокою та розслаблення м'язів рук// Психолог. Шкільний світ. 2019. №8. С. 90-95.

3. Андрієнко К. В. Лукьянова К. В. Психічний стан та емоційно-вольові процеси в діяльності студентів. Тиждень науки. Запоріжжя. 2017. С. 520-522.

4. Мельник А. П. Патопсихологія та спецпрактикум з клінічної психодіагностики: навчально-методичний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 152 с.

**ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ:** *екзамен*  
**ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ:** *тестові завдання, самостійна робота, усні опитування на практичних заняттях.*

В межах навчальної дисципліни визначається вага кожного виду робіт – максимальна кількість балів, яку може отримати студент у процесі виконання кожного виду робіт. Максимальний бал за кожне заняття (практичне), виконану роботу (самостійну, індивідуальну), модульний контроль розраховується як частка ваги кожного виду робіт до кількості таких форм роботи, визначених програмою навчальної дисципліни.

Розподілу балів у межах навчальної дисципліни продемонстровано в табл. 1.

**Таблиця 1**

**Розподіл балів у межах навчальної дисципліни**

**Денна форма навчання**

Теми									Самостійна робота	Модульний контроль	Форма семестрової атестації – екзамен
Максимальна кількість балів – 45									Максимальна кількість балів – 36	Максимальна кількість балів – 9	Максимальна кількість балів – 10
Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	Т	СР	МК	10
№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5	№ 6	№ 7	№ 8	№ 9	№ 1... № 9	№ 1	

**Заочна форма навчання**

Практичні заняття			Самостійна робота	Модульний контроль	Індивідуальне завдання	Форма семестрової атестації – екзамен
Максимальна кількість балів – 60			Максимальна кількість балів – 10	Максимальна кількість балів – 10	Максимальна кількість балів – 10	Максимальна кількість балів – 10
ПЗ 1	ПЗ 2	ПЗ 3	СР	МК		
20	20	20	10	10	10	10

Навчальні досягнення здобувачів освіти оцінюються за 100-бальною шкалою та шкалою ECTS (A, B, C, D, E, FX, F).

Відповідність шкал оцінювання та критеріїв визначення рівнів навчальних досягнень здобувачів освіти подано у табл. 2.

**Таблиця 2**

**Відповідність шкал оцінювання та критеріїв визначення рівнів навчальних досягнень здобувачів освіти**

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка ECTS	Рівні навчальних досягнень студентів

90-100	A	<p>Високий рівень володіння теоретичними знаннями й практичними вміннями – А (90–100 балів).</p> <p>Студент вільно володіє навчальним матеріалом, успішно розв’язує завдання підвищеної складності, аргументовано висловлює свої думки, виявляє творчий підхід до виконання індивідуальних та колективних завдань, під час виконання самостійної роботи. Основні питання розкриває на високому теоретичному й практичному рівнях, без ускладнень орієнтується в матеріалі, повністю відповідає на додаткові запитання. Якість відповідей свідчить про вільне володіння навчальним матеріалом, а також про ознайомлення з додатковим матеріалом із навчальної дисципліни. Набуті компетенції творчо застосовує в професійній предметній діяльності.</p>
100		
99		
98		
97		
96		
95		
94		
93		
92		
91		
90		
82-89	B	<p>Достатній рівень оволодіння знаннями навчального матеріалу, вміннями їх практичного впровадження – В (82–89 балів).</p> <p>Студент володіє навчальним матеріалом у межах програми навчальної дисципліни на творчому рівні. Під час відповідей виявляє вільне володіння лекційним і практичним матеріалом, проте у відповідях допускає неточності.</p>
89		
88		
87		
86		
85		
84		
83		
82		
74-81	C	<p>Середньо-достатній рівень володіння теоретичним матеріалом та готовності до оперування набутими вміннями й навичками – С (74–81 бал).</p> <p>Студент володіє певним обсягом навчального матеріалу, здатний його аналізувати, проте не має достатніх знань та вмінь для формулювання висновків, допускає суттєві неточності. Розкриває основні питання, а на додаткові відповідає неповно. Ознайомлення з додатковими джерелами не є систематизованим.</p>
81		
80		
79		
78		
77		
76		
75		
74		
64-73	D	<p>Середній рівень володіння теоретичними знаннями, практичними вміннями й навичками – D (64–73 бали).</p> <p>Студент володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні або володіє частиною навчального матеріалу, уміє використовувати знання в стандартних ситуаціях. Послугується тільки загальним поняттєвим апаратом, у цілому орієнтується в досліджуваному предметі, але розкриваючи основні питання допускає суттєві помилки.</p>
60-63	E	<p>Рівень володіння теоретичним матеріалом, практичними вміннями й навичками нижчий за середній – D, E (60–63 бали).</p> <p>Студент володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні або володіє частиною навчального матеріалу, уміє використовувати знання в стандартних ситуаціях. Послугується тільки загальним поняттєвим апаратом, у цілому орієнтується в досліджуваному предметі, але розкриваючи основні питання допускає суттєві помилки.</p>
63		
62		
61		
60		
35-59	FX	<p>Низький рівень володіння навчальним матеріалом, студент не спроможний опанувати практичні вміння без додаткових занять з</p>

		дисципліни. Низький рівень з можливістю повторного складання – FX (35–59 балів). Студент володіє навчальним матеріалом поверхово й фрагментарно. Робить принципові помилки у відповідях, не може дати обґрунтовані відповіді на всі основні питання викладача, не 5 орієнтується в основних теоретичних і практичних положеннях курсу або не засвоїв окремі розділи курсу.
<b>1-34</b>	<b>F</b>	Низький рівень знань із дисципліни, відсутність практичних умінь і навичок, що є підставою для повторного вивчення дисципліни. Низький рівень з обов'язковим повторним курсом – F (1–34 бал).
<b>73</b>		
<b>72</b>		
<b>71</b>		
<b>70</b>		
<b>69</b>		
<b>68</b>		
<b>67</b>		
<b>66</b>		
<b>65</b>		
<b>64</b>		