**ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА РАДА**

**ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ УПРАВЛІННЯ ТА ПРАВА ІМЕНІ ЛЕОНІДА ЮЗЬКОВА**

ЗАТВЕРДЖЕНО
Рішення вченої ради університету
__ _____ 2026 року,
протокол № __.

Т.в.о.ректора університету, голова вченої ради, доктор юридичних наук, професор

_____ Олег ОМЕЛЬЧУК

__ _____ 2026 року
м.п.

# РОБОЧА ПРОГРАМА
**навчальної дисципліни**
**«ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ»**
**для підготовки на першому (освітньому) рівні**
**здобувачів вищої освіти освітнього ступеня бакалавра**
**зі спеціальності 053 Психологія**
**галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки**

м. Хмельницький
2026

**РОЗРОБНИКИ**:

Доцентка кафедри філософії, соціально-
гуманітарних наук та фізичного виховання,
кандидатка психологічних наук, доцентка Людмила МОТОЗЮК
27 серпня 2026 року

**СХВАЛЕНО**

Рішення кафедри філософії, соціально-гуманітарних наук
та фізичного виховання
27 серпня 2026 року, протокол № 1.

завідувачка кафедри філософії, соціально-
гуманітарних наук та фізичного виховання,
доктор філософських наук, професор Леонід ВИГОВСЬКИЙ
27 серпня 2026 року

Деканеса факультету публічного управління,
кандидатка наук з державного управління, Тетяна ПІДЛІСНА
доцентка
27 серпня 2026 року

**ПОГОДЖЕНО**

Рішення методичної ради університету
22 жовтня 2026 року, протокол № 2.

Голова методичної ради університету,
кандидатка наук з державного управління,
доцентка Ірина КОВТУН
22 жовтня 2026 року

Обліковий обсяг 0,855 ум.др.арк.

## ЗМІСТ


| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | Стор. |
| 1. | Опис навчальної дисципліни | – | 3 |
| 2. | Заплановані результати навчання | – | 3 |
| 3. | Програма навчальної дисципліни | – | 4 |
| 4. | Структура вивчення навчальної дисципліни | – | 9 |
| | 4.1. Тематичний план навчальної дисципліни | – | 9 |
| | 4.2. Аудиторні заняття | – | 9 |
| | 4.3. Самостійна робота студентів | – | 9 |
| 5. | Методи навчання та контролю | – | 10 |
| 6. | Схема нарахування балів | – | 10 |
| 7. | Рекомендовані джерела | – | 11 |
| | 7.1. Основні джерела | – | 11 |
| | 7.2. Допоміжні джерела | – | 11 |
| 8. | Інформаційні ресурси в Інтернеті | – | 14 |


## 1. Опис навчальної дисципліни

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. | Шифр і назва галузі знань | – | 05 Соціальні та поведінкові науки |
| 2. | Код і назва спеціальності | – | 053 Психологія |
| 3. | Назва спеціалізації | – | - |
| 4. | Назва дисципліни | – | ППО 14. Основи психотерапії |
| 5. | Тип дисципліни | – | обов’язкова |
| 7. | Освітній рівень, на якому вивчається дисципліна | – | перший |
| 8. | Ступінь вищої освіти, що здобувається | – | бакалавр |
| 11. | Обсяг вивчення дисципліни: | | |
| | 1) загальний обсяг (кредитів ЄКТС / годин) | – | 4,0/120 |
| 12. | Форма семестрового контролю | – | екзамен |
| 13. | Місце дисципліни в логічній схемі: | | |
| | 1) попередні дисципліни | – | ППО 9. Психологія особистості, ППО 10. Соціальна психологія, ППО 11. Психологічне консультування з практикумом |
| | 2) супутні дисципліни | – | ППО 13. Психодіагностика з практикумом, ППО 15. Психокорекція з практикумом, ППО 12. Психологія криз |
| | 3) наступні дисципліни | – | ППО 16. Психологія конфлікту, ППО 18. Диференційна психологія, ППО 22. Психосоматика |
| 14. | Мова вивчення дисципліни | – | українська. |

## 2. Заплановані результати навчання

### Загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

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

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у

розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

**Фахові (спеціальні) компетентності (СК):**

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.
СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.
СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема, в контексті організації заходів раннього втручання).
СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.
СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

**Програмні результати навчання:**

ПРН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.
ПРН2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.
ПРН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (зокрема, щодо організації заходів раннього вручання).
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.
ПРН18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

## 3. Програма навчальної дисципліни

### Тема 1. Психотерапія як галузь психологічних знань і професійна діяльність

Поняття психотерапії, її специфіка, мета та завдання. Психотерапія як специфічна діяльність людини. Донауковий та науковий період розвитку психотерапії. Сутність, об'єкт і предмет психотерапії. Становлення психотерапії як науки. Релігійні витоки психотерапії. Релігійно-магічна психотерапія. Емпірико-наукова психотерапія. Доба Просвітництва - психоаналітична специфіка психотерапії.

Розвиток психотерапії на теренах України. Сучасний етап розвитку психотерапевтичної практики. Напрями, моделі та методи психотерапії. Психотерапевтичний напрям. Психотерапевтична модель. Психологічна модель психотерапії. Загальна характеристика психологічних моделей психотерапії. Директивні (орієнтовані на проблему) та недирективні (орієнтовані на клієнта) психотерапевтичні напрями. Симптоматична та патогенетична психотерапії.

Класифікації психотерапевтичних напрямів і шкіл. Історія виникнення психотерапевтичних груп. Декларація з психотерапії, прийнята Європейською асоціацією психотерапії в Страсбурзі від 21 жовтня 1990 р.

### Тема 2. Базові принципи діяльності психотерапевта та вимоги до особистості психотерапевта

Загальна мета психотерапії. Уявлення про конкретні завдання терапевтичного впливу у різних школах психотерапії. Психотерапевт як професія. Позиція і роль психотерапевта в тандемі «психотерапевт – клієнт». Фактори психотерапевтичної дії:

універсальність; акцептація; альтруїзм; катарсис; самоексплорація; зворотний зв'язок; інсайт; корективний емоційний досвід; перевірка нової поведінки та навчання новим способам поведінки; надання інформації.

Базові принципи психотерапії. Принцип «Не нашкодь» та межі компетенції Заборона подвійних стосунків. Принцип конфіденційності. Межі та винятки з конфіденційності. Повага до автономії клієнта та принцип інформованої згоди. Професійна відповідальність та правила сетингу.

Вимоги до особистості психотерапевта: від класичних витоків до вимог XXI століття: автентичність, конгруентність, мовленнєві навички, інтелект, особистісна гармонійність, вік психотерапевта. Освіта. Здатність до контейнування та емоційна стійкість. Розвинена менталізація та рефлексивність. Толерантність до невизначеності та гнучкість. Робота з власними Тінями та «Поранений цілитель». Крос-культурна чутливість та відсутність упереджень.

Нормативні документи, що регламентують діяльність психотерапевтів в Україні. Етичний кодекс психолога» прийнятий на І установчому з`їзді Товариства психологів України 20.12.1990р. Нормативні документи, що регламентують діяльність психотерапевтів в Україні та за кордоном. Галузеві нормативні документи, які регламентують діяльність психотерапевта. Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні» (№ 4223-IX від 15.01.2025 р.). Закон України «Про психіатричну допомогу». Офіційний випуск 78 ДКХП (Довідник кваліфікаційних характеристик професій працівників системи охорони здоров'я, накази МОЗ України). Етичний кодекс Національної психологічної асоціації (НПА). Статути та етичні кодекси модальних асоціацій (наприклад, Українська спілка психотерапевтів (УСП), Українська асоціація когнітивно-поведінкової терапії (УАКПТ) тощо). Нормативна база Європейської Асоціації Психотерапії (ЕАР).

## Тема 3. Основні поняття психотерапії, структура та феномени психотерапевтичного процесу

Понятійний апарат психотерапії: запит, сесія, сетінг, терапевтичний альянс, метафори, психотерапевтичний процес, психотерапевтичний вплив, терапевтична ситуація, психологічний запит, психологічна (терапевтична) проблема, психологічний анамнез, терапевтична гіпотеза, терапевтичний прогноз, психотерапевтична сесія, принцип «тут і тепер», трансфер, регресія, грубий опір, відреагування, феномен контрпереносу, негативна терапевтична реакція, норма, паталогія, ефективність психотерапії. Ключові фігури психотерапії.

Психотерапевтичний процес: сутність і структура. Етапи психотерапевтичного процесу. Терапевтичний анамнез. Терапевтична гіпотеза та прогнозування результатів. Терапевтичний (психологічний) діагноз, за А.Ф.Ануфрієвим. Феномени психотерапевтичного процесу. Основні скарги клієнта.

Можливості і обмеження психотерапії. Оцінка ефективності психотерапії.

## Тема 4. Психодинамічний напрямок психотерапії. Психоаналіз.

Психодинамічний напрям в психотерапії. Засновник психоаналізу і глибинної психології є З. Фрейд. Класичний психоаналіз З.Фрейда. Етапи психосексуального розвитку особистості. Структура психіки. Психологічний захист. Конфронтація, інтерпретація, перенесення та контрперенесення, опір. Метод вільних асоціацій, аналіз сновидінь тощо. Основні етапи психоаналітичної роботи з клієнтом. Сеттінг. Альянс.

Аналітична психологія К.Юнга. Психологічні типи особистості та структура психіки. Будова підсвідомого. Архетип та символ. Основні техніки та етапи психотерапії.

Індивідуальна психологія А.Адлера. Сутність неврозу, комплекс «неповноцінності», прагнення до переваги, компенсація та гіперкомпенсація. Розвиток соціального інтересу.

Неофрейдісти Г.Салліван, К.Хорні та Е.Фромм. Соціокультурниій підхід до психопатологій. Невроз як продукт культури. Терапія та виховання навичок співробітництва, взаємодопомоги. Дитячий психоаналіз. М.Кляйн, А.Фрейд, Д.Віннікот, Ф.Дольто.

Теорія об'єктних відносин. Стадія дзеркала, контейнірування. Дитяча гра як проекція підсвідомого. Причини антисоціальних тенденцій в поведінці дітей (за Д.Віннікотом).

Трансактний аналіз Е.Берна. Теорія его-станів особистості. Психологічні ігри та життєві сценарії.

Проблема нарцисизму в психоаналізі. Методичні і технічні аспекти класичного психоаналізу.

### Тема 5. Кататимно-імагінативна психотерапія

Становлення та розвиток кататимно-імагінативної психотерапії. Засновник методу німецький психотерапевт, професор Ханскарл Льойнер. Міжнародне товариство Кататимного переживання образів та імагінативних методів у психотерапії та психології (МТКПО) та Інститут Кататимно-імагінативної психотерапії у м.Геттінген (Німеччина).

Теоретичні основи кататимно-імагінативної психотерапії. Символдрама (КІП) – ієрархічна система методів, яка забезпечує практичний супровід сновидінь наяву та їх теоретичне осмислення в межах концепції класичного і сучасного психоаналізу.

Генеза неврозу. Контрольована регресія. Вікова регресія. Методика індивідуальної кататимно-імагінативної психотерапії. Аутогенне тренування (метод Шульца). Теоретичні основи групової кататимно-імагінативної психотерапії (ГКІП). Структура психотерапевтичного сеансу. Найважливіші чинники: час, частота і тривалість зустрічей, тривалість курсу психотерапії загалом; форми і розміри груп; місце проведення і приміщення; форма оплати, контракту (якщо безкоштовно); спосіб розміщення учасників групи; концепція проведення групи (кількість ведучих; симетричність/несиметричність пари ведучих тощо).

### Тема 6. Центрована на особистість психотерапія

Становлення та розвиток клієнт-центрованої психотерапії. Недирективна терапія К. Роджерса. Теоретичні основи особистісно-центрованого підходу. Основні поняття теми: гуманістична психологія, роджеріанство, недирективна психотерапія, клієнт-центрована психотерапія, феноменологічна теорія, феноменальне поле, «Єство», «Ідеальне Єство», усвідомлення, високофункціональна людина, конгруентність, інконгруентність, організмічна оцінка.

Генеза неврозу. Психотерапевтична робота в межах центрованої на особистість терапії. Емпатійне слухання, безумовне прийняття, конгруентність, самість. Принципи особистісно-центрованої терапії. Техніки центрованої на особистість терапії.

Показання до клієнт-центрованої психотерапії. Клієнцентрована терапія в освіті та соціальній роботі.

### Тема 7. Психодрама.

Становлення та розвиток психодрами. Засновник психодрами Якоб-Леві Морено. Театр спонтанності (імпровізації). Американське товариство групової психотерапії й психодрами. Теоретичні основи підходу. Психодраматична теорія особистості.

Основні поняття теми: психодрама, драматична імпровізація, фази психодраматичної дії, рольова гра, інтеррольовий конфлікт, інтрарольовий конфлікт, інтеперсональний конфлікт, інтраперсональний конфлікт, протагоніст, режисер, глядачі, простір, соціограма, рольовий зворотній зв'язок, шеринг, дублювання, монолог.

Генеза неврозу. Психотерапевтична робота. Техніки терапії. Показання до психотерапії. Поняття групової динаміки. Цілі психотерапевтичної групи. Норми групи. Ролі в групи. Групова згуртованість. Групова напруга. Актуалізація попереднього досвіду (проекція). Створення підгруп. Стадії розвитку групи (орієнтація та залежність; конфлікти і протест; розвиток згуртованості). Ролі групового психотерапевта: лідера; аналітика; коментатора; експерта; аутентичної особистості. Орієнтація групового сеансу: біографічна орієнтація; тематична орієнтація; інтеракційна орієнтація.

**Тема 8. Позитивна психотерапія**

Становлення та розвиток психотерапії. Позитивна психотерапія — це новітній гуманістичний напрямок сучасної психотерапії, офіційно визнаний Європейською Асоціацією Психотерапії (ЕАР) у 1996 році. Концепція Носсрата Пезешкиана.

Теоретичні основи підходу. Основнні принципи: принцип надії, принцип балансу та гармонізації, принцип консультування та самодопомоги.

Positum-підхід у позитивній психотерапії. Психодинамічний диференційний аналіз змісту конфліктів. 5-крокова стратегія психотерапевтичної допомоги.

Генеза неврозу. Актуальний конфлікт. Модель конфлікту у позитивній психотерапії. Фактори: конкретна ситуація конфлікту; індивідуальна реакція на конфлікт; особисті особливості даного індивідуума. Переробка конфліктів: 1) тіло / відчуття, 2) діяльність / розум, 3) контакти / традиції, 4) майбутнє / фантазія. Психотерапевтична робота. Техніки терапії. Показання до психотерапії.

**Тема 9. Когнітивно-поведінкова психотерапія.**

Передумови виникнення поведінкової психотерапії. Основні положення когнітивної психотерапії. Концепції І.Павлова, Дж.Уотсона щодо «класичного обумовлення», динамічного стереотипу поведінки. Інструментальне обумовлення. Метод «проб та помилок», закон «ефекту» Е Торндайка. Теорія оперантного научіння Б.Скінера. Позитивне підкріплення, аверсивні стимули. Теорія соціального научіння А.Бандури. Вікарне навчання. Самоефективність. Види научіння: класичне обумовлення; інструментальне (оперантне) обумовлення; соціальне научіння.

Основні положення поведінкової психотерапії. Ідентифікація та оцінка проблеми. Технічні процедури: систематична десенситизація; методи, основані на затуханні; моделювання; тренінг самовпевненої поведінки та соціальних умінь; позитивне підкріплення; покарання; процедури самоконтролю; когнітивне реструктурування. Застосування поведінкової терапії. Тактика поведінкової терапії.

Когнітивні моделі розладів: депресії; манії; фобії; параноїдних станів; обсессій та компульсій. Види когнітивних викривлень: персоналізація; дихотомічне мислення; вибіркова абстракція; довільні умовиводи; надузагальнення; перебільшення.

Цілі та основні стратегії когнітивної психотерапії (емпіризм співробітництва; сократівський діалог; спрямоване відкриття).

Когнітивні техніки (ідентифікація автоматичних думок; корекція автоматичних думок; декатастрофізація; реатрибуція; переформулювання; децентралізація; ідентифікація та корекція дисфункціональних переконань).

Поведінкові техніки (домашнє завдання; перевірка гіпотези;репетиція поведінки та рольова гра; техніка відволікання; завдання з поступовим ускладненням; експозиційна психотерапія; планування діяльності). Застосування когнітивної психотерапії. Когнітивний підхід в теорії научіння Е.Толмена. Раціонально-емотивна терапія (РЕТ) А.Еліса. Когнітивна реатрибуція за А.Беком. Раціональна терапія П.Дюбуа. Терапевтичні техникі: жетонна система, систематична десенсибілізация, стимульний контроль, контроль наслідків, моделююче навчання тощо. Поведінковий тренінг. Модель розладів і діагностика в когнітивно-поведінковій психотерапії. Особливості психотерапевтичних відносин.

**Тема 10. Гештальт-терапія.**

Становлення та розвиток психотерапії. Засновник гештальт-терапії Фредерік Перлз. Передумови виникнення гештальт-терапії. Основні теоретичні положення.

Генеза неврозу- зіткнення потреб організму із середовищем. Злиття (конфлюенція). Інтроекція. Проекція. Ретрофлексія.

П'ять рівнів неврозу за Фредеріком Перлзом. Концепція порушень. Концепція терапії. Метафори гештальт, фігура і фон. Саморегуляція. Здоровий центр особистості. Технічні процедури гештальт-терапії: човникова техніка, фокусуванні на частині тіла, ходіння по колу, техніка "навпаки", техніка експериментальне перебільшення. метод "порожнього стільця", диссоційований діалог

Принципи та ігри гештальт-терапії. Форми застосування гештальт-терапії (центрований на клієнті варіант; центрований на групі варіант; „майстерня"). Життєва філософія гештальт-терапії сформульована К. Нарахно в дев'ятьох своєрідних заповідях. Показання до психотерапії.

**Тема 11. Сімейна психотерапія**

Основні теоретичні підходи до вивчення сімейної психотерапії. Сімейна психотерапія як модифікація стосунків в системі сім'ї за допомогою психотерапевтичних і психокорекційних методів з метою усунення негативної психологічної симптоматики і підвищення функціональності сімейної системи. Напрями сімейної психотерапії.

Школа Упало Алто. Теорії Дж. Хейлі та М. Боуена. Сімейна системна психотерапія. Сімейна психоаналітична психотерапія. Стратегічна сімейна психотерапія. Сімейна поведінкова психотерапія. Сімейна комунікативна психотерапія. Сімейна система.

Основні параметри сімейної системи та їхня роль у взаємодії між членами сім'ї. Параметри сімейної системи: стереотипи взаємодії; сімейні правила; сімейні міфи; межі; стабілізатори; сімейна історія. Дисфункіональні взаємодії членів сім'ї. Гомеостаз і гетеростаз в системній сімейній психотерапії. Техніка «Сімейні правила». Техніка генограми (М. Боуен). Техніка "Коло впливу". Техніка "Незакінчені речення". Результат психотерапевтичного впливу

**Тема 12. Дитячо-юнацька психотерапія.**

Становлення та розвиток дитячо-юнацької психотерапії. Ідеї Фрейда в застосуванні до роботи з дітьми, Г. Хуг-Гельмут, Г. Цуллігер, А. Айнхорн, Анна Фрейд і Мелані Кляйн, Г. Гуернія, Ш. Айберг та ін.

Принципи недерективної дитячої психотерапії. Специфіка психотерапії з дітьми та підлітками.

Ґенеза дитячих травм. Методичні та технічні аспекти психотерапевтичної роботи з дітьми та юнаками. Форми роботи.

Залучення сім'ї й оточення у дитячу та підлітково-юнацьку психотерапію. Техніки активної ігрової терапії. Організація і структурування психотерапевтичного процесу з дітьми та підлітками. Особистісні якості, необхідні для дитячого психотерапевта (підходи - Г. Лендрета, М. Четіка і Х. Джінотта.)

## 4. Структура вивчення навчальної дисципліни

### 4.1. Тематичний план навчальної дисципліни

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Денна форма | | | | | | Заочна форма | | | | | |
| | усього | у тому числі | | | | | усього | у тому числі | | | | |
| | | л | с/п | лаб | інд | с.р. | | л | п | лаб | інд | с.р. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| Тема 1. Психотерапія як галузь психологічних знань і професійна діяльність | 12 | 4 | 2 | - | - | 6 | 12 | 2 | 1 | - | - | 9 |
| Тема 2. Базові принципи діяльності психотерапевта та вимоги до особистості психотерапевта | 12 | 4 | 2 | - | - | 6 | 12 | 2 | 2 | - | - | 8 |
| Тема 3. Основні поняття психотерапії, структура та феномени психотерапевтичного процесу | 10 | 2 | 2 | - | - | 6 | 10 | 2 | 2 | - | - | 6 |
| Тема 4. Психодинамічний напрямок психотерапії. Психоаналіз. | 12 | 4 | 4 | - | - | 4 | 12 | 2 | 1 | - | - | 9 |
| Тема 5. Кататимно-імагінативна психотерапія | 11 | 2 | 4 | - | - | 5 | 11 | - | - | - | - | 11 |
| Тема 6 Центрована на особистість психотерапія | 9 | 2 | 2 | - | - | 5 | 9 | - | - | - | - | 9 |
| Тема 7. Психодрама. | 9 | 2 | 2 | - | - | 5 | 9 | - | - | - | - | 9 |
| Тема 8. Позитивна психотерапія | 9 | 2 | 2 | - | - | 5 | 9 | - | - | - | - | 9 |
| Тема 9. Когнітивно-поведінкова психотерапія | 9 | 2 | 2 | - | - | 5 | 9 | - | - | - | - | 9 |
| Тема 10. Гештальт-терапія. | 9 | 2 | - | - | - | 7 | 9 | - | - | - | - | 9 |
| Тема 11. Сімейна психотерапія | 9 | 2 | 2 | - | - | 5 | 9 | | | | | 9 |
| Тема 12. Дитячо-юнацька психотерапія. | 9 | 2 | - | - | - | 7 | 9 | - | - | - | - | 9 |
| Всього годин: | 120 | 30 | 24 | - | - | 66 | 120 | 8 | 6 | - | - | 106 |

### 4.2. Аудиторні заняття

4.2.1. Аудиторні заняття (лекції, семінарські заняття) проводяться згідно з темами та обсягом годин, передбачених тематичним планом.

4.2.2. Плани лекцій з передбачених тематичним планом тем визначаються у НММ/силабусі навчальної дисципліни.

4.2.3. Плани семінарських занять з передбачених тематичним планом тем, засоби поточного контролю знань визначаються у НММ/силабусі навчальної дисципліни.

### 4.3. Самостійна робота студентів

4.3.1. Самостійна робота студентів включає завдання до кожної теми.

4.3.2. Завдання для самостійної роботи студентів зазначаються в НММ/силабусі навчальної дисципліни.

## 5. Методи навчання та контролю

Під час лекційних занять застосовуються:

1) традиційний усний виклад змісту теми;

2) слайдові презентації.

На семінарських заняттях відбувається:

- дискусійне обговорення проблемних питань;
- тренінги спрямовані на розвиток здатності генерування нових ідей;
- вирішення тестових завдань;
- повідомлення про виконання індивідуальних завдань.
- На практичних заняттях:
- оцінювання процесу формування навичок (рольове моделювання, експрес-аналіз відео/аудіозаписів (демонстраційних сесій), експрес-кейси);
- захист портфоліо практичних матеріалів

Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни проводиться у формах:

1. усне або письмове (у тому числі тестове у Google формі) бліц-опитування студентів щодо засвоєння матеріалу попередньої лекції;
2. усне або письмове (у тому числі тестове у Google формі) опитування на семінарських заняттях;

Підсумковий семестровий контроль проводиться у формі екзамену. До семестрового контролю допускаються здобувачі освіти, які до дати завершення теоретичного навчання у відповідному семестрі накопичили за поточний контроль не менше **36** балів. Семестровий екзамен – це форма підсумкового контролю засвоєння здобувачем вищої освіти теоретичного та практичного матеріалу з окремої навчальної дисципліни за семестр або навчальний рік, що проводиться як окремий контрольний захід. (п. 3.8.7.2.1. ПОЛОЖЕННЯ про організацію освітнього процесу в Хмельницькому університеті управління та права імені Леоніда Юзькова від 28 січня 2026 року, протокол № 8)

## 6. Схема нарахування балів

Загальна кількість балів визначається за формулою:

$$\sum л = Фл / Пл \times Max,$$

де: ∑л – загальна кількість балів;

Фл – кількість фактично відвіданих лекцій;

Пл – планова кількість лекцій, визначена робочою програмою;

Max – максимальна кількість балів, яку здобувач вищої освіти може отримати за роботу на лекціях.

Кількість балів, здобутих здобувачем вищої освіти під час семінарських (практичних, лабораторних) занять з навчальної дисципліни, визначається за формулою:

$$\sum с = (Б1+Б2+\ldots+Бn) / n \times К,$$

де: ∑с – загальна кількість балів; Б – кількість балів, отриманих на одному занятті;

n – кількість семінарських (практичних, лабораторних) занять, визначених робочою програмою;

К – коефіцієнт, який, як правило, дорівнює **6** (для денної форми здобуття освіти) або **5** (для заочної форми здобуття освіти).

Коефіцієнт К дорівнює **8** (для денної форми здобуття освіти) або **6** (для заочної форми здобуття освіти) у разі, якщо навчальна дисципліна не передбачає проведення лекційних занять або їх обсяг є незначним (6 і менше год. для денної форми здобуття освіти та 4 і менше год. для заочної форми здобуття освіти).

6.1. Нарахування балів за результатами навчання здійснюється за схемою, наведеною на рис.



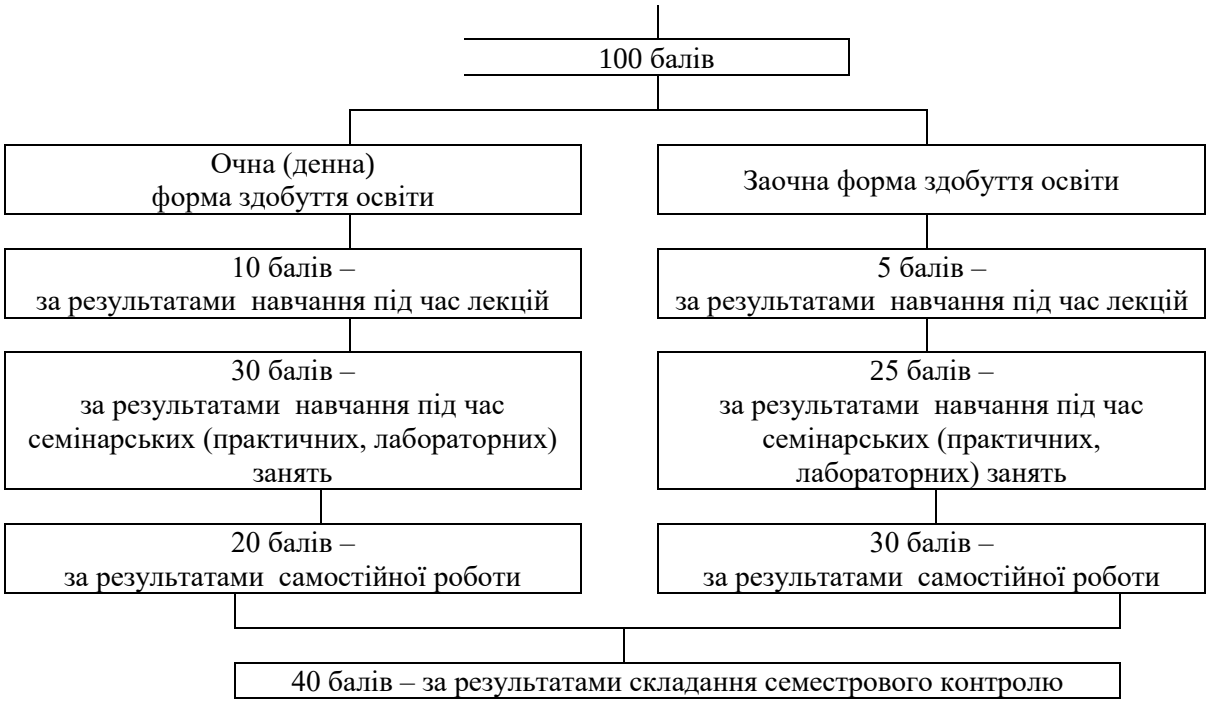


Рисунок 1. – Схема нарахування балів

6.2. Обсяг балів, здобутих студентами під час лекцій, семінарських занять, самостійної роботи студентів та виконання індивідуальних завдань визначаються у НММ/силабусі навчальної дисципліни.

## 7. Рекомендовані джерела

### *7.1. Основні джерела*

1. Зиґмунд Фройд. Психологія несвідомого. Вибрані праці. SBA Print. 2026.554 с.
2. Зигмунд Фройд. «Нарис психоаналізу та інші праці». VERBA Publishing. 2025. 208 с.
3. Корнбіхлер Т. Носсрат Пезешкіан. Схід – Захід: позитивна психотерапія в діалозі культур. За участі М. Пезешкіан та Х. Пезешкіана. Пер. з нім., 2-е вид. доп. Полтава : Астрая, 2024. 197 с
4. Кошова І. В., Литовченко Н. Ф. К76 Психотерапія: навч.-метод. посібн. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2022. 113 с. URL: https://books.ndcnangu.co.ua/books/KoshovaL
5. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії: навчальний посібник. Вид. 3-тє. Луцьк: Вежа-Друк, 2017.420. URL: https://core.ac.uk/download/pdf/153588416.pdf
6. Основи психотерапії: навч. посібник [К.В. Седих, О.О. Фільц, В.І. Банцер та ін.] Вид. 2-гє, доп.. К.: Академвидав, 2024. 208 с. URL: http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/
7. Позитивна психодинамічна психотерапія. Підручник. А.Реммерс, У.Бьосманн. Вісбаден: WAPP Press, Київ. 2025. URL: https://www.positum.org/product/positive_psychodynamic-psychotherapy-ua-ebook/
8. Психотерапія за Ґаббардом: посібник: 2-е видання / за ред. Голлі Крісп, Ґлена О. Ґаббарда. Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина» 2025. 943 с. URL: https://www.medpublish.com.ua/psihoterapija-za-gabbardom-posibnik-2e-vidannja-za-red-golli-krisp-glena-o-gabbarda-1059.html#gallery-5
9. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія / за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2020. 178 с
10. Яцина О. Ф. Основи психотерапії : практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с.

### *7.2. Допоміжні джерела*

11. Гавриленко М. А. Психоаналітична психотерапія: навчальний посібник для

самостійної роботи. М.А. Гавриленко. Х., 2020. 30 с.
12. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. Острог-Київ : Острозька академія, Кондор, 2004. С.70-83.
13. Горбунова В.В., Карачевський А.Б., Климчук В.О. Когнітивно-поведінкова терапія для зниження вживання алкоголю пацієнтами замісної підтримуючої терапії : посібник ; Центр громад. здоров'я. Київ : ФОП Колесник С. М., 2022. 99 с.
14. Гордієнко-Митрофанова І., Гоголь Д. Позитивна психотерапія. Навчальний посібник з психотерапевтичних практик розвитку усвідомленої стресостійкості. Київ : ГО «МНГ», 2022. 221 с.
15. Групові ресурси подолання наслідків негативних соціальних явищ : практичний посібник / [Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка] ; за наук. ред. Л. Г. Чорної; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивн. : Імекс-ЛТД, 2021. 98 с.
16. Груповий аналіз : навчальний посібник. [за ред. О.Фільца, Р.Гаубля, Ф.Лямот] ; пер. з нім. Львів : ВНТЛ-Класика, 2004. 192 с.
17. Дитяча та юнацька психотерапія. Теорія і практика: [кол. монографія]. Л.: Астролябія, 2009. с. 213.
18. Жиловська Т. І., Фролова Л. Символ дерева у психодіагностиці та психотерапії. *Психологічний журнал.* 2021. Вип. 2. С. 45–52.
19. Ерік Берн. Вступ до психіатрії та психоаналізу. Просто про складне. КСД. 2022. 416с.
20. Зиґмунд Фройд. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. [пер. Таращук П.] БОГДАН. 2021. 552 с.
21. Михальченко Н. В. Психотерапія з психокорекційною роботою: навчально-методичний посібник. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2018. 236 с.
22. Дворніченко Л. Л. Психологічні особливості креативності майбутніх психологів консультантів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* № 1 (42). 2017. 336 с. С.67-75.
23. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії : навч. посібник. Дрогобич : Посвіт, 2015. 116 с.
24. Кісарчук З.Г., Лазос Г.П. Кататимно-імагінативна психотерапія: сучасний стан розвитку та перспективи застосування у вітчизняному психотерапевтичному просторі. *Актуальні проблеми психології.* Том ІІІ.: Консультативна психологія і психотерапія : Зб. Наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Вид. Лисенко М.М., 2013. Вип. 9. С.5-33. URL: https://www.neurocorrection.com.ua/publikatsii/item/70-katatimno-imaginativna-psikhoterapiya-suchasnij-stan-rozvitku-ta-perspektivi-zastosuvannya-u-vitchiznyanomu-psikhoterapevtichnomu-prostori
25. Кривоніс Т.Г. Основи особистісної психотерапії. Навчально-метод. посібник. К.: Видавничий дім «Слово», 2011. 192 с.
26. Лазос Г.П. Технології застосування групової кататимно-імагінативної психотерапії (ГКІП) у роботі з підлітками. *Серія № 12. Психологічні науки:* Зб. наук. праць. К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2014. с. 99-108.
27. Лазос Г.П. Кататимно-імагінативна психотерапія: сучасний стан розвитку та перспективи застосування у вітчизняному психотерапевтичному просторі. Актуальні проблеми психології [Т.3 : Консультативна психологія і психотерапія] : зб. наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. К. : Ін-т психології імені Г.С.Костюка НАПН України; Видавець ПП Лисенко М.М., 2013. Вип.9. С.5–32.
28. Левицька Т. Л., Обухов Козаровицький Я. Л. Символдрама: теорія і практика: навч. посіб. Хмельницький : ХНУ, 2019. 266 с.
29. Льойнер Х. Кататимне переживання образів: Основна ступень / Пер. з нім. К., 2001.

212 с.
30. Медянова О.В., Дворніченко Л. Л., Любіна Л. А., Шкраб'юк В. С., Кононенко О. І. Психологічна резильєнтність особистості в умовах війни. *Перспективи та інновації* науки №10 (28) 2023, С.601-611. URL: http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/5187/5217
31. Мотозюк, Л., Чорна, Н., Лукашук, М., Власов, В., та Собкова, С. (2024). Вплив групової психотерапії на психічне здоров'я військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом. Міжнародний журнал статистики в медичних дослідженнях, 13, С. 245-258. DOI: https://doi.org/10.6000/1929-6029.2024.13.23
32. Тафінцева С. І., Мотозюк Л.М. «Тріщина в броні»: травматизація дитини та шляхи зцілення. European humanities studies State and Society. 2025. Issue 4. С. 104-118. DOI: https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2025.4.08
33. Тафінцева С.І., Мотозюк, Л.М. Професійні якості дитячого психотерапевта: теоретичний аспект. Ментальне здоров'я. Вид. дім «Гельветика», 2025. № 2. С. 86-93. DOI: 10.32782/3041-2005/2025-2.14
34. Тафінцева С., Мотозюк Л. Ігрова терапія у психологічній практиці роботи з дитиною: методологічні та організаційні аспекти. Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія. 2022. (1 (54). С. 78-83. DOI https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.1.11
35. Титаренко Т. М. Моє майбутнє залежить від мене: практики здорового сьогодення у воєнних і повоєнних умовах. Монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД , 2024. 130 с
36. Осика О.В. Клієнт-центрована терапія К.Роджерса у психокорекційній роботі зі студентами. Проблеми сучасної психології. 2015. Випуск 28. С. 408-415.
37. Приходько Ю. О., Юрченко В. І. Психологічний словник-довідник : навч. посіб., 4-те вид., випр. і доп. К.: Каравела, 2020. 418 с.
38. Простір арт-терапії : Зб. наук. праць / УМО, 2023, ВГО «Арттерапевтична асоціація»; [Редкол.: Лушин П.В. та ін.] Київ : ФОП Назаренко Т.В., 2023. Вип. 2 (34). 124 с
39. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації. Методичний посібник. / Уклад.:\ Г.Б.Растроста . Суми. НВВ КЗ СОІППО : 2018. 64с
40. Хлівна О. М. Психологія тілесності : навч.-метод. посіб. Луцьк : Вежа-Друк. 2022. 192 с.
41. Царенко Л. Г. EMDR. Невідкладна допомога : методичні рекомендації / за ред. Н. В. Пророк. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 106 с.
42. Шамлян К. Символдрама (кататимно-імагінативна психотерапія) – психодинамічна психотерапія невротичних розладів [Електронний ресурс] // Інститут розвитку символдрами та глибинної психології (ІРСГП) : офіційний сайт. URL: https://symboldrama.com.ua/metod-symvoldramy
43. Шебанова В.І. Практики консультування та терапії в кризових ситуаціях: Навчально-методичні рекомендації. Херсон: Вид-во ПП Вишемирський В.С., 2017. 136 с.
44. Шторк Т. Психоаналіз і психосоматика. Тілесні основи психодинаміки. Вид. Р.Бурлаки. 2025. 312 с.
45. Brems C., Rasmussen C. Child psychotherapy and counseling. Long Grove: Waveland Press, 2019. 434 p.
46. Malieiev D.V, Bondarenko A.V, Malieieva O.V, Lantukh I.V, Filonenko O.V, Baiazitov D.M, Gulbs O.A. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE REHABILITATION OF PERSONS IN POSTCOVID-19 CONDITION. Georgian Medical News. 2024. № 3 (348) 2024. P. 110-115.

## 8. Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Бібліотека Інституту соціальної та політичної психології НАПН України: http://ispp.org.ua/biblioteka.htm
2. Бібліотека психологічної літератури: http://psylib.kiev.ua/
3. Державна науково-педагогічна бібліотека України ім. В. О. Сухомлинського http://dnpb.gov.ua/ua/
4. Психологічна бібліотека Київського Фонду сприяння розвитку психічної культури. Даний ресурс містить максимально широкий спектр ключових текстів з психології, психогігієни, філософії, релігії, культурології та ін. – URL: http : //psylib.kiev.ua/
5. Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського: http://www.nbuv. gov.ua/
6. Наукова бібліотека національного педагогічного університету ім.М.П.Драгоманова: http://hklib.npu.edu.ua/
7. Українські підручники он-лайн: http://pidruchniki.ws/
8. Національний репозитарій академічних текстів. URL: https://nrat.ukrintei.ua/
9. Науковий журнал «Психологічний часопис» Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України http://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/abou
10. Портал професійних психологів України «У психолога»: http://upsihologa. com.ua/
11. Психологічна бібліотека Псі-фактор: http://psyfactor.org
12. Хмельницька обласна універсальна наукова бібліотека. URL: http://www.ounb.km.ua/
13. Хмельницький університет управління та права імені Леоніда Юзькова. URL: http://www.univer.km.ua/