

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

МЕТОДИ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА КОНСУЛЬТУВАННЯ ТА МОДЕЛІ ПСИХОТЕРАПІЇ

Методичні вказівки
до виконання практичних занять для здобувачів вищої освіти
другого (магістерського) рівня денної та заочної форм здобуття освіти
за спеціальністю 053 «Психологія»

Електронний ресурс

Рецензенти:

Н. С. Кучеренко – кандидат психологічних наук, доцент, в.о. завідувача кафедри практичної психології навчально-наукового інституту «Українська інженерно-педагогічна академія» Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна;
Е. І. Михлюк – кандидат психологічних наук, доцент, заступник начальника навчально-наукового інституту управління та безпеки населення Національного університету цивільного захисту України.

*Затверджено до розміщення в мережі Інтернет рішенням Науково-методичної ради
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
(протокол № 9 від 24 квітня 2026 року)*

М 54 **Методи** психотерапії та консультування та моделі психотерапії: методичні вказівки до виконання практичних занять для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня денної та заочної форм здобуття освіти за спеціальністю 053 «Психологія» [Електронний ресурс] / уклад. А. І. Черкашин. – Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2026. – (PDF 39 с.)

У методичних вказівках до виконання практичних занять з дисципліни «Методи психотерапії та консультування та моделі психотерапії» висвітлено теоретико-методологічні засади сучасної психотерапевтичної практики. Розглянуто основні моделі психотерапії, їхні концептуальні положення та сфери застосування. Проаналізовано специфіку психологічного консультування як професійної діяльності. Особливу увагу приділено формуванню практичних навичок проведення консультаційної та психотерапевтичної роботи. Матеріал спрямований на розвиток професійної компетентності та клінічного мислення. Видання призначене для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» денної та заочної форм навчання.

УДК 159.9:615.851(075.8)

© Харківський національний університет
імені В. Н. Каразіна, 2026
© Черкашин А. І., уклад., 2026

Зміст

ВСТУП.....	3
Практичне заняття №1.....	5
Практичне заняття №2.....	7
Практичне заняття № 3.....	8
Практичне заняття № 4.....	10
Практичне заняття № 5.....	11
Практичне заняття № 6.....	12
Практичне заняття № 7.....	13
Практичне заняття № 8.....	14
Практичне заняття № 9.....	16
Практичне заняття № 10.....	17
Практичне заняття № 11.....	18
Практичне заняття № 12.....	19
Практичне заняття № 13.....	21
Практичне заняття № 14.....	22
Практичне заняття № 15.....	23
Практичне заняття № 16.....	25
Практичне заняття № 17.....	26
РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ.....	27
Додаток 1.....	29

ВСТУП

Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни: Основною метою викладання дисципліни є підготовка висококваліфікованих психологів, здатних до професійної реалізації у сфері психотерапевтичного консультування, шляхом формування ґрунтовних теоретичних знань та практичних навичок з основних методів, моделей та технік психотерапії та консультування. Це дозволить їм ефективно застосовувати ці знання у своїй професійній діяльності для надання спеціалізованої психотерапевтичної допомоги.

Завдання навчальної дисципліни:

1. поглибити знання про методологічні й теоретичні основи, головні напрями, види, методи психотерапії та процеси психотерапевтичної взаємодії;
2. сформувані навички професійної взаємодії з пацієнтом та оцінки впливу терапевтичних процедур на його особистість;
3. сформувані уміння надавати індивідуальну та групову консультативну психотерапевтичну допомогу особистості, адекватно застосовувати психотехніки;
4. опанувати алгоритм психолога-психотерапевтичного супроводу пацієнтів в структурі комплексної психофізичної реабілітації;
5. сприяти засвоєнню змісту та особливостей роботи психолога-психотерапевта у складі мультидисциплінарної реабілітаційної команди.

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Загальна характеристика видів, підходів, методів та моделей психотерапії.	2
2	Тема 2. Стратегія і зміст психотерапевтичного процесу. Складові психотерапевтичного процесу. Інформаційно-довідковий блок.	2
3	Тема 3. Стратегія і зміст психотерапевтичного процесу. Складові психотерапевтичного процесу. Навчально-дослідницький блок.	4
4	Тема 4. Основні форми роботи психотерапевта.	3
5	Тема 5. Етичні принципи психотерапевта. Основні скарги клієнта.	3
6	Тема 6. Основні напрями в психотерапії. Психодинамічний (Психоаналітичний) Напрямок.	3

7	Тема 7. Когнітивно-поведінкова Терапія (КПТ).	4
8	Тема 8. Гуманістичний Напрямок психотерапії.	3
9	Тема 9. Системна Сімейна Терапія	4
10	Тема 10. Транзактний Аналіз (ТА).	4
11	Тема 11. Наративна Терапія.	4
12	Тема 12. Схема-Терапія.	4
13	Тема 13. Позитивна психотерапія (ППТ) як інтегративний гуманістично-психодинамічний метод.	4
14	Тема 14. Логотерапія - представник екзистенційно-гуманістичного напрямку психотерапії.	4
15	Тема 15. Психодрама як метод групової психотерапії.	4
16	Тема 16. Арт-терапевтичні методи.	4
17	Тема 17. Символдрама.	4
	Разом:	60

Практичне заняття №1

(2 години)

Тема: Загальна характеристика видів, підходів, методів та моделей психотерапії.

Мета: опанувати практичне використання класифікацій, видів, підходів, методів та моделей психотерапії.

Питання для обговорення:

1. Сутність, об'єкт і предмет психотерапії. Класифікація видів, підходів, методів та моделей психотерапії. Директивна і недирективна психотерапія. Симптоматична і патогенетична психотерапія. Класифікація методів психотерапії. Методи психотерапії: симптомо-центровані, особистісно-центровані, соціоцентровані. Вимоги до особистості психотерапевта.

2. Модель ефективного психотерапевта за В. Карікашем. Етичні основи і принципи психотерапії. Нормативні документи, що регламентують діяльність психотерапевтів в Україні.

Практична частина: відповіді на питання для самоконтролю

1. Поняття психотерапії, критерії її класифікації та різновиди.

2. Що є об'єктом та предметом психологічного впливу? Проаналізуйте предмет психотерапії з огляду на теоретичні позиції найпоширеніших її напрямів.

3. Класифікація психотерапевтичних методів, за Карвасарським та Александрович.

4. Опишіть основні 7 етапів психотерапевтичного впливу.
5. Якими особистісними рисами повинен володіти психотерапевт? Чому?
6. Опишіть та обґрунтуйте модель ефективного психотерапевта, за В. Карікашем.
7. Охарактеризуйте ключові етичні принципи психотерапії.
8. Охарактеризуйте положення нормативно-правової бази, що регулюють діяльність психотерапевтів в Україні.

Завдання до самостійної роботи:

1. Опишіть історію становлення та розвитку психотерапії в Україні та світі.
2. Поясніть зв'язок психотерапії з психокорекцією, психодіагностикою, психологічним консультуванням.
3. Які сфери функціонування немедичної психотерапії?
4. Якими є вимоги до професійної підготовки психотерапевта?
5. Охарактеризуйте нормативні вимоги до особистості психотерапевта.
6. Розкрийте критерії та методи оцінювання ефективності психотерапії.

Рекомендована література:

1. Браун Д. Введение в психотерапию: Принципы и практика психодинамики / Д. Браун, Дж. Педдер ; [пер. с англ. Ю. М. Яновской]. – М. : Независимая фирма «Класс», 1998. – 224 с.
2. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Надія Федорівна Каліна. – К. : Академвидав, 2010. – 288 с.
3. Карпенко Є. В. Правові колізії розвитку психотерапії в Україні / Є. В. Карпенко // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. – Вип. 2. – Львів : Львівський держ. ун-т внутр. справ, 2014. – С. 74-81.
4. Пеньковська Н. М. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навч. посіб. / Н. М. Пеньковська, Р. В. Шептицький. – Тернопіль : Крок, 2014. – 286 с.
5. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б. Д. Карвасарского. – 2е изд. – СПб. : Питер, 2002. – 1024 с.
6. Соколова Е. Т. Психотерапия. Теория и практика / Елена Теодоровна Соколова. – М. : Академия, 2002. – 368 с.
7. Таланов В. Л. Справочник практического психолога / В. Л. Таланов, И. Г. Малкина-Пых. – СПб. : Сова ; М. : ЭКСМО, 2003. – 928 с.

Додаткова

1. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта / Джеймс Бьюдженталь. – СПб. : Питер, 2001. – 304 с.
2. Ковпак Д. В. 111 баек для психотерапевтов / Д. В. Ковпак. – СПб. : Питер, 2012. – 176 с.
3. Методы современной психотерапии : Учебное пособие / Сост. Л. М. Кроль, Е. А. Пуртова. – М. : Независимая фирма «Класс», 2001. – 480 с.

Практичне заняття №2

(2 год)

Тема: Стратегія і зміст психотерапевтичного процесу. Складові психотерапевтичного процесу. Інформаційно-довідковий блок.

Мета: засвоїти стратегію і зміст психотерапевтичного процесу, проаналізувати складові психотерапевтичного процесу у прикладному аспекті (рольова гра).

Питання для обговорення:

1. Терапевтичний альянс, психологічний контракт Динамічна модель взаємодії в системі «психотерапевт-клієнт».
2. Функції та загальна структура психологічного контракту. Ідентифікація проблеми.
3. Три рівні прояснення сутності проблеми клієнта та постановки діагноза. Інтерпретація в консультуванні.
4. Безоцінкове прийняття клієнта, інтервізія, супервізія.

Практична частина: проаналізувати динамічну модель взаємодії в системі «психотерапевт-клієнт». Опанувати в прикладному аспекті три рівні прояснення сутності проблеми клієнта та постановки діагноза.

Завдання до самостійної роботи:

1. Опишіть історію розвитку психотерапії.
2. Назвіть сучасні етапи розвитку психотерапії.
3. Розкрийте суть поняття психотерапії.
4. Розмежуйте поняття психотерапія, психологічне консультування, психокорекція.
5. Назвіть види психотерапії.
6. Опишіть методи психотерапії
7. Наведіть приклади етапів психотерапевтичного процесу.
8. Обґрунтуйте важливість дотримання етичних принципів психотерапевта.

9. Наведіть приклади основних скарг.

Рекомендована література:

1. Алешина Ю. Б. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Алешина Ю. Б. – [2-е изд.]. – М. : Класс, 1999. – 208 с. – (Биб-ка психологии и психотерапии).
2. Бурлачук Л. Ф. Основы психотерапии: учеб. пособие [для студ. вузов, которые обучаются по спец. “Психология”, “Соц. педагогика”] / Л. Ф. Бурлачук, И. А. Грабская, А. С. Кочарян. – К. : Ника–Центр ; М. : Алетейа, 1999. – 320 с.
3. Бурлачук Л. Ф. Психотерапия : учебник для вузов / Л. Ф. Бурлачук, О. С. Кочарян, М. Е. Жидко. – [2-е изд., стер.]. – СПб. : Питер, 2007. – 480 с. – (Учебник для вузов).
4. Гарбузов В. И. Практическая психотерапия, или как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье / Гарбузов В. И. – СПб. : Сфера, 1994. – 160 с.
5. Глива Є. Вступ до психотерапії : навч. посіб. / Є. Глива. – Острог –Київ: Острозька академія, Кондор, – 2009. – 532 с.

Додаткова

1. Зубалий Н. П. Основы психотерапии : учеб. пособие /Н. П. Зубалий, А. М. Лёвочкина. – К. : МАУП, 2001. – 160 с.
2. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика: справочник практического психолога / Малкина-Пых И. Г. – М. : Эксмо, 2005. – 992 с.
3. Муллан Б. Психотерапевты о психотерапии / Муллан Б. ; пер. С англ. И. В. Королева. – М. : Класс, 1999. – 480 с. – (Библиотека психологии и психотерапии, № 68).
4. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б. Д. Карвасарского. – [3-е изд., перераб. и доп.]. – СПб. : Питер, 2006. – 944 с.

Практичне заняття № 3

4 год

Тема: Стратегія, зміст та складові психотерапевтичного процесу.

Навчально-дослідницький блок.

Мета: Опрацювати стратегію, зміст та складові психотерапевтичного процесу в структурі навчально-дослідницького блоку.

Питання для обговорення:

1. Вербальні та невербальні засоби терапевтичного процесу. Структурування сесії.

2. Основні види невербальних проявів у терапії.

3. Особливості взаємодії психотерапевт-клієнт із урахуванням існуючих відмінностей у сучасних теоретичних підходах.

Практична частина: Опрацювати вербальні та невербальні засоби терапевтичного процесу у рольовій грі. Проаналізувати особливості взаємодії психотерапевт-клієнт із урахуванням існуючих відмінностей у сучасних теоретичних підходах.

Завдання до самостійної роботи: Охарактеризувати чинники, що визначають ефективність психотерапії. Описати готовність клієнта до співпраці. Написати реферат «Специфіка дії конкретних методів психотерапії».

Рекомендована література:

1. Глива Є. Вступ до психотерапії [текст] : навчальний посібник. Острог : Вид-во «Острозька академія»; К. : Кондор, 2004. 530 с.

2. Каліна Н.Ф. Психотерапія: підручник. К.: Академвидав, 2010. 280 с.

3. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк: Вежа-Друк, 2017. 420 с.

4. Пеньковська, Н. М. Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навчально-методичний посібник Тернопіль : Крок, 2014. 268 с.

5. Психотерапевтичний практикум. Класичний психоаналіз / [ред. упоряд. З. С. Карпенко]. Івано-Франківськ : Гостинець, 2004. Вип. 1. 60 с.

6. Федій О. Естетотерапія : навчальний посібник. К. : Центр навчальної літератури, 2007. 256 с. аспекти організаційної психології : навч. посібник для здобувачів.

Додаткова

1. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб. Київ : Видавничий дім "КМ Академія", 2017. 248 с.

2. Шевченко Н. Ф. Основи психотерапії : навч. посіб. Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2017. 216 с.

3. Седих О. В. Основи психотерапії : курс лекцій. Умань : Видавництво УДПУ, 2017. 180 с.

4. Кочарян О. С., Ложкін Г. В. Основи психотерапії : підручник. Харків : НТУ "ХПІ", 2017. 320 с. 6. Кочарян О. С., Ложкін Г. В. Психотерапія : підручник. Київ :

Центр учбової літератури, 2010. 400 с.

Практичне заняття № 4.

3 год

Тема: Основні форми роботи психотерапевта

Мета: Опрацювати основні форми роботи психотерапевта: Індивідуальна терапія, Групова терапія, Парна (сімейна) терапія, Дитяча терапія, Психотерапія підлітків, Онлайн-терапія, Короткострокова терапія, Довготривала терапія, Криза-інтервенція, Супервізія та інтервізія та провести аналіз ефективності їх застосування.

Питання для обговорення:

1. Процес психотерапевтичної взаємодії. Індивідуальна та групова психотерапія, довготермінова психотерапія
2. Парна психотерапія (терапія для пар).
3. Дитяча та підліткова психотерапія.
4. Спеціальні методи групової психотерапії
5. Підтримуюча психотерапія: її мета і показання для застосування.
6. Онлайн-психотерапія.

Практична частина: проаналізувати застосування різних відів психотерапії щодо корекції психічних розладів та проблем, а також особливості роботи психотерапевта з тривогою, депресією, стресом, адаптаційними труднощами.

Самостійне завдання: скласти алгоритм роботи психотерапевта в межах . Онлайн-психотерапії (телетерапія, віддалена психотерапія).

Рекомендована література:

1. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. *Психотерапія: Підручник для ВНЗ.* — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).
2. Заброцький М. М. *Основи психологічного консультування та психотерапії.* — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).
3. Каліна Н. Ф. *Психотерапія* / Надія Федорівна Каліна. — К. : Академвидав, 2010. — 288 с.
4. Карамушка Л. М. *Психологія управління: Навчальний посібник.* — К.: Міленіум, 2003. (Хоча не є суто психотерапевтичним, містить важливі розділи про комунікацію та інтервенції).

5. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. — Дрогобич : Посвіт, 2015. — 116 с.

6. Коваленко О. В. *Психологічне консультування: Навчальний посібник*. — К.: ВЦ "Академія", 2011. (Сучасний посібник, що зосереджується на методах консультування).

Додаткова

1. Глива Є. Вступ до психотерапії : навч. посіб. / Є. Глива. — Острогор — Київ: Острозька академія, Кондор, — 2009. — 532 с.

2. Зубалий Н. П. Основы психотерапии : учеб. пособие / Н. П. Зубалий, А. М. Лёвочкина. — К. : МАУП, 2001. — 160 с

3. Кочюнас Р. *Основы психологического консультирования*. — М.: Академический Проект, 1999. (Литва. Один з базових посібників з консультування).

Практичне заняття № 5

3 год

Тема: Етичні принципи психотерапевта. Основні скарги клієнта.

Мета: засвоїти та опрацювати етичні принципи психотерапевта. Опанувати основні скарги клієнта.

Питання для обговорення:

1. Відповідальність та когнітивна відповідальність. Конфіденційність і доброзичливе та безоцінне ставлення до клієнта.

2. Орієнтації на норми і цінності клієнта та відмова психотерапевта від порад. Розмежування особистих і професійних стосунків: “перенесення” і “контрперенесення”. Залучення клієнта до процесу консультування.

3. Основні скарги клієнта як первинне представлення проблеми. Види і зміст скарг: незрозуміла, нерозумна, складена, складна, скарга з прихованим змістом, хитра скарга, скарга на іншого.

Практична частина: Диференціювати види скарг за змістом та алгоритмом роботи психотерапевта.

Самостійне завдання: Розробити план-проект залучення клієнта до процесу психотерапевтичного консультування.

Рекомендована література:

1. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. — Дрогобич : Посвіт, 2015. — 116 с.

2. Коваленко О. В. *Психологічне консультування: Навчальний посібник*. — К.: ВЦ "Академія", 2011. (Сучасний посібник, що зосереджується на методах консультування).

3. Кундельська Н. В. *Психологічне консультування та психотерапія: Навчальний посібник*. — Львів: Новий Світ-2000, 2017. (Актуальний погляд на сучасні підходи).

4. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. — Вид. 3-тє. — Луцьк : Вежа-Друк, 2017. — 420 с.

Додаткова

1. Коттлер Д. А., Браун Р. С. Современная семейная терапия. — Спб.: Прайм-Еврознак, 2001. (Зарубіжні автори. Огляд різних моделей сімейної терапії).

2. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція : навч. посіб. / Цимбалюк І. М. — [2-е вид., випр. і доп.]. — К. : Професіонал, 2007. — 544 с.

3. Роджерс К. Становление личности: Взгляд на психотерапию. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. (Основоположна праця з клієнт-центрованої терапії).

Практичне заняття № 6

4 год

Тема: Основні напрями в психотерапії. Психодинамічний (Психоаналітичний) Напрямок.

Мета: Опанувати інформацію про основні напрями в психотерапії. Проаналізувати зміст та сутність Психодинамічного (Психоаналітичного) напрямку.

Питання для обговорення:

1. Головна ідея, мета Психодинамічного (Психоаналітичного) напрямку.
2. Основні напрями корекційної роботи психоаналітика.
3. П'ять базисних технік психоаналізу.
4. Індивідуація і аналітична психотерапія.
5. Основні лінії: психотерапевтичний процес в руслі індивідуальної психології А. Адлера.

Практична частина: проаналізувати техніки когнітивної терапії. Опрацювати психотерапевтичний процес у психоаналізі. Дати характеристику стадій аналітичної психотерапії. Визначити три основні лінії психотерапевтичного процесу в руслі індивідуальної психології.

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Виявлення травматичного досвіду у дітей»; «Розвиток соціального інтересу».

Рекомендована література:

1. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. *Психотерапія: Підручник для ВНЗ*. — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).
2. Заброцький М. М. *Основи психологічного консультування та психотерапії*. — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).
3. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Надія Федорівна Каліна. — К. : Академвидав, 2010. — 288 с.
4. Карамушка Л. М. *Психологія управління: Навчальний посібник*. — К.: Міленіум, 2003. (Хоча не є суто психотерапевтичним, містить важливі розділи про комунікацію та інтервенції).
5. Карпенко Є. *Методи сучасної психотерапії: навч. посібник*. — Дрогобич : Посвіт, 2015. — 116 с.
6. Коваленко О. В. *Психологічне консультування: Навчальний посібник*. — К.: ВЦ "Академія", 2011. (Сучасний посібник, що зосереджується на методах консультування).

Додаткова

1. Глива Є. Вступ до психотерапії : навч. посіб. / Є. Глива. — Острог — Київ: Острозька академія, Кондор, — 2009. — 532 с.
2. Зубалий Н. П. Основы психотерапии : учеб. пособие / Н. П. Зубалий, А. М. Лёвочкина. — К. : МАУП, 2001. — 160 с
3. Кочюнас Р. *Основы психологического консультирования*. — М.: Академический Проект, 1999. (Литва. Один з базових посібників з консультування).

Практичне заняття № 7

4 год

Тема: Когнітивно-поведінкова Терапія (КПТ).

Мета: опрацювати зміст та методи Когнітивно-поведінкової Терапії (КПТ).

. Питання для обговорення:

1. Когнітивно-поведінковий напрямок психотерапевтичної допомоги.
2. Аарон Бек. Сутність та методи когнітивної терапії.
3. Джон Ватсон, Б. Ф. Скіннер. Зміст та техніки біхевіоризму.
4. Альберт Елліс. Раціонально-емоційно-поведінкова терапія: методи та психотехніки.

Практична частина: опрацювати техніки когнітивної терапії та психологічні інтервенції когнітивно-поведінкового напрямку. Проаналізувати в межах РЕПТ

етапи роботи з віруваннями, що заважають клієнтам. Опанувати основи техніки зміни патогенних реакцій у поведінковій психотерапії.

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Основні концепції навчання у поведінковій психотерапії»; «Техніка прогресивної м'язової релаксації за Е. Джекобсоном».

Рекомендована література:

7. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. *Психотерапія: Підручник для ВНЗ*. — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).

8. Заброцький М. М. *Основи психологічного консультування та психотерапії*. — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).

9. Каліна Н. Ф. *Психотерапія* / Надія Федорівна Каліна. — К.: Академвидав, 2010. — 288 с.

10. Карамушка Л. М. *Психологія управління: Навчальний посібник*. — К.: Міленіум, 2003. (Хоча не є суто психотерапевтичним, містить важливі розділи про комунікацію та інтервенції).

11. Карпенко Є. *Методи сучасної психотерапії: навч. посібник*. — Дрогобич: Посвіт, 2015. — 116 с.

12. Коваленко О. В. *Психологічне консультування: Навчальний посібник*. — К.: ВЦ "Академія", 2011. (Сучасний посібник, що зосереджується на методах консультування).

Додаткова

4. Глива Є. *Вступ до психотерапії: навч. посіб.* / Є. Глива. — Острогор — Київ: Острозька академія, Кондор, — 2009. — 532 с.

5. Зубалий Н. П. *Основы психотерапии: учеб. пособие* / Н. П. Зубалий, А. М. Лёвочкина. — К.: МАУП, 2001. — 160 с.

6. Кочюнас Р. *Основы психологического консультирования*. — М.: Академический Проект, 1999. (Литва. Один з базових посібників з консультування).

Практичне заняття № 8

3 год

Тема. Гуманістичний Напрямок психотерапії.

Мета: опрацювати зміст та методи Когнітивно-поведінкової Терапії (КПТ).

Питання для обговорення:

1. Основні ідеї клієнт-центрованої терапії. Карл Роджерс.
2. Авраам Маслоу. Ієрархія потреб.
3. Гештальт-терапія: експерименти та творчі методи.
4. Екзистенційна психотерапія: прийняття "даності буття" та здобуття особистого сенсу.

Практична частина: опрацювати техніки когнітивної терапії та психологічні інтервенції когнітивно-поведінкового напрямку. Проаналізувати в межах РЕПТ етапи роботи з віруваннями, що заважають клієнтам. Опанувати основи техніки зміни патогенних реакцій у поведінковій психотерапії.

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Основні концепції навчання у поведінковій психотерапії»; «Техніка прогресивної м'язової релаксації за Е. Джекобсоном», «Види захисних механізмів у гештальттерапії»

Рекомендована література:

1. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. Психотерапія: Підручник для ВНЗ. — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).
2. Заброцький М. М. Основи психологічного консультування та психотерапії. — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).
3. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Надія Федорівна Каліна. — К. : Академвидав, 2010. — 288 с.
4. Карамушка Л. М. Психологія управління: Навчальний посібник. — К.: Міленіум, 2003. (Хоча не є суто психотерапевтичним, містить важливі розділи про комунікацію та інтервенції).
5. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. — Дрогобич : Посвіт, 2015. — 116 с.
6. Коваленко О. В. Психологічне консультування: Навчальний посібник. — К.: ВЦ "Академія", 2011. (Сучасний посібник, що зосереджується на методах консультування).

Додаткова

1. Глива Є. Вступ до психотерапії : навч. посіб. / Є. Глива. — Острогог — Київ: Острозька академія, Кондор, — 2009. — 532 с.
2. Зубалий Н. П. Основы психотерапии : учеб. пособие / Н. П. Зубалий, А. М. Лёвочкина. — К. : МАУП, 2001. — 160 с

3. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. — М.: Академический Проект, 1999. (Литва. Один з базових посібників з консультивання).

Практичне заняття № 9

4 год

Тема. Системна Сімейна Терапія.

Мета: опрацювати зміст та методи Когнітивно-поведінкової Терапії (КПТ).

Питання для обговорення:

1. Основні ідеї: акцент на взаємодії та патернах спілкування між членами сім'ї.
2. Сімейна терапія як теорія соціальної роботи.
3. Теоретичні положення та етапи процесу сімейної терапії.
4. Техніки сімейної терапії: практичні інструменти роботи з системою.

Практична частина: опрацювати техніки сімейної терапії та практичні інструменти роботи з системою. Проаналізувати теоретичні положення та етапи процесу сімейної терапії. Опанувати алгоритм використання сімейної терапії у роботі з кризовими сім'ями (наси́льство, залежності, розлучення); з багатодітними або прийомними родинами..

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Генограма (родинна карта)»; «Техніка Переформулювання (рефреймінг)». Написати реферат на тему: «Екзистенційний підхід у сімейній терапії»

Рекомендована література:

1. Насікан В. В. Психотерапія у системі психічного здоров'я. — К.: Університет "Україна", 2009. (Описує роль психотерапії в контексті загального психічного здоров'я).

2. Оспіщева В. В. Основы психологического консультирования та психокорекції. — Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2018. (Практично орієнтований посібник).

3. Пеньковська Н. М. Основы психологического консультирования в методі позитивної психотерапії : навч. посіб. / Н. М. Пеньковська, Р. В. Шептицький. — Тернопіль : Крок, 2014. — 286 с.

4. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. — К.: Либідь, 2003. (Робота, що допомагає зрозуміти глибинні аспекти особистості, важливі для терапевтичної практики).

5. Швалб Ю. М., Муратова А. В. Психологія кризових станів: Навчальний посібник. — К.: Каравела, 2006. (Хоча специфічний, але корисний для розуміння роботи з кризами у терапії).

Додаткова

1. Коттлер Д. А., Браун Р. С. Современная семейная терапия. — Спб.: Прайм-Еврознак, 2001. (Зарубіжні автори. Огляд різних моделей сімейної терапії).

2. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція : навч. посіб. / Цимбалюк І. М. — [2-е вид., випр. і доп.]. — К. : Професіонал, 2007. — 544 с.

3. Роджерс К. Становление личности: Взгляд на психотерапию. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. (Основоположна праця з клієнт-центрованої терапії).

4. портал професійних психологів України «У психолога»: <http://upsihologa.com.ua/>

Практичне заняття № 10

4 год

Тема. Трансактний Аналіз (ТА).

Мета: опрацювати зміст та методи Трансактного Аналізу (ТА).

Питання для обговорення:

1. Зміст та основні ідеї Трансактного Аналізу (Ерік Берн).

2. Модель "станів Его" (Батько, Дорослий, Дитина) для аналізу взаємодії (транзакцій) між людьми.

3. Поняття про транзакції та їх види.

4. Техніки психотерапевтичної роботи в трансактному аналізі.

Практична частина: опрацювати техніки Трансактного Аналізу та практичні інструменти роботи з системою. Проаналізувати правила комунікації в Трансактному Аналізі. Опанувати алгоритм використання техніки «Робота з внутрішнім діалогом у короткостроковій терапії».

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Ігровий аналіз в Трансактному Аналізі». Написати реферат на тему: «Моделі его-станів за Е. Берном.».

Рекомендована література:

1. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. Психотерапія: Підручник для ВНЗ. — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).

2. Заброцький М. М. Основи психологічного консультування та психотерапії. — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).
3. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Надія Федорівна Каліна. — К. : Академвидав, 2010. — 288 с.
4. Карамушка Л. М. Психологія управління: Навчальний посібник. — К.: Міленіум, 2003. (Хоча не є суто психотерапевтичним, містить важливі розділи про комунікацію та інтервенції).
5. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. — Дрогобич : Посвіт, 2015. — 116 с.

Додаткова

1. Глива Є. Вступ до психотерапії : навч. посіб. / Є. Глива. — Острог — Київ: Острозька академія, Кондор, — 2009. — 532 с.
2. Зубалий Н. П. Основы психотерапии : учеб. пособие / Н. П. Зубалий, А. М. Лёвочкина. — К. : МАУП, 2001. — 160 с
3. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. — М.: Академический Проект, 1999. (Литва. Один з базових посібників з консультування).

Практичне заняття № 11

4 год

Тема. Наративна Терапія.

Мета: опрацювати зміст та методи Наративна Терапія.

Питання для обговорення:

1. Теоретичні засади наративної психотерапії.
2. Вихідна методологія наративної психотерапії: постмодернізм та соціальний конструктивізм.
3. Наративна психологія як складова психологічної герменевтики
4. Поняття про наративи та їх типологію.
5. Деконструкція та екстерналізація – ключові техніки наративної психотерапії.

Практична частина: опрацювати ключові техніки наративної психотерапії. Проаналізувати теоретичні засади наративної психотерапії Опанувати алгоритм створення «Лінії життя».

Самостійне завдання: створити наратив на ситуацію за бажанням. Написати реферат на тему: «особливості створення колективного наративу».

Рекомендована література:

1. Любімова Ю. А. Сімейний наратив: мереживо особистих історій : моногр. / Ю. А. Любімова. – К. : Міленіум, 2015. – 194 с.
2. Наративні психотехнології / Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, О. М. Шиловська, С. Ю. Гуцол; за заг. ред. Н. В. Чепелевої. – К. : Главник, 2007. – С. 144. (Серія «Психологічний інструментарій»)
3. Психологія життєтворення особистості в сучасному світі : монографія / Ю. Д. Гундертайло, В. О. Климчук, О. Я. Кляпець та ін. ; за ред. Т. М. Титаренко ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – К. : Міленіум, 2016. – 320 с.
4. Титаренко Т. М. Психологічні практики конструювання життя в умовах постмодерної соціальності : монографія / Т. М. Титаренко, О. М. Кочубейник, К. О. Черемних ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – К. : Міленіум, 2014. – 206 с.
5. Чепелева Н. В. Проблеми психологічної герменевтики / Монографія / за ред. Н. В. Чепелевої. – К.: Міленіум, 2004. – 276 с.
6. Чепелева Н.В. Життєва ситуація особистості // Основи практичної психології. Підручник. – К.: Либідь, 1999.

Додаткова

1. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. – Дрогобич : Посвіт, 2015. – 116 с.
2. Коваленко О. В. Психологічне консультування: Навчальний посібник. — К.: ВЦ "Академія", 2011. (Сучасний посібник, що зосереджується на методах консультування).
3. Кундельська Н. В. Психологічне консультування та психотерапія: Навчальний посібник. — Львів: Новий Світ-2000, 2017. (Актуальний погляд на сучасні підходи).
4. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. – Вид. 3-тє. – Луцьк : Вежа-Друк, 2017. – 420 с.

Практичне заняття № 12

4 год

Тема. Схема-Терапія.

Мета: опанувати основні ідеї Схема-Терапії: інтегративний підхід, що поєднує елементи КПТ, психодинамічної та гештальт-терапії.

Питання для обговорення:

1. Поєднання аспектів когнітивної, поведінкової, міжособистісної терапії, теорії прихильності, експериментальної терапії та психоаналізу у Схема-Терапії.
2. Поняття частки та модель роботи з частками.
3. Класифікація часток та їх характеристика.
4. Основні фази схема-терапії та їхні ключові завдання.

Практична частина: опрацювати модель роботи з частками. Проаналізувати структуру та перебіг фаз схема-терапії.

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Оцінка та Концептуалізація (Початкова Фаза схема-терапії); «Зміни та Переробка (Терапевтична Фаза схема-терапії); «Завершення та Консолідація (Кінцева Фаза схема-терапії).

Рекомендована література:

1. Янг Джеффри Е., Клоско Джанет С., Вайсгар Марша. Схема-терапія: посібник практичного психолога / пер. з англ. — К.: Наука і практика, 2019. — 430 с.
2. Янг Джеффри Е., Клоско Джанет С. Заново відкрий своє життя: програма, яка допоможе позбутися негативної поведінки і почати жити / пер. з англ. — Х.: Віват, 2020. — 368 с.
3. Арнтц А., Якоб Г. Схема-терапія в практиці: вступ до модального підходу / пер. з англ. — К.: Основа, 2016. — 280 с.
4. Ван Фресвейк М., Бросен Й., Надорт М. (ред.) Посібник із схема-терапії: теорія, дослідження та практика / пер. з англ. — Львів: Літопис, 2021. — 512 с.
5. Рафаелі Е., Бернштейн Д. П., Янг Д. Е. Схема-терапія: основи методу / пер. з англ. — К.: Альпіна Паблішер, 2018. — 224 с.
6. Lobbestael J., van Vreeswijk M. F., Spinhoven P., Schouten E., Arntz A. Reliability and validity of the Short Schema Mode Inventory (SMI) // Behavioural and Cognitive Psychotherapy. — 2009. — Vol. 38, No. 4. — P. 437–458. — DOI: 10.1017/S1352465809990479.
7. Bamber M., McMahon R. Danger—Early maladaptive schemas at work! The role of early maladaptive schemas in career choice and the development of occupational stress in health workers // Clinical Psychology & Psychotherapy. — 2008. — Vol. 15, No. 2. — P. 96–112. — DOI: 10.1002/cpp.564.

Додаткова

1. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. – Дрогобич : Посвіт, 2015. – 116 с.
2. Коваленко О. В. Психологічне консультування: Навчальний посібник. — К.: ВЦ "Академія", 2011. (Сучасний посібник, що зосереджується на методах консультування).
3. Кундельська Н. В. Психологічне консультування та психотерапія: Навчальний посібник. — Львів: Новий Світ-2000, 2017. (Актуальний погляд на сучасні підходи).
4. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. – Вид. 3-тє. – Луцьк : Вежа-Друк, 2017. – 420 с.

Практичне заняття № 13

4 год

Тема. Позитивна психотерапія (ППТ) як інтегративний гуманістично-психодинамічний метод.

Мета: опанувати зміст, основні характеристики та принципи позитивної психотерапії

Питання для обговорення:

1. Основні принципи позитивної психотерапії. Базові та актуальні здібності.
2. Техніки positum-підходу: позитивна реінтерпретація, кроскультурний підхід та метафора.
3. Сфери переробки конфлікту (балансна модель) в позитивній психотерапії.
4. Моделі для наслідування та базові емоційні установки.
5. П'ятикрокова модель консультування та самодопомоги.

Практична частина: Проаналізувати основні принципи позитивної психотерапії. Опрацювати техніки positum-підходу та п'ятикрокову модель консультування та самодопомоги.

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Техніки positum-підходу: позитивна реінтерпретація, кроскультурний підхід та метафора»; «Стадії взаємодії в позитивній психотерапії».

Рекомендована література:

1. Галецька І. Клініко-психологічне дослідження: навч. посібник. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2015. 242 с.

2. Галецька І., Сосновський Т. Психологія здоров'я: теорія та практика. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2006. 338 с.
3. Глива Є. Вступ до психотерапії: навчальний посібник. К.: Кондор; Острог: Острозька академія, 2009. 530 с
4. Дж.Герман Психологічна травма та шлях до видуження: наслідки насильства від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів: Видавництво Старого Лева, 2019. 424 с.
5. Дідковська Л. І. Психосоматика: основи психодіагностики та психотерапії : навч. посіб. Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2010. 264 с.
6. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия. М.:Институт позитивной психотерапии, 2006. 464 с.

Додаткова

1. Максимова Н. Ю. Основи дитячої патопсихології: навч. посіб. К.: Главник, 2008. 158 с.
2. Михальченко Н.В. Психотерапія з психокорекційною роботою. Навчально-методичний посібник. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2018. 236 с.
3. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії. Луцьк: «Вежа Друк», 2014. 420 с. <https://core.ac.uk/download/pdf/153588416>.
4. Седих К.В., Фільц О.О. Основи психотерапії: навч. посібник. К.:Академвидав, 2016. 191 с.

Практичне заняття № 14

4 год

Тема. Логотерапія - представник екзистенційно-гуманістичного напрямку психотерапії.

Мета: опанувати зміст, основні характеристики та принципи позитивної психотерапії

Питання для обговорення:

1. Екзистенційний аспект та ключова ідея логотерапії - "воля до сенсу" (will to meaning) як основна рушійна сила людської поведінки.
2. Єдність трьох вимірів людини за В. Франклом.
3. Ключові поняття логотерапії: свобода і відповідальність, здійснення та успіх.
4. Види та характеристика основних груп цінностей, за В. Франклом.
5. Основні логотерапевтичні техніки: парадоксальна інтенція та дерефлексія.

Практична частина: Проаналізувати ключові поняття логотерапії: свобода і відповідальність, здійснення та успіх, а також види та характеристика основних

груп цінностей. Опрацювати основні логотерапевтичні техніки: парадоксальна інтенція та дереклексія.

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Основні логотерапевтичні техніки: парадоксальна інтенція та дереклексія»; «Ключові поняття логотерапії: свобода і відповідальність, здійснення та успіх».

Рекомендована література:

1. Сторіжко Л. В. Людина в психоаналізі. Філософська інтерпретація проблеми несвідомого: Монографія / Л. В. Сторіжко. – К: НТУУ "КПІ", 2005. – 302 с.
2. Frankl V. E. Man's Search for Meaning [Електронний ресурс] / Victor E. Frankl // Перевод Маргариты Маркус. – 1985. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.psychiatry.ru/lib/55/book/116>.
3. Глазунов С.В. Нариси з історії соціальної роботи. Дніпропетровськ: РВВ ДНУ, 2015. 116 с.
4. Кандибей В.К., Утюж І.Г. Використання філософської методології у сучасній психотерапії (на прикладі методу логотерапії Віктора Еміля Франкла). Збірник тез доповідей науково-практичної конференції з міжнародною участю молодих вчених та студентів «Актуальні питання сучасної медицини і фармації 2019». Запоріжжя: ЗДМУ, 2019. С. 183–184.
5. Каріков С.А. Філософія. Розділи: Філософська антропологія, соціальна філософія, філософія культури. Харків: НУЦЗ України, 2011. 128 с.
6. Осика О.В. Логотерапія В. Франкла в психокорекційній роботі зі школярами. Проблеми сучасної психології. 2013. Вип. 21. С. 531–541.

Додаткова

1. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. Психотерапія: Підручник для ВНЗ. — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).
2. Заброцький М. М. Основи психологічного консультування та психотерапії. — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).
3. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Надія Федорівна Каліна. — К. : Академвидав, 2010. – 288 с.

Практичне заняття № 15

4 год

Тема. Психодрама як метод групової психотерапії.

Мета: опанувати діагностику і корекцію неадекватних станів і емоційних реакцій, їх усунення, опрацювання соціальної перцепції методами психодрами. поглиблення самосвідомості.

Питання для обговорення:

1. Поняття про психодраму, її мета і завдання.
2. Основні елементи психодрами.
3. Ключові компоненти психодрами.
4. Форми і фази психодрами.
5. Основні психодраматичні техніки.

Практична частина: Проаналізувати основні елементи та ключові поняття психодрами. Опанувати зміст та сутність форм і фаз психодрами. Опрацювати основні психодраматичні техніки.

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Основні психодраматичні техніки»; «Ключові компоненти психодрами».

Рекомендована література:

1. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. Психотерапія: Підручник для ВНЗ. — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).
2. Заброцький М. М. Основи психологічного консультування та психотерапії. — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).
3. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Надія Федорівна Каліна. — К. : Академвидав, 2010. — 288 с.
4. Карамушка Л. М. Психологія управління: Навчальний посібник. — К.: Міленіум, 2003. (Хоча не є суто психотерапевтичним, містить важливі розділи про комунікацію та інтервенції).
5. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. — Дрогобич : Посвіт, 2015. — 116 с.

Додаткова

1. Глива Є. Вступ до психотерапії : навч. посіб. / Є. Глива. — Острог — Київ: Острозька академія, Кондор, — 2009. — 532 с.
2. Зубалий Н. П. Основы психотерапии : учеб. пособие / Н. П. Зубалий, А. М. Лёвочкина. — К. : МАУП, 2001. — 160 с
3. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. — М.: Академический Проект, 1999. (Литва. Один з базових посібників з консультування).

Практичне заняття № 16
4 год
Тема. Арт-терапевтичні методи.

Мета: опанувати Арт-терапевтичні методи як засоби гармонізації розвитку особистості через розвиток здатності до самовираження і самопізнання.

Питання для обговорення:

1. Загальна характеристика арт-терапії.
2. Переваги та недоліки арт-терапії порівняно з іншими методами.
3. Форми, види та моделі арт-терапії.
4. Структура проведення арт-терапевтичного заняття.

Практична частина: Проаналізувати переваги та недоліки арт-терапії порівняно з іншими методами психотерапії. Опанувати Форми, види та моделі арт-терапії. Опрацювати алгоритм проведення арт-терапевтичного заняття. Опишіть процедуру проведення будь-яких трьох видів арт-терапії (на вибір).

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Структура проведення арт-терапевтичного заняття». Написати реферат на тему: «Метод казкотерапії в практиці дитячого психотерапевта».

Рекомендована література:

1. Секрети внутрішньої гармонії / автор-укладач Л. В. Туріщева // Вивчаємо українську мову та літературу. – 2009. – № 14. – С. 20-2–20-5.
2. Бернацька, О. Виховання самостійної особистості засобами філіо-арт-терапії / О. Бернацька // Психолог. Шкільний світ. – 2010. – № 16. – С. 3–7.
3. Белогурова, М. Арт-терапевтичний супровід дошкільників / Марина Белогурова // Психолог дошкілля. – 2013. – № 4. – С. 1–16.
4. Битоцкая, Е. В. Рисуночная методика «Моя трудная жизненная ситуация» как инструмент диагностики восприятия трудной ситуации / Е. В. Битоцкая, Е. В. Карцева // Журнал практического психолога. – 2013. – № 4. – С. 102–132.
5. Болотова, Н. П. Мозарт-терапия в практической психологии / Н. П. Болотова // Прикладная психология и психоанализ. – 2007. – № 3/4. – С. 19–30.
6. Бреусенко-Кузнецов, О. Застосування казки в контексті групової арт-терапії / О. Бреусенко-Кузнецов // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 15–20.

Додаткова

1. Власюк, М. Арт-терапія : лікування мистецтвом / М. Власюк // Відкритий урок: розробки, технології, досвід. – 2008. – № 7/8. – С. 90.
2. Вознесенська, О. Арт-терапії сім'ї / О. Вознесенська // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 9–14.
3. Вознесенська, О. Особливості арт-терапії як методу / О. Вознесенська // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 5–8.
4. Вознесенська, О. Простір арт-терапії: можливості й перспективи : Друга міждисциплінарна науково-практична конференція / О. Вознесенська // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 2–4.
5. Вознесенська, О. Шляхом арт-терапії у пошуках натхнення / Ольга Вознесенська // Психолог. – 2011. – № 17. – С. 3–5.
6. Вознесенська, О. Арт-терапевтична майстерність : радість й розвиток для всієї сім'ї / О. Вознесенська, М. Сидоркіна // Психолог. Шкільний світ. – 2008. – № 1. – С. 24–26.
7. Волошина, М. Арт-терапія у роботі зі студентами в період адаптації до навчання / Марія Волошина // Психолог. Шкільний світ. – 2013. – № 13/14. – С. 107–112.

Практичне заняття № 17

4 год

Тема. Символдрама.

Мета: опанувати методи Символдрами, кататимно-імагінативної психотерапії, або кататимного переживання образів (КПО).

Питання для обговорення:

1. Основні принципи та теорія Символдрами.
2. Особливості функціонування психотерапевта в межах Символдрами .
3. Техніки або “мотиви” символдрами. Стандартні мотиви символдрами.
4. Нестандартні (вільні, спеціальні) мотиви Символдрами.

Практична частина: Проаналізувати переваги та недоліки Символдрами порівняно з іншими методами психотерапії. Опанувати особливості функціонування психотерапевта в межах Символдрами. Опрацювати стандартні та нестандартні (вільні, спеціальні) мотиви Символдрами.

Самостійне завдання: створити презентації на теми: «Стандартні мотиви символдрами». Написати реферат на тему: «Нестандартні (вільні, спеціальні) мотиви Символдрами».

Рекомендована література:

1. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. Психотерапія: Підручник для ВНЗ. — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).
2. Заброцький М. М. Основи психологічного консультування та психотерапії. — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).
3. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Надія Федорівна Каліна. — К. : Академвидав, 2010. — 288 с.
4. Карамушка Л. М. Психологія управління: Навчальний посібник. — К.: Міленіум, 2003. (Хоча не є суто психотерапевтичним, містить важливі розділи про комунікацію та інтервенції).
5. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії: навч. посібник. — Дрогобич : Посвіт, 2015. — 116 с.
6. Груповий психоаналіз: навч. посіб. / За ред. О.О.Фільця та ін. — Львів : ВНТЛ-Класика, 2004. — 192 с.

Додаткова

1. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції: навч. посібник. — Суми: ВТД «Університетська книга», 2006. — 384 с.
2. Обухов Я.Л. Основи символдрами. Вступ до основного ступеня. — К.: Главник, 2007. — 112 с.
3. Символдрама / под ред. В. А. Поликарпова, Е. К. Агеенкова, Т. Б. Василец, И. Е. Винов, Я. Л. Обухова. — Минск: Европейский гуманитарный ун-т, 2001. — 416 с.
4. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції: навч. посібник / Т.С. Яценко. — К.: Либідь, 1996. — 264 с.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

7. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. *Психотерапія: Підручник для ВНЗ.* — К.: Вища школа, 2005. (Класичний підручник, що охоплює різні напрямки психотерапії).
8. Заброцький М. М. *Основи психологічного консультування та психотерапії.* — К.: Кондор, 2004. (Розкриває базові аспекти консультування та терапії).
9. Каліна Н. Ф. Психотерапія / Надія Федорівна Каліна. — К. : Академвидав, 2010. — 288 с.
10. Карамушка Л. М. *Психологія управління: Навчальний посібник.* — К.: Міленіум, 2003. (Хоча не є суто психотерапевтичним, містить важливі розділи про комунікацію та інтервенції).

11. Карпенко Є. *Методи сучасної психотерапії: навч. посібник.* — Дрогобич : Посвіт, 2015. — 116 с.
12. Коваленко О. В. *Психологічне консультування: Навчальний посібник.* — К.: ВЦ "Академія", 2011. (Сучасний посібник, що зосереджується на методах консультування).
13. Кундельська Н. В. *Психологічне консультування та психотерапія: Навчальний посібник.* — Львів: Новий Світ-2000, 2017. (Актуальний погляд на сучасні підходи).
14. *Основи психотерапії : навч. посіб.* / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. — Вид. 3-тє. — Луцьк : Вежа-Друк, 2017. — 420 с.
15. Насікан В. В. *Психотерапія у системі психічного здоров'я.* — К.: Університет "Україна", 2009. (Описує роль психотерапії в контексті загального психічного здоров'я).
16. Оспіщева В. В. *Основи психологічного консультування та психокорекції.* — Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2018. (Практично орієнтований посібник).
17. Пеньковська Н. М. *Основи психологічного консультування в методі позитивної психотерапії : навч. посіб.* / Н. М. Пеньковська, Р. В. Шептицький. — Тернопіль : Крок, 2014. — 286 с.
18. Титаренко Т. М. *Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності.* — К.: Либідь, 2003. (Робота, що допомагає зрозуміти глибинні аспекти особистості, важливі для терапевтичної практики).
19. Швалб Ю. М., Муратова А. В. *Психологія кризових станів: Навчальний посібник.* — К.: Каравела, 2006. (Хоча специфічний, але корисний для розуміння роботи з кризами у терапії).
20. Ярошевський М. Г. *Історія психології: Підручник.* — К.: Політиздат України, 1985. (Допомагає зрозуміти історичний контекст розвитку психотерапевтичних ідей).

Допоміжна література

4. Глива Є. *Вступ до психотерапії : навч. посіб.* / Є. Глива. — Острог — Київ: Острозька академія, Кондор, — 2009. — 532 с.
5. Зубалий Н. П. *Основы психотерапии : учеб. пособие* / Н. П. Зубалий, А. М. Лёвочкина. — К. : МАУП, 2001. — 160 с.
6. Кочюнас Р. *Основы психологического консультирования.* — М.: Академический Проект, 1999. (Литва. Один з базових посібників з консультування).
7. Коттлер Д. А., Браун Р. С. *Современная семейная терапия.* — Спб.: Прайм-Еврознак, 2001. (Зарубіжні автори. Огляд різних моделей сімейної терапії).
8. Цимбалюк І. М. *Психологічне консультування та корекція : навч. посіб.* / Цимбалюк І. М. — [2-е вид., випр. і доп.]. — К. : Професіонал, 2007. — 544 с.
9. Роджерс К. *Становление личности: Взгляд на психотерапию.* — М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. (Основоположна праця з клієнт-центрованої терапії).

**Посилання на інформаційні ресурси в Інтернеті, відео-лекції,
інше методичне забезпечення**

1. Сайт дистанційної освіти УІПА: <https://do.uipa.edu.ua/>
2. Сайт дистанційної освіти ХНУ імені В.Н. Каразіна <https://karazin.ua>
3. Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського:
<http://www.nbuv.gov.ua/> –
4. Харківська державна наукова бібліотека ім. В.Г. Короленка:
<http://korolenko.kharkov.com/>
5. портал професійних психологів України «У психолога»:
<http://upsihologa.com.ua/> –
6. Вісник психології і соціальної педагогіки:
<http://psych.kiev.ua/nma-referats/flarefers/lang-1/referat-109/referatpart-4/index.html>

Тест для самоперевірки

1. Під психотехнікою варто розуміти:

- А/ всю сукупність ідей про практичне застосування психології до завдань культури
- Б/ психотерапевтичні техніки
- В/ навіювання
- Г/ психотерапевтичну інтервенцію.

2. Засіб вивчення шляхів і способів організації індивідом свого фізичного й соціального досвіду, суб'єктивних уявлень про себе й своє соціальне оточення з позицій холістичного підходу:

- А/ психоаналіз;
- Б/ психодрама;
- В/ проективний метод;
- Д/ контент - аналіз.

3. Основними методами юнгіанського аналізу є всі, за виключенням:

- А/ кларифікація;
- Б/ метод словесних асоціацій;
- В/ інтерпретація сновидінь;
- Г) ампліфікація;
- Д) активна уява..

4. Засновником методу словесних асоціацій був:

- А/ Скінер;
- Б/ Юнг;
- В/ Адлер
- Г/ Фрейд.

5. Для Л.С. Виготського провідна роль у розвитку психології належить:

- А/ прикладній психології;
- Б/ науковій психології;
- В/ психоаналізу Фрейда:
- Г/ гуманістичній психотерапії

6. Вчення, яке базується на безпосередньому цілісному взаємозв'язку матеріального і духовного:

- А/ еклектизм;
- Б/ холізм;
- В/ психоаналіз;
- Г/ біхевіоризм.

7. Основоположником сучасного холізму став:

- А/ Я. Сметс;
- Б/ Л. Виготський;
- В/ Г. Мюнстерберг;

Г/ А.Адлер.

8. Напишіть основні психічні функції, виділені К.Юнгом:

А/

Б/

В/

Г/

9. Основу колективного несвідомого, за Юнгом, становлять:

А/ архетипи;

Б/ комплекси;

В/ символи;

Г/ гештальти.

10. Інтелектуальними попередниками НЛП вважають:

А/ трансформаційна граматика (далі ТГ) Ноама Хомського;

Б/ філософські роботи Альфреда Кобжибського;

В/ епістемологічні концепції Грегорі Бейтсона;

Г/ теорії логічних типів Бертрана Рассела

Д/ все вище перераховане.

11. Визначте первинні джерела НЛП-моделювання:

А/ Фрідерік Перлс - гештальт-терапія;

Б/ Карл Юнг – аналітична психологія;

В/ Вірджинія Сетір - системна сімейна терапія;

Г/ Мілтон Еріксон - недирективна гіпнотерапія.

12. Комплекс лінгвістичних засобів для збору інформації, спрямованої на те, аби відновити зв'язок мови людини й того досвіду, який ця мова представляє:

А/ репрезентативна система;

Б/ метамодель;

В/ верифікація;

Г/ кларифікація.

13. Метод настроювання однієї системи (психотерапевт) на іншу систему (клієнт), що дає відчуття взаємної довіри та легкості, дозволяє ефективно виконувати завдання спілкування:

А/ емпатія;

Б/ рапорт;

В/ комунікація;

Г/ транакції.

14. Тренінг ДНЕ починається з опрацювання:

А/ кінестетичної системи;

Б/ візуальної системи;

В/ аудіальної системи;

Г/ немає принципового значення.

15. Позитивна психотерапія системно поєднує у собі елементи таких напрямів:

- А/ екзистенційного;
- Б/ психодинамічного;
- В/ когнітивного;
- Г/ поведінкового

16. Філософський фундамент, базові принципи нейролінгвістичного програмування, в основу яких покладено узагальнення закономірностей функціонування людини в навколишньому світі

- А/ пресупозиції;
- Б/ теорії;
- В/ метамоделі;
- Г/ нічого з перерахованого.

17. Перечисліть принципи, на яких заснована позитивна психотерапія:

- А/
- Б/
- В/

18. З перелічених нижче, виберіть методи, що використовуються в рамках гуморотерапії:

- А/ сміхотерапія;
- Б/ роеві ігри;
- В/ драматизація;
- Г/ всі перелічені

19. Внутрішнє позитивне ядро людини, її справжня сутність, трансцендентний план існування

- А/ самоідентифікація;
- Б/ онто Ін-се;
- В/ індивідуальне несвідоме;
- Г/ Ego.

20. За яким автором структуру особистості складають: персона, Его, Аніма, Анімус, самість:

- А/ Фрейдом
- Б/ Адлером
- В/ Юнгом
- Г/ Райхом

21. Психологічний механізм, що спотворює автентичні еманції Ін-се:

- А/ природні еманції;
- Б/ монітор відхилення;
- В/ організмичний процес оцінювання;
- Г/ захисний панцир.

22. Сукупна інформація, що йде від цілісного організму і містить інформаційні послання всіх інстанцій психологічної структури людини:

- А/ семантичне поле;
- Б/ вербалізація;
- В/ інтерв'ю
- Г/ бесіда.

23. Основний метод онтопсихологічного аналізу семантичного поля клієнта:

- А/ інтерпретація снів;
- Б/ структуроване / інтерв'ю;
- В/ проєктивні методики;
- Г/ тестування.

24. Важливим методом практичної роботи онтопсихолога з несвідомим є:

- А/ імагогіка;
- Б/ психогімнастика;
- В/ аутогенне тренування;
- Г/ музикотерапія.

25. Допоміжними техніками онтотерапевта є:

- А/ кінотерапія;
- Б/ психогімнастика;
- В/ аутогенне тренування;
- Г/ музикотерапія.

26. Специфічний психотерапевтичний, метод створений Якобом Моренно:

- А/ логотерапія;
- Б/ психодрама;
- В/ арттерапія;
- Г/ казкотерапія.

27. Виділіть основні компоненти психодрами:

- А/ ролева гра;
- Б/ спонтанність;
- В/ «телі»;
- Г/ катарсис;
- Д/ інсайт.

28. Двосторонній процес передачі емоції між клієнтом і психотерапевтом:

- А/ ролева гра;
- Б/ спонтанність;
- В/ «телі»;
- Г/ катарсис;
- Д/ інсайт.

29. Вид пізнання, який приводить до негайного вирішення або нового розуміння проблеми, тобто до прозріння.

- А/ логічний висновок;
- Б/ умовивід
- В/ інсайт;

Г/ катарсис;

30. Розвиток особистості Моренно розглядав в таких аспектах, як

А/ соціоемоційний розвиток;

Б/ ролевий розвиток;

В/ статевий розвиток;

Г/ інтелектуальний розвиток.

31. Ерік Берн розрізняє такі его-стани, які складають структуру особистості:

А/ Батька;

Б/ Дитини;

В/ Матері;

Г/ Дорослого.

32. Конфліктною здатністю володіють такі трансакції:

А/ паралельні;

Б/ перехресні;

В/ приховані;

Г/ додаткові.

33. Який его-стан у трансактному аналізі діагностується на підставі висловів, що виражають почуття, бажання, побоювання:

А/ Батька;

Б/ Дитини;

В/ Матері;

Г/ Дорослого.

34. У теорії Е.Берна, життєвий план, що нагадує виставу, яку особистість вимушена грати:

А/ сценарій;

Б/ трансакція;

В/ ідентифікація;

Г/ соціалізація.

35. Які специфічні прийоми використовують у трансактному аналізі:

А/ структурний аналіз его-станів;

Б/ і родинне моделювання;

В/ прояснення;

Г/ калібрування.

36. Вкажіть психотерапевтичний напрям, в якому терапевт прагне проникнути у внутрішній світ пацієнта, поважає його і не має наміру щось виправляти:

А/ психоаналіз;

Б/ аналітична психотерапія;

В/ когнітивна психотерапія;

Г/ екзистенційна психотерапія.

37. Екзистенціалісти розуміють під цим поняттям - упорядкування дійсності і спосіб, завдяки якому буття може стати доступним сутності:

- А/ феномен;
- Б/ гіпноз;
- В/ дазейн;
- Г/ холотропне дихання.

38. Психотерапевтичний напрям, оснований на аналізі індивідуального буття людини, яке терапевт розглядає як термінальну цінність:

- А/ дазейн-аналіз;
- Б/ аналітична психотерапія;
- В/ біхевіоризм;
- Г/ індивідуальна психотерапія.

39. Визначіть дві фундаментальні антропологічні характеристики людського існування за Франклом:

- А/ інстинкт;
- Б/ лібідо
- В/—самотрансценденція
- Г/ і здатнісьі до самовідособлення.

40. Неврози, породжені втратою сенсу життя:

- А/ істеричні;
- Б/ обесивно-фобічні;
- В/ нозогенні;
- Г/ неврастенія.

41. Назвіть техніки, що використовуються в логотерапії:

- А/ парадоксальна інтенція
- Б/ переконання;
- В/ методика дерефлексії
- Г/ всі перелічені.

42. Специфічний психічний стан, що переживає людина у зв'язку з втратою сенсу життя; супроводжується відчуттями нудьги і порожнечі:

- А/ депресія;
- Б/ фрустрація;
- В/ екзистенційний вакуум;
- Г/ апатія

43. Поглинання і привласнення будь-яких норм, стандартів поведінки, поглядів, думок і цінностей без спроби розібратися в них і критично переосмислити:

- А/ інтроекція;
- Б/ проекція;
- В/ соціалізація;
- Г/ самовиховання.

44. Рівнозначність, взаємовідповідність якісно рівноцінних станів, процесів або переживань:

- А/ тотожність;
- Б/ подібність;
- В/ конгруентність;
- Г/ нічого з переліченого;

45. Метод психотерапії, що ґрунтується на системі філософських, психологічних і медичних поглядів на природу людини, центральним компонентом якої є прагнення до сенсу:

- А/ трансактний аналіз;
- Б/ логотерапія;
- В/ характерологічний аналіз;
- Г/ розуміюча психотерапія.

46. Під психотехнікою варто розуміти тільки техніки та способи впливу на душевне життя людини

А/ вірно Б/ невірно

47. Аніма - це центр особистого несвідомого, куди входять бажання, переживання, тенденції, що заперечуються індивідумом як несумісні з існуючими соціальними стандартами, поняттями про ідеали тощо

.А/ вірно Б/ невірно

48. Комплекси – це сукупність психічних елементів (ідей, думок, відносин, переконань), що об'єднуються навколо якогось тематичного ядра і асоціюються з певними почуттями.

А/ вірно Б/ невірно

49. Юнгіанські аналітики особливо відрізняються тим, що розглядають будь-яку людину, який би складний період вона не переживала в даний час, як потенційно здорову, талановиту і здібну до позитивних змін.

А/ вірно Б/ невірно

50. Юнг висунув гіпотезу про компенсаторну функцію несвідомого, що відбиває зміст свідомості у переверненому вигляді.

А/ вірно Б/ невірно

51. Філософський фундамент, базові принципи нейролінгвістичного програмування, в основу яких покладено узагальнення закономірностей функціонування людини в навколишньому світі називають метамоделлю

А/вірно Б/ невірно

52. Реалізація принципу консультування у рамках позитивної психотерапії означає передачу клієнту функцій психотерапевта

А/ вірно Б/ невірно

53. Гуморотерапія – це метод, що використовує з терапевтичною метою гуморотворчі механізми, допомагаючи сформувати комічну свідомість у клієнта й терапевта.

А/ вірно Б/ невірно

54. Монітор відхилення - психологічна інстанція, що є єдиною усвідомленою частиною нашої психіки і схильна ототожнювати себе зі всією психікою людини.

А/ вірно Б/ невірно

55. З погляду онтопсихології, людина є продуктом власного несвідомого, в яке занурено більшість її психічних структур.

А/ вірно Б/ невірно

56. Як стверджують онтопсихологи, всі соматичні і психічні відхилення (хвороби) є не прямим результатом дії природи на нас, а помилками нашого власного "я".

А/ вірно Б/ невірно

57. «Екзистенційна шизофренія» виникає в ситуації постійного протиріччя між вимогами буття й імперативами соціуму, коли особа капітулює перед соціальними вимогами, підкоряючись інститутам соціалізації або тій чи іншій ідеології в збиток своєму Ін-се.

А/ вірно Б/ невірно

58. Феномен «червивої позиції» - тривала комунікація з сильним негативним ефектом і психосоматичними маніфестаціями.

А/ вірно Б/ невірно

59. Основний принцип онтопсихології сім'ї можна сформулювати таким чином: аби бути хорошими батьками, треба раніше бути щасливими дорослими людьми.

А/ вірно Б/ невірно

60. Катарсис - двосторонній процес передачі емоції між клієнтом і психотерапевтом.

А/ вірно Б/ невірно

61. «Телі» - вид пізнання, який приводить до негайного вирішення або нового розуміння проблеми, тобто до прозріння, осяяння.

А/ вірно Б/ невірно

62. Протагоніст — суб'єкт психодрами, головний виконавець, що представляє свої проблеми (клієнт).

А/ вірно Б/ невірно

63. Найуспішніше психодрама може використовуватися в комплексі з іншими методами групової психотерапії.

А/ вірно Б/ невірно

64. Ерік Берн розрізняє два его – стани, які складають структуру особистості

А/вірно Б/ невірно

65. Конфліктною здатністю володіють паралельні трансакції.

А/ вірно Б/ невірно

66. Всі психологічні ігри відбуваються на перехресних трансакціях.

А/ вірно Б/ невірно

67. Дорослому Я-стану у трансактному аналізі відповідає фрейдівське “Я” (Его)

А/ вірно Б/ невірно

68. Сценарій - життєвий план, що нагадує виставу, яку особистість вимушена грати.

А/ вірно Б/ невірно

69. У трансактному аналізі використовують такі специфічні прийоми, як : *структурний аналіз его-станів і родинне моделювання.*

А/ вірно Б/ невірно

70. Екзистенційна психотерапія ставить за мету змінити життєву ситуацію клієнта, окремі аспекти або погляд на власні проблеми.

А/ вірно Б/ невірно

71. Під поняття "дазейн" розуміють упорядкування дійсності і спосіб, завдяки якому буття може стати доступним сутності.

А/ вірно Б/ невірно

72. Основними методами у дазейн-терапії є: вчування, емпатійна увага і зацікавлене ставлення як до здорових, так і до патологізованих індивідуальних проявів, далеке від оцінювання й нозологічних класифікацій.

А/ вірно Б/ невірно

73. Жорж Батай вказував на дві протилежні тенденції, що керують людиною- жагучу пристрасть і раціональну турботу про майбутнє.

А/ вірно Б/ невірно

74. Істеричні неврози – це неврози, породжені втратою сенсу життя.

А/ вірно Б/ невірно

75. Парадоксальна інтенція – одна з головних технік логотерапії.

А/ вірно Б/ невірно

Електронне навчальне видання комбінованого використання
Можна використовувати в локальному та мережному режимі

Черкашин Андрій Іванович

МЕТОДИ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА КОНСУЛЬТУВАННЯ ТА МОДЕЛІ ПСИХОТЕРАПІЇ

Методичні вказівки
до виконання практичних занять для здобувачів вищої освіти
другого (магістерського) рівня денної та заочної форм здобуття освіти
за спеціальністю 053 «Психологія»

В авторській редакції

Підписано до розміщення 24.04.2026. Гарнітура Times New Roman.
Ум. друк. арк. 1,97. Обсяг 0,678 Мб. Зам. № 167/26.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна,
61022, м. Харків, майдан Свободи, 4.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 3367 від 13.01.2009
Видавництво ХНУ імені В. Н. Каразіна