

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

ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Методичні вказівки
до виконання самостійної роботи 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;
Д. П. Приходько – кандидат психологічних наук, доцент, в.о. завідувача кафедри психології, педагогіки та філології Харківської державної академії культури.

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

О-75 **Основи** психотерапії та консультативної психології: методичні вказівки до виконання самостійної роботи 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 22 с.)

Методичні вказівки до виконання самостійної роботи з дисципліни «Основи психотерапії та консультативної психології» підготовлено для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня, подано рекомендації щодо виконання самостійної роботи, тематику завдань, питання для опрацювання та орієнтовні напрями підготовки до занять.

Матеріали спрямовані на поглиблення теоретичних знань, розвиток аналітичного мислення та формування навичок самостійного опрацювання наукової літератури. Методичні вказівки сприяють систематизації знань з психології організацій і груп та розвитку професійних компетентностей майбутніх психологів.

УДК 159.9:615.851(075.8)

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

ЗМІСТ

Загальні положення.....	5
Основні завдання вивчення дисципліни.....	7
Зміст і види самостійної роботи.....	8
Аудиторна самостійна робота магістрів.....	10
ОРІЄНТОВНІ НОРМИ ЧАСУ ПО ОСНОВНИХ ВИДАХ СРС.....	17
Теми рефератів.....	18
ВИКОРИСТАНА І РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА.....	20

ВСТУП

Основною метою курсу «Основи психотерапії та консультативної психології» є формування у здобувачів освіти цілісного науково-теоретичного уявлення про сутність, закономірності та механізми психотерапевтичного і консультативного процесу, а також розвиток професійно значущих компетентностей, необхідних для здійснення первинної психологічної допомоги.

У процесі вивчення дисципліни студенти мають опанувати теоретичні засади провідних напрямів психотерапії та психологічного консультування, зрозуміти специфіку їх методології, концептуальні підходи до розуміння особистості, норми та патології, а також особливості застосування відповідних технік у практичній роботі. Особлива увага приділяється формуванню уявлення про структуру консультативного процесу, етапи психотерапевтичної взаємодії, встановлення та підтримання терапевтичного альянсу, визначення запиту клієнта та формулювання психологічної проблеми.

Засвоєння змісту дисципліни передбачає оволодіння базовими навичками професійного спілкування, активного слухання, емпатійної підтримки, постановки запитань, аналізу випадку, а також дотримання етичних принципів і стандартів діяльності практичного психолога. Курс спрямований на розвиток рефлексивності, професійної відповідальності та готовності до подальшого поглибленого вивчення психотерапевтичних методів і практики консультування.

Методичні вказівки «Основи психотерапії та консультативної психології» розроблено для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня денної та заочної форм навчання спеціальності 053

«Психологія». Вони мають на меті забезпечити ефективну організацію самостійної роботи студентів, сприяти систематизації знань, розвитку аналітичного мислення, професійної рефлексії та практичного застосування теоретичного матеріалу.

У методичних вказівках подано структуру та зміст самостійної роботи, орієнтири для її планування й виконання, рекомендації щодо аудиторної та позааудиторної діяльності магістрів, а також завдання для самостійного опрацювання, орієнтовні норми часу та систему контролю знань. Особливу увагу приділено розвитку навичок пошукової діяльності, аналізу наукових джерел, моделюванню професійних ситуацій і підготовці до практичної роботи з персоналом.

Загальні положення

Перехід до кредитно-модульної системи (КМС) організації навчального процесу в вищих начальних закладах України продиктований необхідністю підготовки конкурентоспроможних фахівців. Як свідчить міжнародна практика, однією з неодмінних умов ефективного застосування КМС є забезпечення високого рівня самостійної роботи, при якому вона стає рисою особистості магістра і майбутнього фахівця. Самостійна робота, характеризується постійною потребою самостійно вивчати і вирішувати певні завдання і проблеми, як в процесі навчання, так і в професійній діяльності яка формується під впливом мотиваційних факторів. Формування високого рівня самостійної роботи магістрів є підґрунтям для їхньої творчості, ініціативності, активності в процесі навчання і майбутньої професійної діяльності.

Застосування кредитно-модульної системи організації навчального процесу приводить до зменшення аудиторного навантаження на магістрів і зростання обсягу їх самостійної роботи, зокрема з

використанням письмових робіт, рефератів, тестів тощо. У зв'язку з цим одним з основних завдань навчального процесу у вищих навчальних закладах освіти - є навчити магістрів працювати самостійно. Це можливо зробити наступними шляхами:

- опрацювання літературних джерел (конспектування, реферування);
- підготовки тез (для доповіді, виступу) за літературними джерелами та іншими шляхами надходження інформації (робота з аудіовізуальними засобами, інтернетом тощо);
- дослідницької і пошукової діяльності.

При цьому необхідно враховувати те, що кожен магістр може виробляти власні методи, притаманні лише йому. Самостійна робота магістрів традиційно поділяється на аудиторну (підготовка до поточних аудиторних занять) і позааудиторну (кваліфікаційну та пошуково-аналітичну), що дозволяє на практиці застосовувати здобуті знання, вміння, навички. Самостійна робота це творче осмислення певної наукової думки, літератури, засіб підвищення теоретичного і методичного рівня професійних знань. Запропоновані методичні рекомендації призначені для організації самостійної роботи магістрів з курсу «Основи психотерапії та консультативної психології».

Курс «Основи психотерапії та консультативної психології» передбачає у процесі вивчення дисципліни студенти мають опанувати теоретичні засади провідних напрямів психотерапії та психологічного консультування, зрозуміти специфіку їх методології, концептуальні підходи до розуміння особистості, норми та патології, а також особливості застосування відповідних технік у практичній роботі. Особлива увага приділяється формуванню уявлення про структуру консультативного процесу, етапи психотерапевтичної взаємодії, встановлення та підтримання терапевтичного альянсу, визначення запиту

клієнта та формулювання психологічної проблеми.

Вивчення навчальної дисципліни «Основи психотерапії та консультативної психології» сприяє здобуттю таких компетенцій:

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК8. Здатність розробляти та управляти проектами.
- ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ФК2. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження

ФК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

ФК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

Метою вивчення навчальної дисципліни є формування у здобувачів освіти цілісного науково-теоретичного уявлення про сутність, закономірності та механізми психотерапевтичного і консультативного процесу, а також розвиток професійно значущих компетентностей, необхідних для здійснення первинної психологічної допомоги

Основні завдання вивчення дисципліни

- ознайомлення здобувачів освіти з історичними передумовами становлення психотерапії та консультативної психології, їх сучасним станом і тенденціями розвитку;
- формування системного розуміння теоретико-методологічних основ психотерапевтичної та консультативної діяльності;
- засвоєння базових понять, принципів і категорій психотерапії та психологічного консультування;
- вивчення структури консультативного процесу, його етапів, логіки побудови та особливостей професійної взаємодії з клієнтом;
- формування вмінь встановлення психологічного контакту, створення терапевтичного альянсу та підтримання професійної позиції консультанта;

- розвиток навичок аналізу запиту клієнта, визначення психологічної проблематики, формулювання цілей і завдань психологічної допомоги;
- оволодіння базовими техніками активного слухання, емпатійного реагування, постановки відкритих і уточнювальних запитань, надання зворотного зв'язку;
- формування здатності добирати адекватні методи та прийоми роботи відповідно до індивідуальних особливостей клієнта і специфіки його звернення;
- розвиток навичок первинного аналізу консультативного випадку та оцінки ефективності психологічного впливу;
- підготовка здобувачів освіти до подальшого професійного навчання та практичної діяльності у сфері психотерапії й психологічного консультування.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 210 години 7 кредита ECTS.

Зміст і види самостійної роботи

Зміст самостійної роботи здобувач вищої освіти визначається робочою навчальною програмою конкретної дисципліни, завданнями та рекомендаціями викладача.

Самостійна робота здобувачів вищої освіти включає такі види:

- підготовка до поточних аудиторних занять (лекцій, практичних, семінарських, лабораторних тощо);
- робота над окремими темами навчальних дисциплін, які згідно з робочою навчальною програмою дисципліни, що винесені на самостійне опрацювання здобувачів вищої освіти;
- підготовка до всіх видів контрольних випробувань (самостійні та контрольні роботи, колоквиуми, заліки, іспити);
- участь в інтерактивних семінарах, заняттях з використанням тренінгових форм, рольових та ділових іграх, які проводяться у позанавчальний час;

- пошуково-аналітична робота:
- виконання індивідуальних творчих письмових робіт, які винесені на СРС (творчі письмові завдання, реферати, рецензії тощо);
- виконання індивідуальних та колективних творчих робіт у вигляді електронних матеріалів, аудіо та відео матеріалів (презентації, відеофільми тощо);
- робота над першоджерелами (книги, статті);
- наукова робота:
- робота у здобувач вищої освітиських наукових гуртках;
- наукові дослідження під керівництвом викладачів кафедри;
- участь у науково-практичних конференціях, семінарах, конкурсах, олімпіадах;
- підготовка наукових публікацій;
- самоперевірка (самоконтроль, самооцінка) знань, умінь, навичок та рівня розвитку особистості:
- самооцінка здобувач вищої освіти рівня особистих знань, умінь та навичок (теоретичні питання для самоконтроля, тести для самоконтроля знань, творчі питання, тести для визначення відповідних умінь тощо);
- самооцінка здобувач вищої освіти рівня етичних, психологічних, комунікативних та ін. якостей особистості (самотестування, участь у ділових іграх, тренінгових формах занять тощо);
- самостійна робота здобувачів вищої освіти заочної форми навчання.

Блок творчих домашніх самостійних робіт поділяється на роботи, які необхідні для засвоєння навчальної програми курсу, та роботи, які входять до переліку робіт “за вибором здобувач вищої освіти” (вибіркові роботи).

Зміст та форми робіт необхідних для засвоєння навчальної програми курсу, та робіт “за вибором здобувач вищої освіти” визначаються викладачем.

Аудиторна самостійна робота магістрів

Мета самостійної аудиторної роботи — розглянути найважливіші і складні питання курсу, перевірити засвоєння магістрами матеріалу лекцій, підручників, посібників з метою вирішення ними ряду наступних освітніх завдань:

- навчити самостійно осмислювати різні питання вивчаємої дисципліни;
- здобути і закріпити знання;
- сформувати навички самостійної роботи з першоджерелами і довідковою літературою;
- навчитися вести діалог, дискусію;
- сформувати уміння і навички з використання знань як теоретичної і методичної бази для вивчення дисциплін;
- сформувати потребу і надалі удосконалювати свої знання за обраним фахом.

Самостійна робота над матеріалом лекцій

Конспект лекцій. Він допомагає зафіксувати основні поняття, положення викладаємого матеріалу, без подробиць і другорядних деталей, та в подальшому відтворити їх під час підготовки до контрольних заходів, іспиту, розв’язання професійних завдань тощо. Тому він має індивідуалізований характер, розрахований на самого автора. Зміст конспектування це перероблення основної інформації з метою її узагальнення і скорочення. Тому її необхідно надавати у загальній, схематичній формі (визначення, висновки, виклад основних результатів тощо).

Конспектуючи матеріал лекції магістр повинен розбити його на основний – який має найістотніше значення для розкриття змісту теми

або питання (визначення наукових понять, формулювання законів, теоретичних принципів тощо) та допоміжний котрий сприяє ліпшому засвоєнню матеріалу. При конспектуванні навчального матеріалу найбільш ефективно користуватися певними опорними фразами, які несуть у собі основне значення навантаження. Основна інформація записується як найповніше в опорний конспект. Допоміжна - коли магістру не зовсім зрозумілі основні положення. Вимоги до конспекту включають в себе наочність записів і таке їх розташування, щоб можна було усвідомити логічні зв'язки та ієрархію понять. Конспект лекції містить: тему, план, бібліографічні джерела, власне конспект матеріалу. Бажано виділяти основні положення і визначення.

Перевірка та оцінювання конспекту відбувається за такими параметрами:

- вміння магістра орієнтуватися в загальному матеріалі лекції (визначити основні положення);
- наявності логіко-значеннєвої структури конспекту;
- рівня систематизації викладаємої інформації;
- розуміння розвитку вивчаємої інформації;
- виявлення опорних положень;
- деталізація основних положень;
- наскільки основна інформація достатньо, стисло та лаконічно перенесена в конспект.

Семінарські заняття

В сучасний час семінар це самостійна, основна форма організації навчального процесу, що пов'язане не тільки зі скороченням кількості лекцій, а і із самою специфікою сучасної освіти, коли магістру необхідно самостійно вивчати та здобувати нову інформацію - це і навчальний матеріал, і проблемні та аналітичні документи тощо, а потім

обговорювати їх в аудиторії. Характер, способи організації і проведення семінару обираються викладачем залежно від змісту і специфіки курсу. Головний критерій його ефективності є те, що всі магістри повинні брати участь у творчому обговоренні розглядаємої проблематики. Семінар дає змогу перевірити глибину засвоєння магістрами матеріалу лекцій, підручників, інших навчальних посібників, що сприяє підвищенню якості знань, засвоєнню навичок самостійної роботи тощо.

Семінарські заняття направлені на:

- поглиблення теоретичних знань, отриманих під час прослуховування і запам'ятовування лекційного матеріалу;
- ознайомлення з навчальною і науковою літературою;
- розвиток здатність осмислювати різні питання і проблеми курсу;
- формування навичок самостійної роботи з першоджерелами і довідковою літературою;
- набування умінь вести діалог, дискусію, обґрунтовувати свої позиції, шанобливо ставитися до інших точок зору;
- формування навички діалогічного і критичного мислення.

Позааудиторна самостійна робота магістрів

Починаючи самостійну підготовку з вивчаємої дисципліни, магістри повинні, насамперед, уважно ознайомитися з навчальною програмою, звернутися до конспектів лекцій і підручників, рекомендованої додаткової літератури. До найбільш важливих і складних питань вивчаємих тем пропонується складати конспекти відповідей. Якісному засвоєнню навчального матеріалу також сприяє конспектування додаткової літератури. Магістри повинні вміти давати визначення основним категоріям і поняттям вивчаємого матеріалу. Повторення лекційного матеріалу сприяє відновленню в пам'яті на

новому, вищому рівні раніше отриманих знань. Важливою формою повторення є систематизація знань після вивчення тем і розділів курсу.

Під час самостійної підготовки до семінарського заняття необхідно:

- повторити матеріал лекцій;
- вивчіть відповідний матеріал у навчальних посібниках (бажано в кількох — порівняння допоможе краще зрозуміти і структурувати матеріал);
- опрацювати першоджерела і додаткову літературу.
- користуватися словниками та іншою довідковою літературою, для опанування термінологію;
- скласти і записати плани відповідей на питання семінарського заняття;
- з'ясувати незрозумілі питання у викладача;
- сформулювати і висловити, власне ставлення до обговорюваних питань, виходячи з того що оцінюються не переконання, а уміння їх обґрунтувати (тобто знання, уміння і навички в сфері психології праці).

Підготовка доповідей до семінарського заняття.

Перший крок у підготовці доповіді це визначити мету, завдання та коло питань виступу з теми. Другий крок — накопичення допоміжної інформації для обґрунтування теми. Отриману інформацію слід згрупувати в певні категорії, надати їй чіткості. Водночас слід визначити та сформулювати основні питання теми, бажано скласти конспекти відповідей з залученням додаткової літератури, що сприятиме плідному засвоєнню навчального матеріалу. Необхідно вміти давати визначення основним категоріям і поняттям до визначеної семінарської теми.

Доповідь треба будувати, дотримуючись наступних вимог:

- теоретичної обґрунтованості;
- залучення перевіреного фактичного матеріалу;
- наведення переконливих прикладів, власного бачення проблеми.

Важливе значення має складання плану доповіді: вступ, основний текст, висновки.

Вступ. Від початку виступу багато в чому залежить подальша увага аудиторії тому необхідно чітко і переконливо вказати причину та мету виступу, розкрити суть теми, навести докази. Для привернення та утримування уваги слухачів необхідно висловлюватися чітко, логічно та змістовно, уникаючи зайвого, речення мають бути короткими, стосуватися виключно суті питань, потрібно інтонацією виділяти найважливіші місця і висловлювати своє ставлення до предмета мовлення.

Основний текст. В ньому викладається суть проблеми, наводяться докази, пояснення, міркування, пояснюється кожен аспект проблеми, підбираються переконливі факти, цитати (але кількість їх не може бути надмірною). Частини доповіді повинні бути логічно поєднані, питання висвітлюються збалансовано. Важливо продумати коротенькі приклади, які ілюструють повідомлення.

Висновки певним чином мають узгоджуватися із вступом і не випадати з загального стилю викладу.

Орієнтовна форма доповіді:

- після представлення - подякувати;
- назвати тему доповіді;
- стисло поясніть, у який спосіб аналізуватиметься проблема, на що, насамперед, буде звернуто увагу;
- під час виступу краще розповідати, а не читати для цього треба скласти розгорнутий план-конспект на 2–3 сторінки;

Реферат

Реферат — письмова робота, яка виконується магістром протягом певного терміну. Тему реферату може запропонувати викладач або сам

магістр, за умови погодження з викладачем. У рефераті має бути короткий, точний, об'єктивний виклад питання на основі одного або кількох літературних джерел, матеріал подається у формі констатації або опису, основна думка повинна бути конкретизована і виділена, відбиті основні фактичні зведення і висновки з розглянутого питання. В тексті та висновках магістру бажано викласти аргументовану власну точку зору.

Під час самостійної роботи над рефератом необхідно:

- визначити об'єкт і мету відповідно визначенної теми;
- підібрати і опрацювати літературні джерела, зробити стислі помітки;
- скласти план реферату;
- під час добору мовних засобів для написання реферату необхідно враховувати особливості наукового стилю мовлення;

Реферат виконується на аркушах формату А4. Обсяг реферату 10 - 18 сторінок. Мова - українська. Текст набирається на комп'ютері – текстовий редактор Microsoft Word, гарнітура Times New Roman, кегль - 14, інтервал 1,5 (або друкується), також можна представляти рукописні реферати. Поля: верхнє - 2, правє - 1,5, нижнє -2, лівє - 2,5 см. Перша сторінка - титульний лист, друга сторінка - зміст роботи. Сторінки повинні бути пронумеровані (крім першого титульного листа).

Реферат подається на кафедру для перевірки не пізніше, ніж за 3 неділі до закінчення сесії.

Структура реферату.

Титульний лист заповнюється за єдиною формою. (Додаток 1).

Після титульного листа на окремій сторінці друкується зміст реферату, у якому вказані назви всіх розділів і сторінки, на яких вони починаються.

Після змісту йде вступ обсягом 1 - 2 сторінки.

Основна частина реферату може мати одну або кілька глав, що

складаються з розділів і містять осмислений і логічний виклад головних положень і ідей, знайдених у літературі. У тексті обов'язкові посилання на першоджерела. У тому випадку, якщо цитується або використовується неординарна думка, ідея, висновок, наводиться фактичний матеріал, таблиці, схеми ілюстрації - обов'язково робиться посилання на автора.

У висновку містяться підсумки з тексту основної частини, відзначається, як виконано завдання і досягнуто мети, сформульованої у вступі.

У списку літератури вказується реально використана для написання реферату література. Список складається відповідно до правил бібліографічного описання.

Роботу над рефератом можна умовно поділити на три етапи.

Перший починається з пошуку літературних джерел, в каталогах бібліотек, інтернеті тощо. Залежно від результатів вибирається подальший спосіб роботи з джерелом. Для роботи з фрагментами тексту використовується метод вибіркового читання. Якісне пророблення матеріалу потребує: виділення головного в тексті; основних аргументів; висновків. Особливу увагу варто звернути на аргументацію.

Необхідно також проаналізувати, які з тверджень автора мають проблематичний, гіпотетичний характер і виявити не розв'язані питання. Підготовчий етап роботи завершується створенням конспектів, що фіксують основні тези й аргументи.

Створення тексту реферату пов'язано із розкриттям теми. Всі тексти поділяються на тексти-констатації і тексти-міркування. Текст-констатація містить результати ознайомлення з предметом і фіксує стійкі і безсумнівні судження. У текстах-міркуваннях одні думки впливають з інших, деякі ставляться під сумнів, дається оцінка, висувуються різні припущення. Виклад матеріалу в тексті підкоряється

визначеному планові - розумовій схемі, що дозволяє контролювати порядок розташування частин тексту.

Висновок містить короткий і стислий виклад отриманих результатів, що є відповіддю на головне питання реферату.

При перевірці реферату викладачем оцінюються:

Знання та уміння на рівні вимог стандарту конкретної дисципліни, знання фактичного матеріалу, засвоєння загальних уявлень, понять, ідей.

Новизна та актуальність поставлених у рефераті проблем, правильність формулювання мети, визначення завдань дослідження, правильність вибору методів вирішення завдань і реалізації мети; відповідність, переконливість висновків щодо розв'язуваних питань і поставленої мети.

Ступінь обґрунтованості аргументів і узагальнень - повнота, глибина, всебічність розкриття теми, логічність і послідовність викладу матеріалу, коректність аргументації і системи доказів, характер і вірогідність прикладів, ілюстративного матеріалу, широта кругозору автора, наявність знань інтегрованого характеру, здатність до узагальнення.

Якість і цінність отриманих результатів - ступінь завершеності реферативного дослідження, спірність або однозначність висновків.

Використання літературних джерел.

ОРІЄНТОВНІ НОРМИ ЧАСУ ПО ОСНОВНИХ ВИДАХ СРС

№ з/п	Види самостійної роботи	Одиниця виміру	Норми часу.
1	Проробка конспекту лекцій	І лекція	0,7

2	Проробка підручників, навчальних посібників	1 друк. арк.	2,0
2.1	Матеріал викладається на лекції	1 друк. арк.	2,0
2.2	Матеріал вивчається самостійно	1 друк. арк.	2,0-3,0
3	Підготовка до семінарських занять	1 семінар	0,45
4	Виконання реферату по дисципліні	1 реферат	12

5	Підготовка до контрольних заходів (аудиторні контрольні роботи, атестаційні заходи)	1 контр. захід	2
---	--	----------------	---

1. Контроль самостійної роботи магістрів

Ефективність виконання магістрами завдань із самостійної роботи контролюється:

під час лекцій — контроль знань та умінь, засвоєних у розрізі інших курсів;

під час проведення семінарських занять — перевірка рівня підготовленості до виконання конкретної роботи.

Модульний контроль здійснюється з метою оцінювання результатів навчання на окремих його завершених етапах.

Контроль успішності магістра здійснюється за допомогою системи оцінювання, що застосовується у вищому навчальному закладі, реєструється певним чином з обов'язковим переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Теми рефератів

1. Історія становлення психотерапії як галузі психологічної науки.
2. Співвідношення психотерапії та психологічного консультування: спільне й відмінне.
3. Методологічні основи психотерапевтичного впливу.
4. Основні напрями сучасної психотерапії: загальна характеристика.

5. Психоаналітична теорія та її вплив на розвиток психотерапії.
6. Психодинамічний підхід у сучасній практиці.
7. Гуманістична психологія як теоретична основа психотерапії.
8. Клієнт-центрована терапія: принципи та техніки роботи.
9. Когнітивно-поведінкова психотерапія: концепція, методи, ефективність.
10. Гештальт-терапія: теоретичні засади та практичні інструменти.
11. Екзистенційна психотерапія: проблематика свободи, відповідальності та сенсу життя.
12. Системний підхід у психологічному консультуванні.
13. Інтегративні моделі психотерапії: переваги та обмеження.
14. Терапевтичний альянс як чинник ефективності психотерапії.
15. Структура та етапи консультативного процесу.
16. Психологічний запит клієнта: типологія та способи уточнення.
17. Професійна позиція психолога-консультанта.
18. Етичні принципи психотерапевтичної діяльності.
19. Конфіденційність у психотерапії: межі та винятки.
20. Професійні ризики та емоційне вигорання психотерапевта.
21. Роль емпатії у консультативному процесі.
22. Техніки активного слухання в роботі психолога.
23. Робота з психологічним опором клієнта.
24. Психологічні захисні механізми та їх врахування у терапії.
25. Консультування осіб із підвищеним рівнем тривожності.
26. Психологічна допомога в кризових ситуаціях.
27. Консультування підлітків: специфіка та труднощі.
28. Психологічне консультування сім'ї.
29. Онлайн-консультування: можливості та обмеження.
30. Методи оцінки ефективності психотерапії.
31. Завершення терапії: психологічні аспекти та етичні питання.
32. Супервізія як форма професійного розвитку психолога.
33. Саморефлексія як умова професійної компетентності консультанта.
34. Психотерапія та консультування в умовах воєнного часу.
35. Робота з травматичним досвідом у консультативній практиці.

ВИКОРИСТАНА І РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

10. Рекомендована література

- Волошина В. В., Долинська Л. В., Ставицька С. О. та ін. Загальна психологія : практикум. Київ : Каравела, 2007. 280 с.
- Злобіна О. Г. Особистість як суб'єкт соціальних змін : монографія. Київ : Інститут соціології НАН України, 2004. 400 с.
- Максименко С. Д. Загальна психологія : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2014. 272 с.
- Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. Київ : КММ, 2007. 296 с.
- Панок В. Г. Методологія а етика психодіагностичної діяльності психолога // *Проблеми сучасної психології*. 2016. № 33. С. 25–37.
- Панок В. Г., Чепелева Н. В. Психодіагностика : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2012. 288 с.
- Яценко Т. С. Глибинна психологія: діагностика та корекція : монографія. Київ : Либідь, 2008. 384 с.
- Corey G. Теорія і практика консультування та психотерапії / Г. Corey ; пер. з англ. – Київ : Центр учбової літератури, 2017. – 520 с.
- Rogers C. R. Становлення особистості. Погляд на психотерапію / К. Р. Роджерс ; пер. з англ. – Київ : Основи, 2000. – 416 с.
- Yalom I. D. Дар психотерапії: відкритий лист новому поколінню терапевтів та їхнім пацієнтам / І. Д. Ялом ; пер. з англ. – Львів : Видавництво Старого Лева, 2018. – 272 с.
- Beck J. S. Когнітивна терапія: повний посібник / Дж. С. Бек ; пер. з англ. – Львів : Свічадо, 2019. – 400 с.
- Perls F. Практика гештальт-терапії / Ф. Перлз ; пер. з англ. – Київ : PSYLIB, 2004. – 352 с.
- Frankl V. E. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі / В. Е. Франкл ; пер. з нім. – Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2016. – 160 с.
- Kottler J. A. Ефективний терапевт / Дж. А. Коттлер ; пер. з англ. – Київ : Центр учбової літератури, 2018. – 296 с.
- Gladding S. T. Психологічне консультування: всеосяжний посібник / С. Т. Гледдінг ; пер. з англ. – Київ : Центр учбової літератури, 2015. – 544 с.

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

- 36.<http://www.osvita.org.ua> – Освітній портал – все про освіту в Україні
- 37.<http://nbuv.gov.ua/> – Сайт Національної бібліотеки України імені В.І. Вернадського;
- 38.<http://korolenko.kharkov.com/> – Сайт Харківської державної наукової бібліотеки імені В.Г. Короленка;
- 39.<http://www.psylist.net>
- 40.<http://psychology-naes-ua.institute>
- 41.<http://www.nbuv.gov.ua>
- 42.<http://studentam.net.ua/content/section/23/85/> Онлайн бібліотека / електронні підручники, навчальні посібники, лекції, конспекти.

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

Черкашин Андрій Іванович

ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Методичні вказівки
до виконання самостійної роботи 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. 1,48. Обсяг 0,295 Мб. Зам. № 171/26.

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