

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені В. Н. КАРАЗІНА

МЕТОДИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

Методичні рекомендації
до самостійної роботи з дисципліни
для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня

Електронний ресурс

Харків – 2026

УДК 159.98:615.851(076)
М 54

Рецензенти:

Плохих В. В. – доктор психологічних наук, професор кафедри загальної психології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна;
Бідюк І. А. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Національного аерокосмічного університету «Харківського авіаційного інституту».

*Затверджено до розміщення в мережі Інтернет рішенням Науково-методичної ради
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
(протокол № 9 від 25 червня 2026)*

М-54 **Методи** психокорекції та психотерапії : методичні рекомендації до самостійної роботи з дисципліни для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня [Електронний ресурс] / уклад. А. О. Харченко. – Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2026. – (PDF 15 с.)

Методичні рекомендації складено для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти. У виданні подано перелік завдань для самостійного опрацювання та алгоритми їхнього виконання, рекомендована література, перелік цифрових ресурсів для опанування дисципліни.

УДК 159.98:615.851(076)

© Харківський національний університет
імені В. Н. Каразіна, 2026
© Харченко А. О., уклад., 2026

ЗМІСТ

Опис навчальної дисципліни	4
Самостійне завдання № 1	7
Самостійне завдання № 2	8
Самостійне завдання № 3	10
Рекомендована література	12
Перелік цифрових ресурсів для опанування дисципліни	14

Опис навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни є: викладання навчальної дисципліни засвоєння теоретичних знання та оволодіння методами індивідуальної, групової, сімейної психотерапії та психокорекції.

Основні завдання вивчення дисципліни:

- вивчення основних понять, цілей, завдань, моделей, принципів, критеріїв результативності, класифікацій методів психокорекції та психотерапії.
- вивчення та ознайомлення на практиці з основними техніками психотерапії.
- ознайомлення з психотерапією емоційних розладів, кризових станів та гострого горя.
- вивчення основ групової динаміки, основних понять групової психотерапії та її методів з ознайомленням на практиці.

Кількість кредитів – 5 (Денна форма навчання) / 5 (Заочна (дистанційна) форма навчання).

Загальна кількість годин – 150 (Денна форма навчання) / 150 (Заочна (дистанційна) форма навчання).

Характеристика навчальної дисципліни	
Обов'язкова	
Денна форма навчання	Заочна (дистанційна) форма навчання
Рік підготовки	
1-й	1-й
Семестр	
1-й	1-й
Лекції	
32 год.	10 год.
Практичні заняття	
32 год.	9 год.
Лабораторні заняття	
год.	год.
Самостійна робота	
86 год.	131 год.
Індивідуальні завдання	
год.	

Заплановані результати навчання:

Очікувано, що в результаті вивчення дисципліни «Методи психокорекції та психотерапії» у студентів будуть сформовано загальні, спеціальні та інтегральні компетентності:

Загальні компетентності

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

Фахові компетентності

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

Програмні результати навчання

ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР15. Володіти навичками встановлення терапевтичного контакту, проведення індивідуальних, групових і сімейних консультацій та психотерапії з використанням різних підходів.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

№ з/п	Зміст самостійної роботи	Кількість годин		Форма контролю
		Денна форма навчання	Заочна (дистанційна) форма навчання	
1	Розділ 1. Характеристика методів психотерапії та психокорекції <u>Підготовка до проміжного контролю.</u> Тема 1. Психотерапія як метод самопізнання, лікування та особистісного розвитку. Тема 2. Базові техніки психотерапії. Тема 3. Психотерапія емоційних розладів, кризових станів та гострого горя.	28 8 10 10	39 13 13 13	Поточний контроль, успішність виконання підсумкової роботи за розділом 1.
2	Розділ 2. Методи групової психотерапії та психокорекції. <u>Підготовка до проміжного контролю.</u> Тема 4. Теоретичні основи групового консультування. Тема 5. Основи групової динаміки.	30 10 10	46 16 15	Поточний контроль, успішність виконання підсумкової роботи за розділом 2
3	Тема 6. Методи групової психотерапії: історія і розвиток, основні поняття та процедури. Розділ 3. Методи сімейної психотерапії. <u>Робота над рефератом в рамках проміжного контролю.</u> Тема 7. Психологія сімейних проблем. Тема 8. Принципи сімейної психотерапії. Тема 9. Основні методи сімейної психотерапії.	10 28 10 8 10	15 46 16 15 15	
	Разом	86	131	Реферат/есе (не передбачає захисту)

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Самостійне завдання №1. Підготовка до проміжного контролю за першим розділом (Характеристика методів психотерапії та психокорекції).

Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи до тем № 1-3.

Підготуватися до поточного контролю у вигляді контрольної роботи.

Контрольна робота за розділом включає два питання, одне, спрямоване на виявлення якості засвоєння теоретичного матеріалу, а друге представляє собою опис проблемної ситуації (ситуації консультування), яку треба вирішити, спираючись на знання, засвоєнні в процесі вивчання розділу.

Перелік орієнтовних питань, одне з яких може бути першим в контрольній роботі:

- Розглянути основні тенденції розвитку сучасної психотерапії.
- Налагодження консультативного контакту в різних психотерапевтичних підходах.
- Проаналізувати поняття підлаштування та фокусу уваги.
- Технологія проведення бесіди.
- Навички проведення первинного інтерв'ю.
- Вербальна та невербальна поведінка.
- Перенесення та контрперенесення у психотерапії.
- Мова тілесного симптому.
- Актуалізація ресурсів клієнта.
- Порівняльний аналіз основних напрямків психотерапії.
- Сучасні психологічні підходи до роботи із травмою.
- Арт-терапевтичні техніки роботи із емоційними розладами.

Друге питання, яке представляє собою опис проблемної ситуації, стосується однієї з тем розділу. Наприклад: «До психолога звернувся клієнт і у них проходить друга сесія після узгодження всіх організаційних питань та

визначення запиту для роботи і психолог вирішує задачу встановлення та підтримки контакту з клієнтом, для створення можливості подальшого формування терапевтичного альянсу». Назвіть та охарактеризуйте 10 базових технік встановлення та підтримки контакту.

Питання, які виносяться на контрольну роботу, відносяться як до матеріалів, які студент вивчає на лекційних заняттях, так і тих, що він готує в рамках виконання самостійної роботи.

Самостійне завдання №2. Підготовка до проміжного контролю за другим розділом (Характеристика методів психотерапії та психокорекції).

Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи до тем № 4-6.

Підготуватися до поточного контролю у вигляді контрольної роботи.

Контрольна робота за розділом включає два питання, одне, спрямоване на виявлення якості засвоєння теоретичного матеріалу, а друге представляє собою опис проблемної ситуації (ситуації консультування), яку треба вирішити, спираючись на знання, засвоєнні в процесі вивчання розділу.

Перелік орієнтовних питань, одне з яких може бути першим в контрольній роботі:

- Історія розвитку групового консультування.
- Сучасні теорії групового консультування.
- Проаналізувати технології проведення групової сесії в різних підходах.
- Вивчити правила консультації по телефону.
- Провести порівняльну характеристику психодинамічної та клієнт-центрованої психотерапевтичних груп.
- Розглянути особливості транзактного аналізу.
- Особливості проведення гештальт-груп.

Друге питання, яке представляє собою опис проблемної ситуації, стосується однієї з тем розділу. Наприклад: «Психотерапевт проводить

гештальт-групу». Опишіть, спираючись на знання про гештальт-групи, як вона може проходити, щоб в описі спостерігалася специфіка саме цих груп.

Питання, які виносяться на контрольну роботу, відносяться як до матеріалів, які студент вивчає на лекційних заняттях, так і тих, що він готує в рамках виконання самостійної роботи.

Загальні методичні рекомендації щодо виконання самостійних завдань 1 та 2:

1. Ознайомитися з темами та орієнтовними питаннями за розділом.
2. Опрацювати конспект лекцій, що надано в НМКД до дисципліни, рекомендовану та додаткову літературу, звертаючи увагу на: понятійно-категоріальний апарат; класифікації методів психокорекції та психотерапії та їх основних груп технік; особливості застосування різних психотерапевтичних методів, рекомендації та обмеження використання психокорекційних методів.
3. Систематизувати під час підготовки навчальні матеріали: створення таблиць та схем, складання тез, порівняння основних положень та технік психотерапевтичних методів.
4. Змоделювати та опрацювати можливі ситуаційні кейси в роботі фахівця за темами розділу.

Підсумкові контрольні роботи за розділами 1-2 оцінюються у 10 балів на денному відділенні та 10 на заочному (максимально) згідно із наведеними нижче критеріями оцінювання.

Бали	Критерії оцінювання
10	Повне розкриття відповіді на обидва питання
7-9	Часткове розкриття відповіді (без суттєвих помилок) на обидва питання, або повна відповідь на одне і часткова на друге
4-6	Часткове розкриття відповіді із суттєвими помилками
1-3	Суттєві помилки, або відсутність відповіді на одне із питань.

Звертається увага на те, що до можливих питань контрольної роботи можуть бути включені як напрацювання із самостійної роботи, так і питання що розглядаються на лекційних заняттях, які зазначено в методичних

рекомендаціях в робочій програмі до тем розділів.

Самостійне завдання №3. Написання реферату за третім розділом (Методи сімейної психотерапії).

Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи до тем № 7-9.

Написання реферативної роботи.

Студент має написати та здати викладачеві за 10 днів до підсумкового тижня виконану реферативну роботу в електронному вигляді (в PDF форматі) у визначений на початку семестру спосіб, про що повідомляє викладач на першому занятті.

Студент може обрати тему реферативної роботи з наступних варіантів:

- Сім'я та її сучасні моделі.
- Поняття нормативних та ненормативних сімейних криз та шляхи виходу.
- Сімейні конфлікти та способи їх подолання.
- Трансгенераційна сімейна психотерапія.
- Сімейні розстановки Б. Хелінгера.
- Системна сімейна психотерапія.
- Структурна модель сімейної психотерапії.
- Комунікаційна модель сімейної психотерапії В. Сатір.
- Символічний підхід в сімейній психотерапії. Парадоксальні методи

Реферативна робота пишеться за наступною структурою:

- Титульний лист
- Зміст
- Вступ (актуальність, мета, 2-3 завдання)
- 1-3 розділи (з висновками до них)
- Загальні висновки (по завданням)
- Список використаних джерел (5-7 джерел)

Шрифт в тексті роботи - Times New Roman, 14 кегль, інтервал 1,5.
Загальний об'єм роботи складає мінімум 15 сторінок.

Критерії оцінювання реферативної роботи

Бали	Критерії оцінювання
10-8	самостійність, оригінальність; використання основної літератури та додаткового матеріалу або іншомовних джерел; відповідність формальним критеріям (структура, володіння сучасним науковим матеріалом, послідовність та логічність, обґрунтованість аргументації та висновків, грамотність, якість оформлення тощо); вміння застосовувати теоретичні знання для рішення практичних завдань; повне розкриття теми.
3-5	часткова самостійність; використання основної літератури та додаткового матеріалу або іншомовних джерел; відповідність формальним критеріям (структура, володіння сучасним науковим матеріалом, послідовність та логічність, обґрунтованість аргументації та висновків, грамотність, деякі недоліки у оформленні); вміння застосовувати теоретичні знання для рішення практичних завдань; повне розкриття теми.
1- 2	часткова самостійність; вміння застосовувати теоретичні знання для рішення практичних завдань; часткове розкриття теми.
0	Нерозкрита тема, несамостійність

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова література

1. Основи психокорекції / С. Кузікова. – Київ: Академія, 2021. – 336 с.
2. Основи психотерапії: навч. посіб. / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна; за ред. М. І. Мушкевич. – 3-тє вид. – Луцьк: Вежа-Друк, 2017. – 420 с.
3. Психологія сім'ї / К. Седих. – Київ, 2015. – 192 с.
4. Основи психотерапії / К. Седих, А. Фільц. – Київ, 2016. – 192 с.
5. Синдром «емоційного холоду» в міжособистісних стосунках: монографія / [кол. авт.]; за ред. О. С. Кочаряна. – Харків: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2019. – 276 с.
6. Лікар та душа. Основи логотерапії / В. Франкл. – Харків, 2018. – 320 с.
7. Психосоматика: теорет.-практ. посіб. для студентів вищих навчальних закладів / Н. В. Ханецька. – Хмельницький, 2019. – 123 с.
8. Сугестивні технології маніпулятивного впливу: навч. посіб. / В. М. Петрик, М. М. Присяжнюк, Л. Ф. Компанцева [та ін.]; за заг. ред. Є. Д. Скулиша. – 2-ге вид. – Київ: ВІПОЛ, 2011. – 248 с.
9. НМК дисципліни «Основи психотерапії» / О. С. Кочарян, Н. М. Терещенко, М. Є. Жидко. – Харків: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2013. – 32 с.
10. Медицина за Девідсоном: принципи і практика. Том 3 / за ред. С. Ралстона, Я. Пенмана, М. Стрекена, Р. Гобсона. – Київ: Медицина, 2021. – 642 с.
11. Методичні рекомендації до дисципліни «Основи психотерапії» / уклад. О. Г. Романовський, І. Є. Штученко. – Харків: НТУ «ХП», 2019. – 28 с.

12. Методи сучасної психотерапії : навч. посіб. / Є. В. Карпенко. – Львів, 2015. – 116 с.

Допоміжна література

1. Сновидіння: про що говорить мозок / Д. Е. Коен. – Київ, 2018. – 240 с.
2. Шлюб. Як парувалися наука й секс / М. Роуч. – Харків: Фабула, 2018. – 254 с.
3. Сімейний кодекс України. – Станом на 07.09.2018 р. – Київ, 2018.
4. Математика кохання: стереотипи, докази і пошук остаточного рішення / А. Фрай. – Харків, 2017. – 128 с.
5. Брехуни на кушетці / І. Ялом. – Харків, 2018. – 234 с.
6. Сновидіння. Про що говорить мозок. Розгадайте таємну мову ночі / Дорис Е. Коен. – Київ: Книголав, 2018.
7. Брехуни на кушетці. Психотерапевтичні оповіді / Ірвін Ялом. – Харків: Клуб Сімейного Дозвілля, 2018. – 512 с.
8. The XX Brain: The Groundbreaking Science Empowering Women to Prevent Dementia / Lisa Mosconi. – London: Atlantic Books, 2020. – 368 p.
9. Understanding and Treating Anxiety in Autism. – London: Jessica Kingsley Publishers, 2020. – 272 p.
- 10.33 Meditations on Death / David Jarrett. – London: Transworld Digital, 2020. – 288 p.

ПЕРЕЛІК ЦИФРОВИХ РЕСУРСІВ ДО ОПАНУВАННЯ ДИСЦИПЛІНИ

nbuv.gov.ua

journals.uran.ua

nrat.ukrintei.ua

www.psychotherapy.net

dspace.krok.edu.ua

ebooks.znu.edu.ua

dspace.cusu.edu.ua

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

Харченко Андрій Олександрович

МЕТОДИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

Методичні рекомендації
до самостійної роботи з дисципліни
для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня

В авторській редакції

Підписано до розміщення 25.06.2026. Гарнітура Times New Roman.
Ум. друк. арк. 1,1. Обсяг 0,581 Мб. Зам. № 301/26.

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