

**Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»**

Кафедра психіатрії, медичної та спеціальної психології

ВДОВІЧЕНКО О. В., ДІДУХ М. Л.

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОТЕРАПІЯ»**

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 053 Психологія

Одеса – 2023

Затверджено рішенням Вченої ради Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (протокол № 3 від 28.09.2023 року).

Автори:

Вдовіченко О. В., доктор психологічних наук, професор кафедри теорії та методики практичної психології, Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (м. Одеса).

Дідух М. Л., доктор психологічних наук, доцент, старший викладач кафедри психіатрії, медичної та спеціальної психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (м. Одеса).

Рецензенти:

Фоменко К. І., доктор психологічних наук, професор кафедри психології, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди» (м. Харків).

Бикова С. В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри філософії, політології, психології та права Одеської державної академії будівництва та архітектури (м. Одеса).

Методичні рекомендації до організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Психотерапія» для здобувачів вищої освіти за спеціальністю 053 Психологія / Вдовіченко О.В., Дідух М.Л. Одеса: Університет Ушинського, 2023. 29 с.

Методичні вказівки складено відповідно до листа Міністерства освіти і науки України від 09.07.2018 року № 1/9-434 «Щодо рекомендацій з навчально-методичного забезпечення» і містять характеристику навчальної дисципліни, зміст самостійної роботи, рекомендації щодо виконання окремих видів самостійної роботи, критерії оцінювання, глосарій, рекомендовані джерела інформації до навчальної дисципліни «Психотерапія».

Призначені для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, які навчаються за спеціальністю 053 Психологія.

ЗМІСТ

ХАРАКТЕРИСТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ	4
САМОСТІЙНА РОБОТА З ДИСЦИПЛІНИ	6
1. Організація самостійної роботи	6
2. Питання для самостійного опрацювання	7
Тема 1. Вступ до психотерапії: вимоги до кваліфікації, цілі та зв'язок з іншими науками.	7
Тема 2. Теоретичні основи психотерапії.	8
Тема 3. Первинна психотерапія.	9
Тема 4. Психодрама.	9
Тема 5. Психодинамічний підхід у психотерапії.	10
Тема 8. Екзистенційно-гуманістичний підхід у психотерапії.	12
3. Індивідуальні навчально-дослідні завдання	13
РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВИКОНАННЯ ОКРЕМИХ ВИДІВ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ	15
1. Опрацювання літературних джерел	15
2. Підготовка до поточного та підсумкового контролю	15
3. Підготовка есе	16
КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ	17
СЛОВНИК	24
РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ	28

ХАРАКТЕРИСТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

В сучасних умовах, коли дія різноманітних несприятливих чинників на психіку та життя людини є вкрай високою, зростає попит на психотерапевтичні послуги. Психотерапія є досить широкою областю наукової та практичної діяльності, спрямованої на поліпшення душевного стану, здоров'я та якості життя людини, і тому ознайомлення з її основами є необхідним для майбутніх фахівців-психологів. Теоретичні, методологічні та практичні аспекти, що вивчаються дисципліною, закладають основи готовності здобувачів до здійснення професійної діяльності, а саме надання кваліфікованої психологічної допомоги населенню.

Мета навчальної дисципліни – знайомство здобувачів із теоретичними основами психотерапії, змістом психотерапевтичного процесу, основними напрямками психотерапії; формування професійних знань і вмінь у галузі надання психологічної допомоги.

Очікувані програмні результати навчання:

ПРН 01. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання

ПРН 02. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань

ПРН 09. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

Очікувані результати вивчення дисципліни

знати:

- основні моделі психотерапевтичної допомоги;
- понятійний апарат психотерапії;
- зміст та етапи психотерапевтичного процесу;
- вимоги до кваліфікації психотерапевта;
- особливості терапевтичного впливу в різних напрямках психотерапії;

- методи та техніки психотерапевтичного впливу.

уміти:

- визначати особливості конкретних технологій психотерапії;
- дотримуватися правил професійної етики;
- обирати ефективну комунікацію та модель взаємодії з клієнтом;
- визначати психотерапевтичні мішені;
- застосовувати різні техніки для допомоги клієнту.

Унаслідок досягнення результатів навчання здобувачі вищої освіти у контексті змісту навчальної дисципліни мають опанувати такі компетентності:

Загальні компетентності:

ЗК 01. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 02. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 06. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК 07. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК 08. Навички міжособистісної взаємодії.

Спеціальні компетентності:

СК 03. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

СК 08. Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).

СК 09. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну діяльність відповідно до запиту.

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК 11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

САМОСТІЙНА РОБОТА З ДИСЦИПЛІНИ

1. Організація самостійної роботи

1. Самостійна організація навчальної діяльності

Самостійна робота є однією з ключових форм навчання, яка може здійснюватися як в аудиторії, так і поза нею. Аудиторна самостійна робота може включати в себе виконання практичних та лабораторних завдань, а також захист рефератів. Позааудиторна самостійна робота передбачає опрацювання окремих тем з даної дисципліни, підготовку до практичних та лабораторних занять, написання рефератів та есе, а також підготовку до підсумкового контролю.

Метою самостійної роботи є не лише засвоєння теоретичного матеріалу та поглиблення знань з окремих аспектів, а й формування у студентів навичок використання отриманих знань для розв'язання практичних завдань, розвиток навичок самоорганізації та самоуправління під час навчання.

Основними завданнями самостійної роботи є:

- засвоєння матеріалу з даної дисципліни;
- поглиблення, розширення та закріплення знань, отриманих на лекціях;
- розвиток навичок роботи з навчальною літературою;
- культивування критичного та творчого мислення;
- розвиток дослідницьких навичок;
- підвищення вольових якостей особистості, таких як організованість, самостійність, відповідальність та наполегливість.

Для студентів, які вивчають дисципліну «Психотерапія», передбачено 52 годин самостійної роботи для денної форми навчання і 88 години для заочної форми навчання. Крім того, для виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань надається 10 годин як для студентів денної, так і для заочної форми навчання.

Методи оцінки виконання студентами самостійної роботи включають усне (індивідуальне та групове) опитування, дискусія, усні доповіді, робота в парах, робота в команді, письмовий контроль, есе, фронтальне опитування, презентація результатів самостійної роботи, екзамен.

Для підтримки самостійної роботи студентів забезпечується навчально-методичний комплект, який включає в себе наступні компоненти:

- план навчальної дисципліни, який чітко визначає зміст і обсяг аудиторних та позааудиторних занять;
- конспект лекцій та основний матеріал;
- методичні поради для вивчення окремих тем і отримання практичних навичок;
- перелік питань для обговорення на семінарських заняттях;
- завдання для самоперевірки, включаючи запитання та тести;
- рекомендовані джерела для додаткового вивчення матеріалу.

2. Питання для самостійного опрацювання

Тема 1. Вступ до психотерапії: вимоги до кваліфікації, цілі та зв'язок з іншими науками.

Основна мета розкрити об'єкт, ціль, завдання психотерапії та зв'язок з іншими галузями науки, визначити правові аспекти психотерапевтичної діяльності: нормативне регулювання психологів, які займаються психотерапією. Також вивчення етичних принципів, що враховуються в Україні та за її межами. Сформулювати перспективи розвитку та можливості професійного зростання психотерапевтів в Україні та за кордоном.

Тривалість: 5 годин у денній формі та 9 годин у заочній формі.

Методи оцінювання: дискусія, робота в парах.

Для самоперевірки розуміння матеріалу надаються наступні запитання:

1. Основні компоненти використання психотерапії як засобу лікування.

Теоретичні основи психотерапії.

2. Різновиди класифікації систем, напрямів і технік психотерапії.

3. Сутність сучасної інтерпретації впливу психотерапевтичних методів.
4. Завдання фахівця-психотерапевта.
5. Головні критерії для психотерапевта.

Тема 2. Теоретичні основи психотерапії.

Основна мета теми полягає у закріпленні та поглибленні розуміння організації терапевтичного процесу, формуванні уявлень про ключові явища в психотерапії та усвідомленні етичних принципів, які лежать в основі психотерапевтичної роботи.

- Основні поняття, які вивчаються:
- Терапевтичний процес.
- Терапевтичний альянс.
- Терапевтична угода.
- Трансфер.
- Опір.
- Негативна терапевтична реакція.

Для досягнення цієї мети вивчаються такі аспекти:

- Основні принципи психотерапії.
- Важливі аспекти в психотерапевтичному процесі.
- Етика та принципи етичної поведінки в психотерапії.

Тривалість: 8 годин у денній формі та 12 годин у заочній формі.

Оцінка проводиться шляхом усного індивідуального опитування. Для самоперевірки розуміння матеріалу студентам пропонуються наступні питання:

1. Поясніть, що означає принцип безцінності в психотерапії.
2. Які наслідки можуть виникнути в результаті порушення конфіденційності в роботі психотерапевта?
3. Як ви розумієте поняття контрпереносу в терапевтичному процесі?
4. Опишіть прояви регресії як одного з явищ у терапевтичному процесі.

5. Які можливі причини негативної терапевтичної реакції?

Тема 3. Первинна психотерапія.

Тривалість: 8 годин у денній формі та 12 годин у заочній формі.

Методи оцінювання: усні доповіді, презентація.

Для самоперевірки розуміння матеріалу надаються наступні запитання:

1. Теоретичні засади психопатології і методи психотерапії.
2. Механізми впливу терапії.
3. Хід і методика проведення терапії.
4. Порядок індивідуального та групового психотерапевтичного впливу.
5. Результати лікувального процесу.

Тема 4. Психодрама.

Головна мета розкриває виявлення основних факторів ефективної терапії, вивчення спонтанності та творчого процесу як результату та передумови психодраматичної практики. Засоби використання психодрами та рівні особистісних змін. Катарсис, глибинне розуміння, та навчальний аспект. Роль психотерапевта. Учасники психодраматичної сесії. Ознаки групової динаміки. Перебіг психодраматичного процесу: фаза гри та фаза рефлексії. Організація психотерапевтичного процесу та груповий вплив. Методи психодрами.

Тривалість: 5 годин у денній формі та 11 годин у заочній формі.

Методи оцінювання: усні доповіді, робота в парах, робота в команді, письмовий контроль.

Для самоперевірки розуміння матеріалу надаються наступні запитання:

1. Основні поняття і принципи психодрами.
2. Визначення технік: багатьох двійників, «дзеркало» (відображення), «повернися спиною», сновидіння, «Чарівний магазин» («Крамниця мрій»), «проекції майбутнього», Метод імпровізації ранніх дитячих переживань.
3. Фази розвитку психодрами.

Тема 5. Психодинамічний підхід у психотерапії.

Головна мета вивчення полягає в розширенні розуміння психоаналізу як важливого компонента психотерапії та поглибленні знань щодо особливостей організації психотерапевтичного процесу в рамках психоаналізу.

Важливі терміни для розуміння:

- інтрапсихічний конфлікт;
- індивідуальна психологія А. Адлера;
- основні концепції аналітичної психотерапії К. Юнга;
- основні архетипи та їх індивідуація.

Тривалість: 5 годин у денній формі та 9 годин у заочній формі.

Методи оцінювання: фронтальне опитування та робота в команді.

Для самоперевірки розуміння матеріалу надаються наступні запитання:

1. Опишіть структуру особистості за поглядами К. Юнга.
2. Що означає термін «інтрапсихічний конфлікт»?
3. Як К. Юнг пропонував виявляти комплекси?
4. Наведіть приклади гіперкомпенсації.
5. Як А. Адлер визначав здорову особистість?

Тема 6. Історія і розвиток гештальттерапії.

Ключові поняття у гештальттерапії: розрізнення фігури і фону, усвідомлення присутності та зосередженість на поточному моменті, врівноваженість протилежностей, функції захисту та зрілість.

Тривалість: 8 годин у денній формі та 13 годин у заочній формі.

Методи оцінювання: усні доповіді, робота в парах, робота в команді, письмовий контроль, презентація.

Для самоперевірки розуміння матеріалу надаються наступні запитання:

1. Підходи до проведення групової гештальттерапії відповідно до Каплана.

2. Основні процедури, що використовуються в гештальттерапії: розширення усвідомлення, інтеграція протилежностей, акцент на власних почуттях, робота з мріями, відповідальність за власні дії та подолання опору.

3. Оцінка ефективності гештальттерапії як методу психотерапії та експериментальне підтвердження її основних принципів.

Тема 7. Когнітивно-поведінковий підхід у психотерапії.

Основна мета вивчення полягає в ознайомленні з історією, сутністю та особливостями когнітивно-поведінкової терапії, а також вивченні її технік, що застосовуються у психотерапевтичному процесі.

Ключові терміни для розуміння:

- неадаптовані думки;
- автоматичні думки;
- дистанціювання;
- децентрація;
- генералізація;
- дихотомічне мислення;
- когнітивна модель депресії.

Теми для опрацювання:

- основні теоретичні засади когнітивно-поведінкової терапії;
- когнітивна модель А. Бека;
- застосування когнітивно-поведінкової терапії у лікуванні депресії, тривожних розладів і ПТСР;
- схема-терапія Дж. Янга.

Кількість годин: 8 годин у денній формі та 12 годин у заочній формі.

Метод оцінювання: індивідуальне опитування, письмовий контроль, презентація.

Запитання для самоперевірки розуміння матеріалу:

1. Які цілі можна встановити в рамках когнітивно-поведінкової терапії при роботі з депресією?
2. Що розуміється під терміном "неадаптовані думки"?

3. В чому полягає техніка реатрибуції?
4. Обґрунтуйте сократичний діалог як основний метод когнітивно-поведінкової терапії.
5. Наведіть приклади дихотомічного мислення.

Тема 8. Екзистенційно-гуманістичний підхід у психотерапії.

Основна мета вивчення цієї теми полягає в розгляді особливостей екзистенційно-гуманістичних напрямків у психотерапії, засвоєнні теоретичних основ, що їх визначають, і розширенні розуміння можливих технік, застосовуваних у психотерапевтичному процесі.

Важливі поняття для розуміння:

- Дазайн-аналіз.
- Логотерапія.
- Іntenціональність.
- Конгруентність.
- Автентичність.
- Екзистенційні опори.
- Я-концепція.
- Психосоматичний резонанс.
- Ноогенний невроз.
- Екзистенційний вакуум.
- Самоактуалізація.

Теми для опрацювання:

- Принципи клієнт-центрованої терапії К. Роджерса.
- Логотерапія В. Франкла.
- Екзистенційний аналіз Л. Бінсвангера.

Кількість годин: 5 годин у денній формі та 10 годин у заочній формі.

Метод оцінювання: фронтальне опитування.

Питання для самоперевірки розуміння матеріалу:

1. Яке визначення можна дати гуманістичним ідеям у психотерапії?

2. Які ключові аспекти терапевтичного процесу в клієнт-центрованій терапії К. Роджерса?
3. Які ознаки ноогенного неврозу можуть виявлятися в клієнта?
4. Що мається на увазі під технікою рефлексивних відповідей?
5. Які можливі результати можна очікувати внаслідок клієнт-центрованої терапії?

3. Індивідуальні навчально-дослідні завдання

В рамках курсу «Психотерапія» передбачено можливість виконання студентами індивідуальних навчально-дослідних завдань у формі написання есе. Спеціально виділений час для виконання цього завдання – 10 годин.

№ з/п	Тематика	Кількість годин	
		Денна	Заочна
1	Зміст та специфіка роботи психолога в психотерапії.		
2	Психодинамічне розуміння симптомів психічних та психосоматичних розладів.		
3	Проблема формулювання клієнтського запиту в психотерапії.		
4	Роль терапевтичних відносин в різних напрямках психотерапії.		
5	Явище трансферу у психотерапії.		
6	Подолання опору у психотерапевтичному процесі.		
7	Методологічна рефлексія у психотерапії.		
8	Інтерпретація і ампліфікація як універсальні психотерапевтичні процедури.		
9	Робота з метафорою у психотерапії.		
10	Розуміння природи неврозу в різних психотерапевтичних напрямках.		
Разом		10	10

Індивідуальні навчально-дослідні завдання (есе) 2 семестр

№ з/п	Тематика	Кількість годин	
		Денна	Заочна
1	Мета когнітивної терапії		
2	етапи когнітивної терапії		
3	Показання до когнітивної терапії та обмеження у її застосуванні		
4	Опишіть основні типи порушень рольового розвитку		

5	Опишіть техніку терапевтичної метафори. Які функції метафори у психотерапевтичному процесі?		
6	Опишіть техніку емпатичних відповідей		
7	Що таке техніка рефлексивних відповідей?		
8	Що є результатом клієнт-центрованої психотерапії?		
9	Порівняйте зміст поняття «регресія» у різних психотерапевтичних напрямків		
10	Наведіть приклади інтер- та інtrarольового, інтер- та інтраперсонального конфліктів.		
Разом		10	10

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВИКОНАННЯ ОКРЕМИХ ВИДІВ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

1. Опрацювання літературних джерел

Самостійна робота студентів, як було вказано раніше, вимагає глибокого осмислення та розширення знань з конкретних аспектів курсу, і тому включає в себе самостійний аналіз наукової та навчальної літератури. При виконанні цього виду завдань рекомендується дотримуватися таких етапів:

1. Повторити матеріал, викладений на лекціях.
2. Ознайомитися з питаннями, які вам необхідно самостійно дослідити. Сконцентруйтеся на ключових поняттях теми.
3. Вибрати літературні джерела із списку рекомендованої літератури. Докладно оглянути розділи та розділи, що містять необхідну інформацію.
4. У разі потреби, знайти самостійно додаткові джерела інформації. Порівняти дані з різних джерел, особливо щодо конкретного питання.
5. Зробити короткі записи відповідей на кожне питання.
6. Якщо питання вимагає аналізу та обговорення, сформулюйте власну думку на підставі глибокого розгляду проблеми.
7. Організуйте зібрані дані у вигляді схеми або таблиці для кращого узагальнення та систематизації інформації.
8. Перевірте своє розуміння теми за допомогою питань для самоконтролю.

2. Підготовка до поточного та підсумкового контролю

Поточний контроль стосується оцінювання самостійної роботи і зазвичай проводиться під час практичних занять через усні або письмові тести. Для підготовки до цих занять необхідно не тільки опанувати

матеріал, що був виданий для самостійної роботи, але й активно вивчати тему заняття. Можна використовувати методику, запропоновану вище.

Щодо підготовки до підсумкового контролю (екзамену), слід дотримуватися наступних кроків:

1. Ознайомитися з переліком питань для заліку або екзамену.
2. Розпланувати свій час.
3. Підібрати необхідну навчальну літературу, підручники та інші джерела інформації.
4. Ретельно оглянути зміст кожного питання, використовуючи власні конспекти, схеми та таблиці, які ви створили раніше.
5. Оцінити рівень своєї підготовки для кожного питання і визначити теми, які вимагають більш детального вивчення.
6. Перевірити свої знання, роблячи власні відповіді на теоретичні запитання.

3. Підготовка есе

Есе – це невеликий обсягом твір з вільною структурою, в якому автор виражає свої власні думки та погляди на конкретну проблему. Незважаючи на гнучку композицію, у ньому обов'язково повинні бути такі елементи: назва, теза, аргументи та висновок.

Рекомендації для написання:

1. У вступі розкрийте суть і актуальність наукової проблеми.
2. Сформулюйте основну тезу та підберіть аргументи для її підтвердження.
3. Викладайте матеріал лаконічно та доступно.
4. Відобразіть вашу власну суб'єктивну позицію.
5. У висновку зробіть підсумок висвітленого.
6. Дотримуйтеся рекомендованого обсягу – до 10 сторінок. Шрифт – Times New Roman, розмір – 14, міжрядковий інтервал – 1,5, поля – 2 см з усіх сторін.

Тези повинні бути унікальними і відображати вашу власну думку. Аргументи повинні бути логічними, науково обґрунтованими і переконливими. Загалом, важливо, щоб ваше есе було чітким, науковим, логічним і оригінальним.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Критерії оцінювання за різними видами роботи

Вид роботи	бали	Критерії
Практичні завдання	0 балів	Здобувач не бере участі у занятті, є лише спостерігачем чи відсутній на практичному занятті.
	1 бал	Здобувач бере участь у практичному занятті, в цілому володіє навчальним матеріалом який застосовує під час виконання практичних завдань. Доцільно використовує обов'язкову літературу та теоретичний матеріал для розв'язання завдань. Під час виступів не завжди може навести відповідні приклади, потребує додаткових запитань для повного розкриття проблеми; робить висновки, які потребують уточнення з боку викладача.
	2 бали	Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, виконуючи практичні завдання; аналізує, робить висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але припускається неточностей. Здобувач самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичні завдання. Виконані завдання у цілому відповідають вимогам, хоча мають незначні огріхи.
	3 бали	Здобувач володіє міцними знаннями, оперує ними при виконанні практичних завдань. Самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичні завдання. Не припускається помилок при їхньому виконанні. Здобувач виступає експертом практичних завдань, що виконали однокурсники
Лабораторні заняття	0 балів	Здобувач не бере участі у занятті, є лише спостерігачем чи відсутній на занятті.
	1 бал	Робота виконана не повністю. Здобувач працює за

		алгоритмом, робить помилки, не виявляє самостійності. Розуміння специфіки форм, методів, прийомів і технік в різних напрямках психотерапії є неповним. Не може самостійно обирати способи вирішення конкретних професійних завдань.
	2 бали	Лабораторна робота виконана на достатньому рівні. Здобувач впевнено працює за алгоритмом та виявляє певний рівень самостійності при вирішенні конкретних професійних завдань: визначає психотерапевтичні мішені, правильно добирає техніки роботи. Допускається деяких незначних помилок, які виправляє за вказівки викладача.
	3 бали	Лабораторна робота виконана в повному обсязі. Здобувач виявляє високий рівень самостійності вирішенні конкретних професійних завдань. Добре орієнтується в засобах психотерапевтичного процесу. Може аналізувати психотерапевтичні феномени.
Самостійна робота	0 балів	Відсутність у здобувача опанування самостійного матеріалу або неповне його осмислення.
	1 бал	Здобувач не повністю засвоїв тему для самостійного опрацювання не досконало володіє основними поняттями та положеннями навчальної дисципліни, невпевнено орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, непереконливо відповідає, додаткові питання викликають невпевненість або відсутність знань.
	2 бали	Здобувач володіє глибокими знаннями, демонструє відповідні компетентності, використовує їх у нестандартних ситуаціях, самостійно працює з інформацією у відповідності до поставлених завдань; систематизує та узагальнює навчальний матеріал; самостійно користується додатковими джерелами інформації; без похибок виконує та аналізує практичні завдання.
	3 бали	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; самостійно та за допомогою викладача може виконувати частину практичних завдань; знає послідовність виконання завдання; практичні завдання містять багато

		суттєвих відхилень від установлених вимог, при їх виконанні потребує систематичної допомоги викладача.
ІНДЗ (есе) 10 балів	0 балів	Завдання не виконано; есе має компілятивний характер; висловлювання не відповідає (за змістом і формою) вимогам, які висуваються до жанру академічного есе.
	1-3 бали	Здобувач демонструє неглибоку обізнаність за темою, її інтерпретація поверхова, судження подеколи компілятивні. У роботі простежується комунікативний задум автора, представлений традиційний або обмежений набір ідей, відсутня діалогова (дискусійна) основа. Композиційна структура есе загалом витримана, проте наявні суттєві недоліки в аргументації основних положень, встановленні причинно-наслідкових зв'язків (не більше 2 логічних помилок), фрагменти іноді не пов'язані між собою, опущений аналіз суттєвих характеристик явища, не аналізуються альтернативні погляди на проблему. Спостерігається невдале поєднання теорії з фактичним матеріалом, використання риторики (тверджень) замість аргументації (доказів). Здобувач демонструє бідний словниковий запас, одноманітність граматичного ладу мови; спостерігається порушення мовностилістичних норм наукового стилю, зокрема наявне недоречне використання засобів виразності, неточне вживання термінології тощо; порушуються орфографічні й пунктуаційні норми.
	4-6 балів	Здобувач демонструє розуміння проблеми, чітко її формулює, проте розкриває її на низькому теоретичному рівні / заявлена тема розкрита не повно / наявні фрагменти, які не відповідають темі. Авторська модальність і оцінність виявляється невиразно. Здобувач загалом володіє навичками створення академічного тексту, аргументованого доведення тез, загальна форма викладу відповідає жанру академічного есе, проте стиль викладу, використана лексика і термінологія не завжди відповідає академічним стандартам. Робота характеризується змістовою цілісністю і послідовністю викладу, проте логічно упорядковані думки не пов'язані між собою

		мовними засобами; вказані наявні альтернативні погляди на проблему без їх адекватної оцінки; спостерігаються порушення у використанні прийомів порівняння й узагальнення. Використано змішаний стиль викладу з превалюванням неформального. Здобувач переважно дотримується лексичних, граматичних норм наукового стилю, проте наявні окремі орфографічні і синтаксичні помилки.
	7-9 балів	Здобувач демонструє розуміння проблеми, розкриває її на достатньому теоретичному рівні, присутня авторська модальність, оцінність, проте інтерпретація теми недостатньо глибока і самотійна. Здобувач загалом володіє навичками створення академічного тексту, аргументованого доведення, проте тези й приклади не завжди переконливі, здобувач переважно використовує традиційні форми доведення. Загальна форма викладу відповідає жанру академічного есе, проте стиль викладу, використана лексика і термінологія не завжди відповідає академічним стандартам; виклад зрозумілий і чіткий; наявні незначні порушення логіки чи послідовності викладу; пояснюються альтернативні погляди на проблему та їх оцінка; використовуються прийоми порівняння, зіставлення й узагальнення. Текст загалом оформлено правильно, але трапляються поодинокі порушення орфографічних чи пунктуаційних норм.
	10 балів	Здобувач демонструє науковість – актуальність теми, ґрунтовний аналіз та практична значущість. Логічність, послідовність – зосередженість на проблемі, послідовний і несуперечливий розвиток думки. Структурованість викладання, висновки відповідають завданням роботи, свідчать про реалізацію мети есе. Оригінальність – власна думка щодо проблеми, нешаблонні аргументи. Глибоке розуміння проблеми, чітко її формулює, розкриває на високому теоретичному рівні, обґрунтовано використовує відомості з наукових джерел. Виразність – доступність тексту для розуміння. Інтерпретація теми глибока й самотійна, переважає авторська модальність й оцінність. Загальна форма викладу відповідає

		жанру академічного есе; виклад зрозумілий і чіткий; стиль викладу відповідає академічним стандартам. Багатий словниковий запас, лексичні (зокрема термінологічні) та стилістичні засоби використовуються повністю адекватно й виразно. Наведені доведення логічні і обґрунтовані; сформульовані тези переконливі, супроводжуються грамотною аргументацією власної позиції; подаються альтернативні погляди на проблему та їх особиста оцінка автором; доречно й грамотно використовуються прийоми порівняння, зіставлення й узагальнення; судження свідчать про самостійність мислення і широту кругозору автора. Текст повністю відповідає вимогам точності й правильності мовлення; допущені окремі (1-2) мовленнєві або стилістичні огріхи.
--	--	--

Критерії оцінки підсумкового контролю (екзамен)

Для навчальної дисципліни «Психотерапія» за навчальним планом передбачено підсумковий контроль у формі усного екзамену у 2 семестрі, відводиться 20 балів. Здобувач вищої освіти може скласти екзамен, якщо кількість отриманих впродовж вивчення дисципліни балів не менше як 40. Накопичені здобувачем бали під час вивчення навчальної дисципліни не анулюються, а сумуються. Оцінка за екзамен не може бути меншою за кількість накопичених ним балів.

Бали	Критерії
0 балів	Здобувач не відповідає на запитання.
1-5 балів	Здобувач розпізнає деякі об'єкти вивчення та визначає їх на побутовому рівні, може описувати деякі об'єкти вивчення; має фрагментарні уявлення з предмета вивчення; використовує елементарні прийоми виконання практичного завдання.
6-10 балів	Здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; виконує частину практичного завдання.
11-15 балів	Здобувач надає відповіді на запитання в цілому правильні, але здобувач припускається помилок у визначеннях. Здобувач робить власні висновки, наводить приклади практичного використання; виконує практичне завдання з незначними огріхами.

16-20 балів	Здобувач надає відповіді на запитання повні, обґрунтовані, логічно побудовані, з прикладами практичного використання; відповідаючи, здобувач розмірковує, робить власні висновки виконує правильно практичне завдання.
-------------	--

Критерії оцінювання за всіма видами контролю

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90-100 A)	Здобувач демонструє міцні знання навчального матеріалу в обсязі, що відповідає програмі навчальної дисципліни, правильно й обґрунтовано приймає необхідні рішення в різних нестандартних ситуаціях; реалізує теоретичні положення навчальної дисципліни виконуючи практичні завдання у сфері психотерапії. При виконанні практичних завдань проявляє вміння самостійно вирішувати поставлені завдання, активно включається в обговорення, відстоює власну точку зору в питаннях та рішеннях, що розглядаються. Оцінка нижче 100 балів обґрунтовується недостатнім розкриттям теоретичних питань навчальної дисципліни, або тим, що студент проявляє невпевненість в тлумаченні теоретичних положень чи складних практичних завдань.
Добре (82-89 B)	Здобувач демонструє знання, володіння матеріалом в обсязі, що відповідає програмі навчальної дисципліни, робить на їхній основі аналіз можливих ситуацій та вміє застосовувати теоретичні положення при вирішенні практичних задач у сфері психотерапії, але припускається несуттєвих помилок. При виконанні практичних завдань, здобувач самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких є незначною.
Добре (74-81 C)	Здобувач володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, знає основні теоретичні положення, що відповідають програмі навчальної дисципліни, аналізує можливі практичні ситуації та вирішує їх, але припускається помилок які усуває за підтримки з боку викладача або однокурсників. Пояснює основні положення, дає правильні відповіді щодо зміни психологічних форм, методів роботи у сфері психотерапії. Помилки у відповідях не є системними, впевнено працює за алгоритмом.
Задовільно (64-73 D)	Здобувач розуміє основні положення навчальної дисципліни, котрі є визначальними і орієнтується у напрямі вирішення практичних завдань. Здобувач розуміє практичні завдання, має пропозиції щодо напрямку їх вирішення. Самостійно вирішує завдання за зразком, допускає значну кількість неточностей, помилок, котрі усуває під керівництвом викладача, підтримки з боку однокурсників. Розуміє основні правила, морально-етичні норми у сфері психотерапії.

<p>Задовільно (60-63 E)</p>	<p>Здобувач поверхнево опанував навчальний зміст, передбачений програмою навчальної дисципліни, володіє основними положеннями на мінімально допустимому рівні. Знання щодо організації психологічної роботи у сфері психотерапії несистемні, фрагментарні. Виконання практичних завдань, формалізоване: є відповідність алгоритму, виконує практичні завдання за підтримки з боку викладача зі значними труднощами; демонструє нестійкі навички міжособистісної взаємодії, але відсутнє глибоке розуміння логіки терапевтичного впливу в різних напрямках психотерапії і також вимоги до кваліфікації психотерапевта.</p>
<p>Незадовільно (35-59 FX)</p>	<p>Здобувач має фрагментарні знання, опанувавши менше половини обсягу навчального змісту, передбаченого програмою навчальної дисципліни. Відсутнє цілісне усвідомлення навчального матеріалу. Здобувач працює пасивно, практичні завдання виконує переважно з помилками, виправляє помилки лише при виконанні нескладних практичних завдань. Здобувач допускається до повторного складання.</p>

СЛОВНИК

Аутентичність – можливість залишатися вірним собі, не змінюючи свою справжню сутність в залежності від обставин.

Відреагування – дії, спрямовані на психотерапевта, які клієнт виражає у відношенні до свого оточення з різних причин, таких як страх, повага, несміливість або закоханість у терапевта.

Гуманістична психотерапія – психотерапевтичний підхід, що ґрунтується на позитивному розумінні людської природи і розглядає психосоматичні симптоми та психологічні проблеми як результат впливу негативних соціальних чинників і невігідних умов життя.

Грубий опір – поведінка клієнта, що проявляється у порушеннях графіку терапевтичної роботи (запізнення, пропуски сесій і т. д.) або у відмові співпрацювати.

Дазайн-аналіз – психотерапевтичний підхід, який базується на аналізі індивідуального буття людини і розглядає його як високу цінність.

Децентрація – здатність змінювати свої погляди і позиції шляхом порівняння їх із поглядами і позиціями інших людей, що допомагає подолати егоцентризм.

Дистанціювання – можливість об'єктивно розглядати автоматичні дії, які відбуваються без участі свідомості.

Екзистенціальна психотерапія – форма психотерапії, яка акцентує на увазі, повазі і активному вивченні терапевтом всіх аспектів індивідуального буття (екзистенції) клієнта, не спрямовуючи своїх зусиль на виявлення патологічних чи неефективних аспектів його життя, поведінки і діяльності.

Екзистенційна фрустрація – це явище, яке виявляється у відчуттях нудьги, апатії, порожнечі та цинізму у суб'єктивному сприйнятті людиною. Це свідчення духовного страждання, а не патологічних змін у психіці.

Екзистенційний вакуум – це внутрішня порожнеча і відчуття втрати сенсу та мети життя.

Ефект часткового підкріплення – це феномен поведінки, коли певне підкріплення, хоча і не постійне, викликає бажану дію.

Ідентифікація – це несвідомий процес уподібнення себе іншій значущій особі. Вона може бути проєктивною (коли суб'єкт ідентифікує себе з об'єктом своєї проєкції), анаклітичною (коли суб'єкт прагне бути схожим на впевнену в собі особу) або нарцисичною (коли суб'єкт ідентифікує себе з рисами свого ідеального образу).

Інтенціональність – це основне спрямування свідомості до сприйняття світу, виражене у формуванні відношення до об'єкта і прагненні особистості досягти своїх цілей.

Когнітивна психотерапія – це комплекс методів психотерапії, які базуються на ідеї пріоритету свідомого і раціонального аспекту психіки у вирішенні психологічних проблем, зокрема особистісних і емоційних.

Клієнт-центрована психотерапія – це напрямок, який акцентує увагу на активізації природної тенденції організму і психіки до саморозвитку та самоорганізації шляхом глибокого і спільного контакту між клієнтом і терапевтом. Мета полягає в досягненні внутрішньої гармонії і задоволення від життя.

Когніції – це вербальні вислови суджень або образи сприйняття у будь-якій модальності, пов'язані з переконаннями, установками і уявленнями, які лежать в їхній основі.

Конгруентність – це узгодженість між внутрішнім переживанням терапевта і його зовнішньою поведінкою у відношенні до клієнта.

Контрперенос – це симетричне ставлення терапевта до клієнта, або "зворотний" трансфер, який може виникнути у будь-яких терапевтичних відносинах, навіть коли терапевт працює за неаналітичними парадигмами. Відмінною рисою контрпереносу є те, що він не завжди проходить через аналіз. Контрперенос може бути комплементарним (коли аналітик уособлює риси і якості, яких клієнтові бракує у відносинах з раннього дитинства) або

конкордантним (коли характеристики значущих людей клієнт приписує терапевтові).

Логотерапія – це метод психотерапії, розроблений Віктором Франклом, який включає в себе систему філософських, психологічних і медичних концепцій щодо природи та сутності людини, механізмів розвитку особистості як у нормі, так і в патології, і шляхи корекції аномалій в розвитку особистості. Антропологічна концепція Віктора Франкла передбачає єдність трьох аспектів людини: 1) соматичного, пов'язаного зі збереженням тілесного функціонування; 2) психічного, пов'язаного з динамікою психічних процесів, таких як емоції, комплекси та потяги; 3) ноетичного, що виявляється в духовній силі та бажанні знаходити сенс у житті.

Нарцисизм – це ідеалізація власного "Я", прагнення створювати враження про себе як про ідеальну істоту – розумну, красиву та досконалу. Також це може включати ненаситний пошук підтримки цієї ілюзії від оточення.

Невроз – це легкий рівень психічного розладу, коли людина відчуває різні негаразди, як душевні, так і фізичні, але продовжує адекватно функціонувати у суспільстві і спілкуватися з іншими.

Негативна терапевтична реакція – це прояви поведінки клієнта, які вказують на його небажання завершувати терапію.

Опір – це конкретна установка пацієнта на відмову від прийнятих знань, які виявилися в результаті інтерпретації його підсвідомого вмісту і прихованих бажань.

Психологічний захист – це стійкі способи сприйняття і способи переживання світу, які допомагають людині перетворювати окремі аспекти реальності так, щоб вони виглядали більш комфортно, безпечно і сприятливо.

Психосоматичний резонанс – це психосоматична відповідь тіла терапевта на процеси і реакції, які відбуваються у тілесній сфері клієнта під час психотерапії.

Психотерапія – це галузь психології, яка вивчає механізми, методи і техніки надання професійної психологічної допомоги з метою вирішення проблем, звільнення від психосоматичних симптомів або активації потенціалу особистісного розвитку.

Раціонально-емотивна терапія (РЕТ) – це психотерапевтичний підхід, який спрямований на корекцію ірраціональних думок та переконань і відповідної негативної емоційної реакції, що вони викликають.

Регресія – це спроба людини захистити себе від серйозної загрози її життєвим цінностям або психічному та фізичному здоров'ю шляхом повернення до попередніх етапів розвитку.

Терапевтичний альянс – це угода між психотерапевтом і клієнтом щодо проблеми, яка буде розв'язана під час терапії та досягнення спільною згодою прийняттого результату.

Трансфер – це явище перенесення на психотерапевта емоційних ставлень пацієнта до близьких людей.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Астремська І. В. Прикладні методика та основи супервізії в соціальній роботі : навчальний посібник. Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2017. 396 с.
2. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. Острог-Київ: Вид-во «Острозька академія», «Кондор». 530 с.
3. Карпенко Є. В. Методи сучасної психотерапії : навч. посіб. Дрогобич : Посвіт, 2015. 116 с.
4. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб. Вид 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
5. Основи психотерапії : навч. посіб. / за ред. К. В. Седих, О. О. Фільц. К. : Академія, 2017. 192 с.

Допоміжна література:

1. Вейстбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів: Свічадо, 2014. 420 с.
2. Каліна Н. Ф. Психотерапія : підручник. К. : «Академвидав», 2010. 288 с.
3. Бурлачук Л. Ф., Кочарян А. С, Жидко М. Е. Психотерапія. Психологические модели. Учебник для вузов. К. : Академія, 2012. 496 с.
4. Слободянюк І. А. Основи клієнт центрованої психотерапії : навч. посіб. К. : Навчально-методичний центр «Консорціум із удосконалення менеджмент-освіти в Україні», 2012. 136 с.
5. Hess A. K. (ed) Psychotherapy supervision: Theory, research, and practice. New York : Wiley, 1980.

Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт.
URL: www.mon.gov.ua

2. Електронно-бібліотечна система. URL: <http://znanium.com/>

3. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського : офіційний сайт.

URL : <http://www.nbuv.gov.ua/>

4. Одеська національна наукова бібліотека : офіційний сайт.

URL : <http://odnb.odessa.ua/>

5. Бібліотека Університету Ушинського : офіційний сайт.

URL : <https://library.pdpu.edu.ua/>

6. Портал професійних психологів України «У психолога» : офіційний сайт.

URL : <http://upsihologa.com.ua/>

7. Електронна англomовна бібліотека : офіційний сайт.

URL : <http://pl.bookos.org/>