

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»



Соціально-гуманітарний факультет
Кафедра психіатрії, медичної, спеціальної психології

ВЕНГЕР Г.С.
МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ З ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОТЕРАПІЯ. ПРАКТИКИ ВПЛИВУ»
для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня вищої
освіти спеціальності 053 Психологія
спеціалізації «Клінічна та реабілітаційна психологія»

*Рекомендовано до друку рішенням Вченої ради
Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний
Університет імені К.Д. Ушинського»
(Протокол № від грудня 2023 р.)*

Автор:

Венгер Г.С., старший викладач кафедри психіатрії, медичної та спеціальної психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», кандидат психологічних наук.

Рецензенти:

Савенкова І.І – доктор психологічних наук, професор кафедри психіатрії, медичної та спеціальної психології Одеського Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського.

Чугуєва І.Є. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, філософії та соціально-гуманітарних дисциплін Національного Університету Кораблебудування ім. адмірала Макарока.

Рекомендовано до друку вченою радою Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (протокол № 5 від 29.11. 2023 р.).

УДК: 615.851(07)

Венгер Г. С. Методичні рекомендації з дисципліни «Психотерапія. Практики впливу» для здобувачів другого (магістерського) рівня спеціальності 053 «Психологія» за ОПП «Клінічна та реабілітаційна психологія». – Одеса : Університет Ушинського, 2023. – 48 с.

Методичні рекомендації 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 пояснювальну записку, вказівки щодо організації практичної роботи студентів, мету та зміст практичної роботи з дисципліни «Психотерапія. Практики впливу», приклади тестових завдань, психокорекційної програми, а також список літератури.

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

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

«Психотерапія. Практики впливу» є дисципліною, що формує систему знань про основи основних напрямків психотерапії в галузі клінічної психології, зі змістом дослідницької та практичної діяльності психологів у відповідності до вимог; ознайомлення з предметом, об'єктом, базовими категоріями, завданнями, принципами, формами й методами дослідження в клінічній психології, психологічним інструментарієм при психодіагностиці психічних процесів, особистісних особливостей, пов'язаних з практичною роботою клінічних психологів.

Мета навчальної дисципліни «Психотерапія. Практики впливу»: надання здобувачам уявлення щодо основ психотерапії; ознайомлення зі змістом психотерапії у діяльності клінічних психологів у відповідності до вимог роботи психолога; ознайомлення з предметом, об'єктом, базовими категоріями, завданнями, принципами, формами й методами психотерапії, що впливають на свідомість особистості майбутнього психолога; оволодіння навиками у психотерапії, методами емпіричного та теоретичного дослідження.

Статус дисципліни. Навчальна дисципліна «Психотерапія. Практики впливу» є обов'язковим предметом освітньо-професійної програми підготовки здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «магістр» за спеціальністю 053 «Психологія». Зміст дисципліни забезпечує спеціальну підготовку майбутніх психологів відповідно до сучасних вимог.

Передумови для вивчення дисципліни. Передумови для вивчення дисципліни: для вивчення навчальної дисципліни «Психотерапія. Практики впливу» здобувачі мають опанувати знання з таких навчальних дисциплін, як «Загальна психологія», «Експериментальна психологія», «Сімейна психологія», «Психосоматика», «Клінічна психологія».

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен знати:

- теоретичні основи психотерапії;
- методи емпіричного та теоретичного дослідження;
- формування умінь та навичок у студентів-магістрів:
- підбирати методи, засоби, форми проведення психотерапії;
- підвищувати рівень своєї компетентності як фахівця;
- принципи та методи сучасної психотерапії;
- етичні моменти проведення психотерапії;
- особливості впливу на особистість;
- техніки впливу на особистість;
- основні арт-терапевтичні напрями в роботі психолога;
- критерії ефективності;

Основні форми роботи в процесі вивчення дисципліни: лекції, практичні, семінарські заняття, самостійна робота.

На лекційних заняттях студенти засвоюють теоретичний матеріал з курсу, окресленого навчальною програмою. Також, студентам варто відвідувати лекційні заняття через їх інформативно-консультаційний характер. На лекційних заняттях студент засвоює базову інформацію щодо конкретної теми, у відповідності до навчальної програми, отримує певні орієнтири у науковій літературі (необхідні для подальшого самостійного наукового пошуку) та мають змогу під час заняття отримати відповіді на незрозумілі або спірні питання. Елементом самостійної роботи студентів у цьому відношенні може бути робота із власним конспектом лекцій для повторювання матеріалу, формулювання коментарів, питань, виявлення моментів, що потребують уточнення або у науковій літературі, або завдяки консультаціям з викладачем. Робота з конспектом також є корисною перед наступною лекцією (для пригадування попереднього матеріалу), або перед семінаром. Нами також запропоновані опорні конспекти лекцій, якщо студент, в разі певних обставин, не зміг бути присутнім на лекції, він може

попрацювати самостійно з опорним конспектом і опанувати теоретичний матеріал. Є теми, які під час лекцій не розглядаються. Вони вивчаються студентами самостійно і конспектуються.

На семінарських, практичних заняттях на основі самостійного опрацювання психологічної та інформаційно-довідникової літератури студенти набувають та поглиблюють нові знання, розкривають суть окремих питань та психологічних проблем, пов'язаних з темами занять.

Важливою частиною процесу навчання є семінарські та практичні заняття, які можуть бути як академічними так і інноваційними. Але проведені у будь якій формі, вони потребують попередньою самостійної роботи студентів. У процесі підготовки до семінарських/практичних занять студентам варто слідувати методичним порадам щодо підготовки до занять, а також використовувати різні види самостійної роботи, такі, як зокрема, підготовка розгорнутого плану відповіді на питання, підготовка тез виступу, конспект джерел (наукової літератури або навчальної літератури, джерел), підготовка схем, таблиць, написання есе.

Головною формою роботи студентів є самостійна робота. Адже будь-яка освіта є перш за все самоосвітою. Якою б плідною не була б робота викладача, але без відповідної самостійної роботи студента вона не дасть якісних результатів. Оскільки лише сам студент, отримавши від викладача відповідні рекомендації, консультації тощо, може переосмислити отриману інформацію, виробити критичне бачення, поглибити власні знання й, в решті решт, напрацювати власну точку зору та власну позицію щодо обговорюваних проблем.

У процесі самостійної роботи студенти мають оволодіти вміннями та навичками:· організації самостійної навчальної діяльності;· самостійної роботи в бібліотеці з каталогами;· роботи з навчальною, навчально-методичною, науковою, науково-популярною літературою;· конспектування літературних джерел;· роботи з довідковою літературою;· опрацювання першоджерел.

Кожний студент повинен уміти раціонально організувати свою навчальну самостійну діяльність. Важливим є вміння скласти план своєї роботи, чітко визначити її послідовність. Необхідно, щоб план самостійного навчання був реальним і його виконання приводило до плідних наслідків у навчальному процесі. Самостійна робота дає змогу навчити студентів свідомо працювати не тільки з навчальним матеріалом, а й з науковою інформацією, закласти основи самоорганізації та самовиховання, підвищувати свій професійний рівень.

Конспект є стислим викладом основної сутності опрацьованого літературного матеріалу. Конспект має бути стислим, змістовним і записаним своїми словами і формулюваннями. Класичні визначення, оригінальні думки, вислови слід записувати до конспекту повністю з посиланням на автора, джерело і сторінку. У процесі конспектування важливо витримувати логічний зв'язок між окремими складовими тексту. У тексті конспекту корисно підкреслювати найважливіші теоретичні положення, визначення, висновки і робити помітки на полях. Систематичне конспектування опрацьованого матеріалу дисциплінує розум, відпрацьовує вміння формулювати свої думки в короткій змістовній формі, сприяє кращому засвоєнню навчального матеріалу.

Вивчення курсу «Психотерапія. Практики впливу» супроводжується складанням схем, таблиць та їхнім подальшим аналізом. Схеми, які складаються студентами, повинні бути наочними, змістовними, логічно обґрунтованими. Великий обсяг інформації доцільно зводити в таблиці, це впорядковує дані, робить їх зручнішими для сприйняття. Для глибокого та якісного засвоєння навчального матеріалу перш за все рекомендується детально ознайомитися з робочою навчальною програмою дисципліни, переліком літератури, змістом та методичними рекомендаціями щодо підготовки до лекційних, семінарських занять, а також завданнями самостійної роботи, питаннями, що винесені на іспит, а також – критеріями оцінювання роботи. Це допоможе на початковому етапі зорієнтуватися у

новому предметі, уявити його внутрішню логіку, послідовність розгляду тем та накреслити загальний план роботи протягом часу, відведеного на вивчення дисципліни.

На що слід звернути увагу студентам у процесі підготовки до кожної окремої теми. Щоб підготувати тему ви маєте прослухати і тезово законспектувати лекцію викладача з теми. Самостійну роботу слід розпочати з відтворення у пам'яті, прослуханої лекції, звернувшись до власного конспекту. Наступним кроком є ознайомлення з літературою, рекомендованою викладачем, та у списку літератури до кожної теми. Не слід обмежуватися одним підручником. Викладач, як правило, рекомендує кілька джерел, де тема висвітлена найкраще. Опрацювавши літературу, переходьте до роботи над дидактичними завданнями, які пропонуються до окремих тем. Якщо студент претендує на високу оцінку він виконує усі завдання самостійної роботи.

Усі зазначені види завдань мають бути виконані у письмовому вигляді в зошиті для семінарських занять, а також окремому зошиті для самостійної роботи. Виконані завдання здаються в індивідуальному порядку під час консультацій або часу відведеному на захист самостійних робіт.

При вивченні даного курсу передбачаються такі види самостійної роботи: підготовка доповіді на семінарське заняття; виконання самостійних завдань завдань; виконання індивідуального науково-дослідного завдання; опрацювання тестових завдань для контролю знань і підготовки до іспиту.

Вагомою складовою самостійної роботи студентів є виконання індивідуальних науково-дослідних завдань. У другому розділі запропоновані методичні рекомендації до підготовки і захисту ІНДЗ, а також тематику рефератів, курсових і індивідуальних науково-дослідних завдань.

Для успішного засвоєння навчального курсу слід дотримуватися вимог та рекомендацій, викладених у методичних матеріалах. Методичні рекомендації були підготовлені відповідно до тем, передбачених навчальною програмою з курсу «Психотерапія. Практики впливу».

ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

При підготовці до занять необхідно:

1. Опрацювати лекційний матеріал за конспектом.
2. Підготуватися до практичних занять, використавши лекційний матеріал та законспектувавши рекомендовані до теми літературні джерела.
3. Занотувати основні поняття за темою практичного заняття та їх значення.
4. Законспектувати питання, які виносяться на самостійне опрацювання до відповідної теми семінарського заняття.
5. Виконати домашнє завдання, яке передбачено темою практичного заняття.

Практичне заняття 1

Тема 1. Сутність психотерапії.

Навчальна мета заняття – закріпити і поглибити знання за темою.

Ключові слова: психотерапія, психотерапевт, пацієнт.

Обговорення теоретичних питань

1. Психотерапія як наука.
2. Історичний нарис розвитку психотерапії.
3. Загальна характеристика психотерапевтичних напрямків.
4. Принципи психотерапевтичних практик.
5. Класифікація психотерапевтичних підходів.
6. Фактори ефективності психотерапії.

Питання для дискусійного обговорення

Історія становлення психотерапії, наукові дослідження.

Завдання для самоперевірки і самостійної роботи :

Робота в малих групах.

1. Дати характеристику факторам ефективності психотерапії.
2. Скласти таблицю щодо предмета, завдання та структури головних напрямків психотерапії.

Предмет психотерапії	Завдання психотерапії	Структура головних	Примітка (використана
-------------------------	--------------------------	-----------------------	--------------------------

		напрямків психотерапі	література)

3. Робота в групах. Кожна група – прихильник однієї з класифікацій психотерапевтичних підходів. Потрібно привести якомога більше аргументів на користь «своїх» класифікацій. Результати доповісти на практичному занятті.

4. Із матеріалу, що надається на лекційних, практично-семінарських заняттях, вибрати 3-4 філософа або психолога (на вибір студента) та за поданим алгоритмом систематизувати інформацію.

Упродовж вивчення теми студентам пропонується підготувати матеріал за такою схемою:

Філософ, психолог, психотерапевт	Біографічні відомості	Основні ідеї щодо психотерапії	Афоризми, висловлювання

5. На основі вивчення списку літератури з дисципліни «Психотерапія. Практики впливу» написати реферат на тему «Класифікація психотерапевтичних підходів».

Форма контролю: захист реферату.

Домашнє завдання:

1. Створіть картотеку публікацій з періодичної преси, в яких би розкривалася проблематика психотерапії.

2. Письмо дайте відповіді на наступні питання:

- Що визначає психотерапію як галузь практичної психології?
- Які методи психотерапії існують?
- Які можливі форми психотерапії існують?
- Які техніки використовуються в психотерапії?

- Що включає в себе процес психотерапії?
- Які основні завдання психотерапії?
- Які виклики можуть виникнути при роботі з різними віковими групами в психотерапії?
- Як можна забезпечити тривалий і стійкий ефект від психотерапії після завершення сесій?
- Як враховуються фактори розвитку особистості в психотерапевтичному процесі, і як це може впливати на підбір методів психотерапії?
- Як ви оцінюєте важливість взаємодії між тілом та розумом у психотерапії, і як це може впливати на результати терапії?
- Як технологічні інновації, такі як віртуальна реальність або онлайн-терапія, змінюють ландшафт психотерапії?
- Які основні принципи роботи в груповій терапії та в яких випадках це може бути ефективним?
- Які різновиди психотерапії вам відомі, і як вони відрізняються один від одного?
- Як важливо враховувати культурні різниці у процесі психотерапії, і які виклики це може створювати для терапевта?
- Як ви розглядаєте питання конфіденційності в психотерапії та в яких випадках може бути виняток з цього принципу?

2. Підготуйтеся до дискусії на тему: «Що є предметом вивчення психотерапії сьогодні?».

3. Розробіть схему-ілюстрацію «Структура психотерапії»

4. Законспектувати: міждисциплінарний зв'язок психотерапії з іншими науками.

5. Виписати відомих сучасних вітчизняних і закордонних психотерапевтів.

Оформити в таблицю.

<i>Відкриття, актуальні дослідження</i>	<i>Вітчизняні психотерапевти</i>	<i>Закордонні психотерапевти</i>
---	----------------------------------	----------------------------------

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Психотерапія як професійна діяльність.
2. Визначення, цілі і завдання психотерапії. Відмінності психотерапії і індивідуального консультування.
3. Сутність медичної та психологічної моделі психотерапії; індивідуальна і групова, сімейна і дитяча види психотерапії.
4. Особистість психотерапевта. Професійні якості та властивості.
5. Етичні та юридичні аспекти психотерапевтичної діяльності. Навчання психотерапії.
6. Психоаналіз. Роль конфлікту у генезі неврозу, захисні механізми.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Бурлачук Л. Ф., Грабська І. А., Кочарян А. С. Основи психотерапії : навч. посібник. Київ : Ніка-Центр, 1999. 321 с.
2. Введення в психотерапію / за ред. С. Блоха. Амстердам, 1997. 280 с.
3. Дазайн-аналіз в філософії та психології / за ред. Г. М. Кучинського. Мінськ : ЄГУ, 2001. 204 с.
4. Енциклопедія глибинної психології : у 4 т. / гол. ред. Д. Айке. Київ : Інтерна, 1998. Т. 1. 800 с.
5. Каліна Н. Ф. Лінгвістична психотерапія. Київ, 2000. 282 с.
6. Каліна Н. Ф. Психотерапія : підручник. Київ : Академвидав, 2010. 288 с.

Практичне заняття 2

Тема 2. Пленарна дискусія «Особистість психотерапевта».

Навчальна мета заняття – закріпити і поглибити знання за темою.

Ключові слова: особистість, професійний стиль, синдром професійного вигорання.

Обговорення теоретичних питань

1. Психологічний портрет особистості психотерапевта.
2. Основні маркери в роботі психотерапевта.

3. Базові якості особистості психотерапевта.
4. Професійний стиль психотерапевта.
5. Синдром професійного вигорання та методи його подолання.

Питання для дискусійного обговорення

Харизма в сучасного психотерапевта.

Завдання для самоперевірки і самостійної роботи

(робота в малих групах) Завдання:

1. Поясніть, які основні маркери в роботі психотерапевта?
 2. Порівняйте психологічний портрет психотерапевта та клінічного психолога.
 3. Розкрийте значення синдрому професійного вигорання та методи його подолання.
 4. Опишіть професійний стиль психотерапевта.
 5. Поясніть висловлювання:
«Сучасний психотерапевт має бути на хвилі часу».
 8. Складіть схему основних етапів психотерапевтичного впливу.
 9. Аналіз професіограми психотерапевта.
 10. Мозковий штурм на тему: «Особистісні якості психотерапевта»
- Результати доповіді на практичному занятті.

Домашнє завдання:

1. Скласти таблицю базових якостей психотерапевта.

Опорна таблиця «Базові якості психотерапевта»

Базові якості для теоретичного кейсу	Базові якості для практичного кейсу

2. Порівняти основні підходи щодо вивчення синдрому професійного вигорання.
3. Дати письмо відповіді на наступні запитання:

- Які можливі форми психотерапії існують, і як вони можуть відрізнятися від однієї до іншої?
- Які фактори впливають на вибір терапевтичного підходу для конкретного клієнта?
- Як трансфер та контртрансфер впливають на взаємодію між терапевтом і клієнтом, і чому це важливо в психотерапії?
- Як визначається та вимірюється успіх психотерапевтичного втручання?
- Як важливі етичні принципи у психотерапії, і як вони впливають на взаємодію між терапевтом і клієнтом?
- Що означає термін "інтеграційний" в контексті психотерапії та як використання різних методів може бути корисним для клієнтів?
- Які основні завдання психотерапії та як вони впливають на психічне благополуччя клієнтів?
- Які основні елементи включає в себе процес психотерапії та як вони сприяють досягненню цілей терапії?
- Які техніки використовуються в психотерапії для покращення психічного здоров'я? Наведіть конкретні приклади.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Бурлачук Л. Ф., Грабська І. А., Кочарян А. С. Основи психотерапії : навч. посібник. Київ, 1999. 321 с.
2. Введення в психотерапію / за ред. С. Блоха. Амстердам; Київ : Сфера, 1997. 280 с.
3. Дазайн-аналіз в філософії та психології / за ред. Г. М. Кучинського. Мінськ : ЄГУ, 2001. 204 с.
4. Енциклопедія глибинної психології : у 4 т. / гол. ред. Д. Айке. Київ : Інтерна, 1998. Т. 1. 800 с.
5. Каліна Н. Ф. Лінгвістична психотерапія. Київ : Академвидав, 2000. 282 с.
6. Каліна Н. Ф. Психотерапія : підручник. Київ : Академвидав, 2010. 288 с.

Тема 3. Основні поняття та етапи розвитку арт-терапії.

Навчальна мета заняття – закріпити і поглибити знання за темою.

Ключові слова: арт – терапія, класифікації, мистецтво, терапія.

Обговорення теоретичних питань

1. Поняття і категорії арт – терапії.
2. Класифікація методів арт – терапії.
3. Вимоги до арт-терапевтичного кабінету.
4. Психологічний портрет арт – терапевта.
5. Символізм продукту творчості клієнта.
6. Історія розвитку арт-терапії.
7. Сучасне становище терапії мистецтвом.
8. Теорії арт-терапії.

Питання для дискусійного обговорення

Потужний простір арт – терапії та можливості сьогодення.

Завдання для самостійної роботи:

Робота в малих групах.

1. Проаналізуйте принципи з і зміст роботи арт – терапевта.
2. Проаналізуйте сучасне становище арт – терапії, інноваційні підходи.
3. Розробіть рекомендації арт-терапевту щодо обладнання кабінету.
4. Розгляньте сучасне становище терапії мистецтвом.

Результати доповіді на практичному занятті.

Домашнє завдання:

1. Скласти тези чи стислий конспект до запропонованих питань: методи арт – терапії; особливості психологічного портрета арт – терапевта; історія розвитку арт – терапії.

2. На основі вивчення теми «Основні поняття та етапи розвитку арт-терапії» скласти опорну схему основних понять арт – терапії.

3. Заповніть таблицю «Класифікація методів арт – терапії»

Назва методу арт – терапії	Характеристика	Специфіка застосування

3. Оформіть психологічний словник з теми.
4. Дайте письмово відповідь на наступні запитання: Дайте визначення поняття арт-терапія.

- Історія розвитку арт-терапії;
- мета арт-терапії;
- назвіть основні завдання арт-терапії;
- перерахуйте форми арт-терапії;
- обґрунтуйте основні процедури арт-терапії;
- розмежуйте основні види арт-терапії;
- основні техніки арт-терапії.

5. Тестові завдання для перевірки знань (вибрати правильну відповідь)

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Арт-терапия / сост. и общ. ред. А. И. Копытина. СПб. : Питер, 2001. 320 с.
2. Арт-терапия в эпоху постмодерна / под ред. А. И. Копытина. СПб. : Питер; Семантика, 2002. 224 с.
3. Грегг М. Тайный мир рисунка; пер. с англ. СПб. : Демитро, 2003. 176 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Игры в сказкотерапии. СПб. : Речь, 2006. 208 с.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. СПб. : Златоуст, 1998. 352 с.

Практичне заняття 4.

Тема 4. Діагностичні та психотерапевтичні можливості арт-терапії.

Навчальна мета заняття: ознайомитись і опрацювати алгоритм дослідження.

Ключові слова: малюнок, художні матеріали, емоційний стан, кольор, техніка, психотерапевтичний вплив.

Обговорення теоретичних питань

1. Діагностичні можливості малюнка.
2. Особливості вибору художніх матеріалів.
3. Діагностика емоційного стану за кольором.
4. Діагностичний потенціал і можливості арт-терапевтичних технік.
5. Основні фактори психотерапевтичного впливу в арт-терапії при роботі з різними художніми матеріалами.
6. Показання та протипоказання для арт-терапевтичних технік.

Питання для дискусійного обговорення

Переваги Діагностичних та психотерапевтичних можливостей арт-терапії.

Завдання для самостійної роботи:

Питання для дискусії (робота в малих групах)

1. Які існують можливості діагностики емоційного стану за кольором? (конспект).
2. Зробіть колаж арт – терапевтичної техніки.
3. Пропишіть арт – терапевтичну техніку за планом (назва, мета, обладнання, хід проведення, апробація результатів)
4. Складіть схему основних факторів психотерапевтичного впливу в арт – терапії.
5. Скласти порівняльну таблицю використання різних форм арт – терапії з різними віковими категоріями. Результати доповісти на

практичному занятті..

6. Круглий стіл «Основні поняття та етапи розвитку арт-терапії».
7. Проаналізуйте показання та протипоказання для арт-терапевтичних технік.
8. Оцініть можливості діагностики емоційного стану за кольором.

Результати доповіді на практичному занятті.

Домашнє завдання:

1. Скласти порівняльну таблицю використання різних форм арт - терапії їх суттєві відмінності.

Опорна таблиця «Форми арт – терапії, їх суттєві відмінності»

Форми арт – терапії	Суттєві відмінності

Результати доповіді на практичному занятті.

2. Складіть словник психологічних термінів з даної теми на основі аналізу психологічної літератури.
3. Надайте письмово відповіді на наступні запитання:
 - Перерахуйте види арт-терапії, які Ви знаєте, дайте короткий опис.
 - Яка мета арт-терапії?
 - Назвіть переваги методу арт-терапії
 - Перерахуйте терапевтичні можливості арт-терапії
 - Який алгоритм проведення сказко-терапії Ви можете запропонувати?
 - Чому мистецтво є психотерапевтичним по своїй природі?

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Арт-терапия / за ред. А. И. Копытина. СПб. : Питер, 2001. 320 с.
2. Арт-терапия в эпоху постмодерна /за ред. А. И. Копытина. СПб. : Питер; Семантика, 2002. 224 с.
3. Грегг М. Тайный мир рисунка. СПб. : Демитро, 2003. 176 с.

4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Игры в сказкотерапии. СПб. : Речь, 2006. 208 с.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. – СПб. : Златоуст, 1998. 352 с.

Практичне заняття 5

Тема 5. Ізотерапія.

Навчальна мета заняття практичного – закріпити і поглибити знання за темою.

Ключові слова: ізотерапія, мандала, психотерапевтичний прийом, проекція, психодіагностика.

Обговорення теоретичних питань

1. Художні матеріали.
2. Особливості сприйняття продуктів творчості клієнтів в ізотерапії.
3. Основні етапи ізотерапії. Ізотерапія з дітьми та дорослими.
4. Створення мандал у якості психотерапевтичного прийому.
5. Мандала як проективний засіб.
6. Психологічний зміст форми.
7. Використання мандали у психодіагностиці та психотерапії.

Питання для дискусійного обговорення

Переваги ізотерапії сьогодні можна побачити.

Завдання для самостійної роботи:

Питання для роботи в малих групах:

1. Скласти порівняльну таблицю «Основні етапи ізотерапії»

Результати доповісти на практичному занятті.

2. Визначте особливості ізотерапії в роботі з дітьми.
3. Визначте особливості ізотерапії в роботі з дорослими.

Результати доповісти на практичному занятті

Домашнє завдання:

1. Практично відпрацювати техніку з певною віковою категорією (діти чи дорослі) Результати доповісти на практичному занятті.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
2. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посібник Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
3. Орловська О.А. Казкотерапія як метод символ-драми в роботі психолога та соціального працівника : навч.-метод. посібник. Одеса : Гельветика, 2020. 164 с.

Практичне заняття 6

Тема 6. Казкотерапія.

Навчальна мета заняття практичного – закріпити і поглибити знання за темою.

Ключові слова: казкотерапія, психологічний аналіз.

Обговорення теоретичних питань

1. Функції казок.
2. Принципи та схема психологічного аналізу казок.
3. Основні етапи психологічного аналізу казок.
4. Фактори ефективності казкотерапії.
5. Можливості роботи з казками.
6. Особливості казкотерапії з дітьми та дорослими.

Питання для дискусійного обговорення

Ефективність методу казкотерапії в сучасності.

Завдання для самостійної роботи:

Питання для роботи в малих групах:

1. Скласти порівняльну таблицю «Основні етапи казкотерапії»
Результати доповісти на практичному занятті.
2. Оцініть можливості використання мандали у психодіагностиці.

3. Створення мандали внутрішнього балансу.

Результати доповіді на практичному занятті.

4. Аналіз особистісних якостей казкотерапевта. Запишіть на аркуші 20 якостей, необхідних казкотерапевту. У групі обговоріть ці якості і складіть загальний перелік якостей, з якими погодилася група. Проранжуйте перелік за рівнем значущості якостей (від 1 до 20).

Обговоріть отримані результати в групі.

Домашнє завдання:

1. Опрацювання алгоритму створення психотерапевтичних казок. Написати казку за алгоритмом складання казки (вступ, основна частина, кульмінація, заключна частина) Можливо зробити малюнкові ілюстрації.

2. Письмово дати відповіді на наступні запитання:

- Дайте визначення поняття «казкотерапія».
- Перерахуйте етапи розвитку казкотерапії. Розкрийте сутність кожного з них.
- Розкрийте зміст функцій казки в контексті казкотерапії.
- Назвіть основні принципи аналізу малюнків у казкотерапії.
- Назвіть основні функції казкотерапії.
- Назвіть та охарактеризуйте основні завдання казкотерапії.
- Розкрийте сфери застосування казкотерапії.
- У чому полягає сутність малювання казок.
- У чому полягає сутність інсценізації казок.
- Розкрийте різні варіанти інсценізації казок в контексті методу казкотерапії.
- Розкрийте особливості індивідуальної форми казкотерапевтичної роботи.
- Розкрийте особливості групової форми казкотерапевтичної роботи.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Василевська О., Дворніченко Л. Казкотерапія як засіб психологічної роботи з різними віковими категоріями. Вісник Львівського університету.. 2020. Вип. 6. С. 24–31. Серія психологічні науки.
2. Данилюк І. В., Зольнікова С. В. Казкотерапія як метод психологічного впливу на особистість. *Psychological journal*. 2019. Т. 5. № 6. С. 16–172.
3. Музичук О. О. Казка як засіб розвитку особистісних цінностей молодших школярів. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 17. С. 317–326.
4. Успенська В. Впровадження здоров'язберігальних технологій у загальноосвітньому навчальному закладі. *Рідна школа*. 2009. № 4. С. 44 – 48.
5. Фесюкова Л. Б. Виховання казкою. Харків, 1996. 126 с.

Інтернет ресурси

1. Роль казки у розвитку дитячої емоційності. URL : <http://www.rebenok.com/info/library/reading/57311/> (дата звернення : 20.12.23).

Практичне заняття 7

Тема 7. Піскова терапія.

Навчальна мета заняття практичного – закріпити і поглибити знання за темою.

Ключові слова: піскова терапія, піскова картина.

Обговорення теоретичних питань

1. Загальні уявлення про піскову терапію.
2. Механізми психокорекційного впливу.
3. Можливості піскової терапії.
4. Оснащення піскової терапії.
5. Процес піскової терапії.
6. Ключові характеристики піскових картин.
7. Піскова терапія з дітьми та дорослими.

Питання для дискусійного обговорення

Можливості піскової терапії.

Завдання для самостійної роботи:

Питання для роботи в малих групах:

1.Скласти порівняльну таблицю «Основні етапи піскової терапії»

Переваги етапів піскової терапії	Недоліки етапів піскової терапії

Результати доповіді на практичному занятті.

2.Проаналізуйте показання та протипоказання для піскової терапії.

3. Оцініть можливості діагностика за допомогою піскової терапії. Результати доповіді на практичному занятті.

Домашнє завдання:

1. Визначте можливості використання піскової терапії у психодіагностиці.

2. Оцініть можливості використання піскової терапії у роботі із дитячо-батьківськими відношеннями.Результати доповіді на практичному занятті.

3. Дайте відповіді на наступні запитання:

-Що таке піскова терапія і які принципи лежать в її основі?

-Які основні цілі і завдання піскової терапії?

-Історія виникнення піскової терапії.

-Яким чином піскова терапія сприяє виразності емоцій та самовираженню?

-Які матеріали і інструменти використовуються в пісковій терапії?

-Яким чином символіка використовується у пісковій терапії, і чому вона важлива?

-Як терапевт взаємодіє з клієнтом під час сесії піскової терапії?

-Які типи клієнтів та проблем можуть бути підходящими для піскової терапії?

-Які області психології та психотерапії використовують піскову терапію як метод?

-Які професійні компетенції і навички потрібні терапевтові для проведення піскової терапії?

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Тараріна О. Пісочна терапія. Київ: Астамір-В., 2023. 118 с.
2. Тараріна О. Практикум з арт-терапії. Скриня майстра. Київ: Астамір-В., 2023. 224 с.
3. Техніки підтримки. Збірка арттерапевтичних вправ: метод. посібн./ під редакцією Т. Курганської. Київ: 7БЦ, 2023. 316 с.
4. Цибух Л. М. Робота практичного психолога з підлітками, які пережили психотравмуючі ситуації. Рекреаційна психологія дитинства: теорія і практика. Колективна монографія. За загальною редакцією С. М. Симоненко. Київ: «Центр учбової літератури», 2017. С. 159 – 184
5. Цибух Л. М., Тарабановська С. Застосування пісочної анімації для роботи з дітьми із особливими потребами. Актуальні проблеми практичної психології: Зб. наук. пр. Міжнар. наук.-практ. інтернет - конф. Одеса. 2017. С.155-159

ТЕСТИ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

На тему : Піскова терапія.

1. Хто розробив метод піскової терапії?
 - а). Зігмунд Фрейд
 - б). Маргарет Лоуенфельд
 - в). Карл Роджерс
 - г). Альфред Адлер
2. Як пацієнти використовують пісок в пісковій терапії?
 - а). Для того щоб сховатись
 - б). Для натхнення.
 - в). Для виразу почуттів та думок
 - г). Для розваги
3. Для кого піскова терапія може бути корисна?
 - а)Тільки для дітей
 - б). Тільки для дорослих
 - в). Для дітей і дорослих
 - г). Для всіх крім військових

4. Що може бути створена під час сесії піскової терапії?
 - а). Архітектурні споруди
 - б). Пісочники для дітей
 - в). Мініатюрні сцени та об'єкти
 - г). Грязьові маски
5. Які психологічні та психічні проблеми можна корегувати за допомогою піскової терапії?
 - а). Всі психічні проблеми
 - б). Тільки фобії
 - в). Психологічні травми. Тривожні розлади, депресії та ін.
 - г). Тільки безсоння
6. Яка основна ідея піскової терапії?
 - а). Використання гарячого піску для лікування та релаксації.
 - б). Вираз почуттів та думок через створення сцен з піску та предметів
 - в). Спілкування лише за допомогою жестів
 - г). Використання іграшок для терапії
7. Який вид аналізу використовується для розшифровки створених сцен у пісковій терапії?
 - а). Математичний аналіз
 - б). Символічний аналіз
 - в). Хімічний аналіз
 - Г. Геологічний аналіз
8. Яким чином піскова терапія допомагає розв'язати психічні та психологічні проблеми?
 - а). Самовнушінням
 - б). Інтерпретацією створених об'єктів та сцен
 - в). Закриттям очей
 - г). Гіпнозом
9. Як називається процес аналізу створених сцен і об'єктів в пісковій терапії?

- а). Пісочний аналіз
 - б). Психоаналіз
 - в). Символічний аналіз
 - г). Глиняний аналіз
10. Які психологічні процеси можуть бути розкриті під час піскової терапії?
- а). Тільки сни
 - б). Нав'язливі думки про їжу
 - в). Конфлікти, бажання, страхи та ін.
 - г). Мрії
11. Як використовуються іграшки у пісковій терапії?
- а). Для гри
 - б). Для створення об'єктів
 - в). Для здійснення фокусів
 - г). Для перевірки зору
12. Чому піскова терапія допомагає виразити почуття?
- а). Через магичні властивості піску
 - б) Через створення безпечного простору для виразу почуттів
 - в). Через використання масок
 - г). Через малювання картини
13. Які змістовні стосунки можуть бути виявлені через піскову терапію?
- а). Професійні конфлікти
 - б). Аб'юз у родині
 - в). Особисті стосунки, відношення до себе та інших.
 - г). Змістовні стосунки не можуть бути виявлені через піскову терапію
14. Які ключові психологічні теорії лягли в основу піскової терапії?
- а). Психоаналіз та гештальт терапія
 - б). Психосоматика
 - в). Когнітивна Терапія
 - г). Теорія думок

15. Яким чином піскова терапія сприяє розвитку самосвідомості?
- а). За допомогою гіпнозу
 - б) Шляхом асоціацій
 - в). Створенням символічних об'єктів і сцен
 - г). Підтримкою друзів
16. Які терапевтичні завдання можна досягти за допомогою піскової терапії?
- а). Заборона виразу емоцій
 - б). Проведення фізичних вправ
 - в). Робота з травмами, відкриття нових інсайтів, розв'язання конфліктів
 - г). Підвищення інтелектуального рівня
17. Чи можна використовувати піскову терапію з військовими?
- а). Так
 - б). Ні
18. Які методи дослідження ефективності піскової терапії використовуються в наукових дослідженнях?
- а). Експерименти з тваринами
 - б). Клінічні спостереження
 - в). Зацікавленість вчителів
 - г). Випадковий вибір джерела
19. Які гендерні аспекти важливі у пісковій терапії і як вони впливають на підхід до пацієнтів?
- а). Немає різниці між чоловіком та жінкою
 - б). Специфічні різниці відображають роль гендеру у терапії
 - в). Чоловіки краще контролюють процес терапії
 - г). Жінки гірше будують у піску
20. Які основні методи діагностики відбору пацієнтів для піскової терапії в психіатрії та психології?
- а). Випадковий вибір
 - б). Спеціальні психологічні тести

- в). Колективні поради лікарів
- г). Рекомендації пацієнтів.

Дайте відповіді на тестові завдання

1. Арт-терапія – це метод, який дозволяє працювати з проблемами особистості за допомогою:
 - а) музики;
 - б) мистецтво;
 - в) психологічної бесіди;
 - г) малювання.
2. До завдань арт-терапії не входить:
 - а) розвинути творчі здібності та підвищити самооцінку;
 - б) сконцентрувати увагу на відчуттях та почуттях;
 - в) опрацювати пригнічені думки та почуття;
 - г) покращити малюнкову діяльність.
3. Метод арт-терапії, який використовує казки як архетипічні метафори з метою: психодіагностики, психокорекції, психотерапії та психологічного консультування.
 - а) музикотерапія;
 - б) казкотерапія;
 - в) фолк-терапія;
 - г) ізотерапія.
4. Не відноситься до видів казкотерапії:
 - а) рецептурні казки;
 - б) медитативні казки;
 - в) драматерапія казки;
 - г) дидактичні казки.
5. Казки є основою для формування «морального» імунітету. «Моральний» імунітет – це:

- а) заперечення моральних цінностей;
 - б) здатність людини до протистояння негативним впливам духовного, ментального та емоційного характеру, що виходять із соціуму;
 - в) здатність людини до сприйняття негативних впливів духовного, ментального та емоційного характеру, що виходять із соціуму.
6. За допомогою арт-терапії можливо працювати з:
- а) залежними;
 - б) усі відповіді вірні;
 - в) сім'ї залежних;
 - г) дітьми групи ризику (профілактика залежної поведінки).
7. Першим почав використовувати термін «Арт-терапія» з 1938 р.:
- а) Г. Рід;
 - б) Е. Крамер;
 - в) А. Хілл;
 - г) З. Фройд
8. Хто вперше почав використовувати арт-терапію, який самостійний метод?
- а) К. Юнг;
 - б) З. Фройд;
 - в) Е. Крамер;
 - г) М. Наумбург.
9. Не є принципом психологічного аналізу казки:
- а) принцип солідарності;
 - б) принцип об'єктивності;
 - в) принцип результативності;
 - г) принцип безумовного ухвалення внутрішнього світу людини.
10. Ключові характеристики казки:
- а) основна тема казки;
 - б) сюжет;
 - в) символічне поле;

- г) усі відповіді вірні
11. Казки мають різновиди у вигляді:
- а) традиційні та авторські;
 - б) групові та індивідуальні;
 - в) романтичні та жахливі;
 - г) міфологічні та народні.
12. Особлива енергія казки, що залишає у слухача певний «післямак», який складається з відчуттів, почуттів, думок і вражень це:
- а) лінія головного героя;
 - б) сюжет казки;
 - в) смислове поле казки;
 - г) енергоінформаційне поле казки.
13. Система заходів, спрямованих на виправлення недоліків психологічного розвитку чи поведінки людини з допомогою спеціальних заходів психологічного впливу – це...
- а) психодіагностика;
 - б) психокорекція;
 - в) психопрофілактика;
 - г) психологічний супровід.
14. Усвідомлення індивідом того, як його сприймають і оцінюють інші індивіди або спільності; вид пізнання, у процесі якого суб'єкт стає об'єктом свого спостереження; аналіз власного психічного стану.
- а) сублімація;
 - б) рефлексія;
 - в) ізоляція;
 - г) переніс.
15. Етап казкотерапі, коли людині пропонують скласти казку:
- а) етап 4. Написання казки;
 - б) етап 1. Створення комфортної середовища;
 - в) етап 2. Процес включення «руки» людини;

г) етап 3. Входження людини в казковий простір.

1. Яка модель психотерапії передбачає створення системи умов оптимального вікового розвитку особистості в цілому?
 - а) загальна;
 - б) групова;
 - в) індивідуальна;
 - г) типова.
2. Яка модель психотерапії заснована на організації практичних дій на різних основах, спрямована на оволодіння різними компонентами дій і поетапне формування різноманітних дій?
 - а) загальна;
 - б) групова;
 - в) індивідуальна;
 - г) типовою.
3. Психотерапії, що спрямована на джерела і причини відхилень є:
 - а) симптоматичною;
 - б) загальною;
 - в) спеціальною;
 - г) каузальною.
4. Програмована та імпровізована психотерапії виділяються за критерієм:
 - а) характер спрямованості;
 - б) характер управління корегуючими впливами;
 - в) наявність програми;
 - г) масштаб вирішуваних задач.
5. Чим є «трансфер» у психоаналізі?
 - а) психологічним захисним механізмом;
 - б) опором;
 - в) складовою структури особистості;
 - г) технікою.
6. Який метод спрямований на створення умовного підкріплення, що є необхідним для закріплення бажаної поведінки?
 - а) «жетонний» метод;
 - б) холдинг;
 - в) імплюзія;
 - г) метод систематичної десенсибілізації.
7. Метод систематичного поступового зменшення сензитивності людини до предметів, подій або людей, що викликають тривожність, називається:
 - а) «жетонний» метод;
 - б) імерсійний метод;
 - в) метод холдингу;
 - г) метод систематичної десенсибілізації.
8. Як називається у транзактному аналізі життєвий план, що нагадує спектакль, який особистість примушена грати?
 - а) «гра»;

- б) «трансакції»;
 - в) «життєвий сценарій»;
 - г) «психологічна позиція».
9. Як називаються у транзактному аналізі взаємодії з іншими людьми з позиції тієї чи іншої ролі: «Дорослого», «Батька», «Дитини»?
- а) «погладжування та удари»;
 - б) «трансакції»;
 - в) «психологічна позиція»;
 - г) «гра».
10. Як називаються у транзактному аналізі взаємодії, що спрямовані на передачу позитивних та негативних почуттів?
- а) «трансакції»;
 - б) «гра»;
 - в) «заборони та ранні рішення»;
 - г) «погладжування та удари».
11. Як називається у психодрамі двосторонній процес передачі емоцій між пацієнтом та режисером і серед членів групи?
- а) рольова гра;
 - б) катарсис;
 - в) «теле»;
 - г) інсайт.
12. За яким критерієм виділяють директивну та недирективну ігротерапію?
- а) теоретичний підхід;
 - б) функції дорослого в грі;
 - в) форма організації діяльності;
 - г) структура використовуваного в ігротерапії матеріалу.
13. Ким було введено поняття арт-терапії?
- а) Едіт Крамер;
 - б) Адріаном Хіллом;
 - в) Ханною Яксою Квятковською.
14. Яку орієнтацію має американська музикотерапія?
- а) глибинну;
 - б) емпірико-клінічну;
 - в) гештальт;
 - г) трансактну.
15. До основних методів індивідуального психотерапевтичного впливу належить:
- а) переконання;
 - б) конфронтація;
 - в) навчіння;
 - г) тиск.
16. Який із варіантів не є позицією психотерапевта стосовно клієнта?
- а) позиція «зверху»;
 - б) позиція «на рівних»;

- в) позиція «знизу»;
 г) позиція «поряд».
17. Яка позиція передбачає, що психотерапевт протягує руку допомоги тим, хто її потребує?
 а) позиція «зверху»;
 б) позиція «на рівних»;
 в) позиція «знизу»;
 г) позиція «поряд».
18. Якщо метою є надання можливості дитині бути собою, а не зміна її, то це є ігротерапія:
 а) ігротерапія відреагування;
 б) ігротерапії, що центрована на пацієнті;
 в) ігротерапії в психоаналізі;
 г) ігротерапії побудови стосунків;
19. У межах психологічної терапії відбувається формування:
 а) особистісної позиції;
 б) навичок адаптивної поведінки;
 в) неврозостійкості;
 г) мовлення.
20. Який напрямок психокорекції застосовує психолог, якщо він працює над зниженням почуття неповноцінності, розвитком соціального інтересу, корекцією цілей та мотивів з перспективою зміни?
 а) логотерапію;
 б) класичний психоаналіз З. Фрейда;
 в) клієнт-центрований підхід К. Роджерса;
 г) аналітичну індивідуальну психокорекцію А. Адлера.

Тести на тему: “Психотерапія як галузь практичної психології. Сутність психотерапії.”

1. Що представляє собою психотерапія?
 а) Тільки діагностика психічних розладів.
 б) Медичне лікування психічних захворювань.
 в) Процес взаємодії та співпраці між клієнтом і психотерапевтом з метою досягнення психічного благополуччя.
2. Яка є основна мета психотерапії?
 а) Виправлення фізичних проблем.
 б) Забезпечення психічної стійкості.
 в) Покращення якості життя та вирішення психологічних проблем.
3. Які методи використовуються в психотерапії?
 а) Тільки медикаментозне лікування.
 б) Тільки розмовні техніки.
 в) Різноманітні психотерапевтичні техніки, включаючи розмови, творчі методи, групові сесії тощо.

4. Що розуміється під терміном "емпатія" в контексті психотерапії?
- а) Здатність розуміти та відчувати емоції іншої людини.
 - б) Засіб контролю над власними емоціями.
 - в) Стан, коли клієнт передає терапевтові свої переживання та емоції.
5. Яка психотерапевтична техніка акцентує увагу на тутешньому моменті?
- а) Гіпнотерапія.
 - б) Гештальт-терапія.
 - в) Психоаналіз.
6. Який аспект особистості розглядається як цілісна система в системному психотерапевтичному підході?
- а) Тільки свідомість.
 - б) Тільки багаторівневі думки.
 - в) Особистість як цілісна система, взаємодіюча із середовищем.
7. Якій теорії психотерапії приписують роль непримиренних конфліктів в підсвідомості?
- а) Гештальт-терапія.
 - б) Психоаналіз.
 - в) Когнітивно-поведінковий підхід.
8. Що є центральною ідеєю екзистенційної психотерапії?
- а) Розвиток свідомості.
 - б) Визначення особистісних цінностей та сенсу життя.
 - в) Покращення соціальних навичок.
9. Яка техніка акцентує увагу на покращенні міжособистісних відносин та використовується в системній терапії?
- а) Емпатія.
 - б) Рефреймінг.
 - в) Кругова операціоналізація.
10. Яка форма психотерапії передбачає участь групи людей з подібними проблемами?
- а) Індивідуальна психотерапія.
 - б) Групова психотерапія.
 - в) Сімейна терапія.
11. Якій техніці психотерапії властивий використання мистецтва для вираження емоцій та думок?
- а) Арттерапія.
 - б) Рационально-емотивна терапія.
 - в) Транзакційний аналіз.
12. Як називається психотерапевтичний підхід, який поєднує елементи різних теорій та методів?
- а) Інтеграційний.
 - б) Екзистенціальний.

в) Когнітивний.

13. Яка засада є основною в етиці психотерапії?

а) Анонімність терапевтичного процесу.

б) Повага до прав клієнта на конфіденційність та конфіденційність інформації.

в) Примусове введення методів лікування.

14. Які обов'язки терапевта відносно конфіденційності?

а) Інформувати сім'ю клієнта про всі аспекти терапевтичного процесу.

б) Зберігати конфіденційність інформації, отриманої в процесі роботи з клієнтом.

в) Публічно розголошувати деталі особистого життя клієнта.

15. Як терапевт повинен вчинити у випадку, якщо клієнт виражає намір скоїти шкоду собі чи іншим?

а) Відправити клієнта в психіатричний заклад без згоди.

б) Інформувати відповідні служби та вживати можливих заходів для захисту.

в) Залишити цю інформацію без уваги.

Питання для самоконтролю

1. Що є предметом психотерапії?

2. Які фактори ефективності психотерапії?

3. Які показання для психотерапії?

4. Які протипоказання для застосування психотерапії?

5. Які базові якості особистості психотерапевта?

6. Який професійний стиль психотерапевта?

7. Як розпізнати синдром професійного вигорання та методи його подолання?

8. Що означає арт-терапевтичний простір?

9. Які вимоги до арт-терапевтичного кабінету?

10. Що означає символізм продукту творчості клієнта?

11. Які цікаві факти з історії розвитку арт-терапії?

12. Схарактеризуйте діагностичні можливості малюнка.

13.. Які особливості вибору художніх матеріалів?

14. Схарактеризуйте основні фактори психотерапевтичного впливу в арт-терапії при роботі з різними художніми матеріалами.

15. Які особливості сприйняття продуктів творчості клієнтів в ізотерапії?

16. Схарактеризуйте основні етапи ізотерапії.

17. Які особливості створення мандал у якості психотерапевтичного прийому?
18. Які особливості мандали як проєктивного засобу?
19. Які основні функції казок?
20. Схарактеризуйте схему психологічного аналізу казок.
21. Визначте основні етапи психологічного аналізу казок.
22. . Визначте можливості роботи з казками.
23. Схарактеризуйте особливості казкотерапії з дітьми.
24. Схарактеризуйте особливості казкотерапії з дорослими.
25. Визначте фактори ефективності казкотерапії.
26. Які загальні уявлення про піскову терапію?
27. Які механізми психокорекційного впливу?
28. Зазначте оснащення піскової терапії.
29. Охарактеризуйте процес піскової терапії.
30. Які можливості піскової терапії?
31. . Схарактеризуйте ключові характеристики піскових картин.
32. Визначте особливості проведення піскової терапії з дітьми.
33. Схарактеризуйте особливості проведення піскової терапії з дорослими.

Оформлення ІНДЗ:

1. Структурними елементами індивідуально-дослідного завдання є:

- Титульна сторінка (1 сторінка).
- Зміст (1-2 сторінки).
- Вступ (1-2 сторінки).
- Основна частина.
- Бібліографічний список.

2. Зразок оформлення титульної сторінки

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Державний заклад

«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К.Д.УШИНСЬКОГО»

Соціально-гуманітарний факультет

Кафедра психіатрії, медичної та спеціальної психології

Кафедра психіатрії, медичної
та спеціальної психології

Індивідуально-дослідне завдання

з дисципліни «Психотерапія, практики впливу»

**на тему: «ОСНОВНІ ПЕРЕВАГИ ТА НЕДОЛІКИ
ПСИХОТЕРАПІЇ»**

Виконав (ла)

студент (ка) ...групи

спеціальності 053 «Психологія»

за ОПП «Клінічна та реабілітаційна психологія»

ПІБ

Перевірили:

старший викладач кафедри

к.психол.н. Венгер Г.С.,

3. Вимоги до написання основної частини

Робота має бути надрукована на білому папері формату А4. Текст має бути виконаний на комп'ютері з однаковим міжрядковим **1,5 інтервалом** в текстовому редакторі Microsoft Word for Windows. Текст набирається нежирним шрифтом Times New Roman, **14 розміром**. Розмір відступу на початку рядка (абзацу) - 5 знаків, що складає 1,25 см.

Робота виконується на листах з одного боку. Текст роботи слід розташовувати, дотримуючи наступні розміри полів: - ліве - 30 мм; праве - 10 мм; верхнє - 20 мм; нижнє - 20 мм. Вирівнювання тексту (за винятком заголовків) – по ширині.

Вступ - зазначається актуальність вивчення історії розвитку психологічних знань, значення філософського періоду, важливість та тривалість наукового періоду в історії психології.

Основна частина (див. вище).

Бібліографічний список – список використаних джерел та інтернет-ресурсів, оформлений відповідно до ГОСТ України.

ІНДИВІДУАЛЬНІ НАУКОВО-ДОСЛІДНІ ЗАВДАННЯ

Індивідуальні навчально-дослідні завдання – це обов'язковий вид самостійної і науково-дослідної роботи студента, форма вивчення актуальних проблем виховання і навчання. Якісно виконані ІНДЗ можуть стати основою для написання курсових, а згодом і дипломних робіт.

Виконання ІНДЗ з психотерапії, практики впливу – важливий етап підготовки до професійної діяльності.

ІНДЗ передбачає: вивчення, творче осмислення та систематизацію навчального матеріалу досліджуваної проблеми; поповнення і поглиблення набутих у процесі аудиторної роботи знань, умінь і навичок: самостійного

пошуку різноманітних інформаційних джерел, роботу з комп'ютером і матеріалами Інтернету для отримання найсучаснішої інформації, її аналізу та оформлення; вивчення передового практичного досвіду з психотерапії; розвиток пізнавальної активності студентів; формування дослідницьких умінь; розвиток самостійності.

На захист ІНДЗ виноситься:

1. Тема
2. Мета (для чого виконується даний проект)
3. Актуальність даного проекту
4. Завдання
5. Гіпотеза роботи
6. Об'єкт
7. Предмет проекту
8. Глосарій (словник термінів, використаних у роботі, не менше 10)
9. Зробити схему логіки науково-дослідного проекту (схематично

подати порядок

вашої роботи)

10. Довести практичну значущість вашого проекту (що дасть виконання вашого проекту вам, викладачам, науці)
11. Оформити бібліографію до проекту з дотриманням усіх правил оформлення (неменше 15 джерел)
12. Виготовити наочні матеріали до проекту
13. Сформулювати очікувані результати проекту
14. Підготувати матеріал до захисту

ТЕМАТИКА ІНДЗ

Розробка проекту «Основні переваги та недоліки психотерапії»

Вимоги до виконання роботи:

1. Вступ (обґрунтування актуальності проблеми і вибору теми)

2. Аналіз останніх досліджень та публікацій, в яких започатковано розв'язання даної теми
3. Формулювання цілей та постановка завдань
4. Наявність плану
5. Хід проведення (етапи)
6. Висновки
7. Список використаних джерел

Оцінка оформлення і виконання проекту здійснюється за критеріями:

1. Актуальність й значимість роботи - 5 балів
2. Самостійність, закінченість - 6 балів
3. Рівень творчості, оригінальність розкриття теми, підходів, запропонованих рішень - 6 балів
4. Аргументованість запропонованих рішень, підходів, висновків - 6 балів
5. Культура оформлення, відповідність стандартним вимогам - 5 балів
6. Презентація роботи - 4 бала
7. Об'єм і глибина знань з теми, ерудиція, міжпредметні зв'язки - 4 бала
8. Відповіді на запитання: повнота, аргументованість - 4 бала

Для проектів можуть бути запропоновані наступні теми:

1. Особистість сучасного успішного психотерапевта.
2. Проблеми наслідки некомпетентного психотерапевтичного консультування.
3. Арт – терапевтичний підхід у психотерапії: переваги та недоліки.
4. Піскова терапія як сучасний метод вирішення конфліктних зон особистості.
5. Казко терапія сучасний метод зняття тривожності.

Теми можна обирати за власним вибором та узгоджувати з викладачем.

ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК

Аб'юз - нестерпні умови життя дитини (постійне жорстоке биття, сексуальне насильство, голод, відсутність елементарного догляду, турботи і медичної допомоги).

Ад'єкт - об'єкт, який утворився в результаті відокремлення від материнського цілого.

Активна уява - техніка роботи з образами, запропонована в юнгіанстві, що полягає в інтерактивній взаємодії з образами і символами, які продукуються несвідомим.

Ампліфікація (лат. *amplificatio* - збільшення, розширення) - у психотерапії - збагачення змісту образів, символів або інших продуктів мислення і уяви людини за рахунок міфологічної, релігійної, літературно-художньої традиції.

Аніма (лат. *anima* - душа) - архетип структури особистості, уособлення жіночого начала в чоловічій психіці; відповідає за емоційне і чуттєве життя чоловіка, його кохання, пристрасті, відіграє важливу роль у подружніх стосунках.

Анімус - архетип чоловіка у психіці жінки, який формується на основі досвіду спілкування з чоловіками і регулює інтелектуальну активність жінки, її кар'єру, впливає на мислення і абстрагування.

Архетип (грец. *archetypes* - першообраз) - універсальна структура, що акумулює досвід колективного несвідомого, об'єднаний навколо важливих образів чи ідей (Тінь, Персона, Божественне Дитя, Велика Мати), і через яку несвідоме впливає на поведінку та психіку.

Архетипічна психологія - заснований Дж. Хілманом пост'юнгіанський напрям, що ґрунтується на визнанні незалежної цінності архетипів і *пропонує* як основний терапевтичний метод інтерактивну взаємодію з їх проявами та уособленнями.

Відреагування - дії, адресовані психотерапевту, які клієнт із різних причин (страх, повага, несміливість, трансферентна закоханість) спрямовує на своє оточення.

Гештальт (нім. Gestalt - образ, структура, цілісна форма) - цілісна структура, що описує єдність і взаємозалежність потреб особи, її власної активності і навколишнього середовища.

Грубий опір - поведінка клієнта, яка проявляється у порушеннях графіка (сетингу) терапевтичної роботи (спізненнях, пропусках сеансів тощо) або впертому мовчанні.

Депресивна стадія (позиція) - друга стадія розвитку об'єктних відносин, що визначається спробами дитини перебороти відчай і тривогу від того, що мати залишає її на деякий час.

Дефлексія (лат. de - префікс, що означає відміну, видалення, і flexio - згинання) - намагання людини уникнути спілкування з іншими тут-і-тепер.

Децентрація (лат. de - префікс, що означає відміну, і centrum - центр, осередок) - подолання егоцентричності особистості завдяки зміні її поглядів, позицій при зіставленні їх із поглядами і позиціями інших людей.

Дискурс (лат. discursus - міркування) - мовлення в контексті життєвого світу людини, "мовлення, занурене в життя".

Дискурсивна практика - специфічна форма використання мови для мовлення, яке структурує окремий психотерапевтичний напрям або школу.

Дистанціювання (лат. distantia - відстань) - здатність до об'єктивного розгляду автоматизмів (дій, які відбуваються без участі свідомості).

Довільно плаваюча увага - модус професійної активності пси-хоаналітика, який допомагає йому виокремлювати головне та другорядне в дискурсі пацієнта і визначається несвідомими інтенціями психотерапевта та його досвідом аналітичної роботи.

Екзистенційний (лат. existentia - існування) вакуум (лат. vacuum - пустота) - специфічний психічний стан, що переживає людина у зв'язку з втратою сенсу життя; супроводжується відчуттями нудьги і порожнечі.

Злиття - недостатнє відокремлення людиною себе від навколишнього світу.

Значущий дотик - форма терапевтичного контакту, вибудовано-го на автентичному досвіді близькості, розуміння і прийняття клієнта при безпосередній тактильній взаємодії.

Ізоляція (франц. Isoles - відділяти, відокремлювати) - відокремлення суб'єкта від звичних умов життя, спілкування і власного внутрішнього світу.

Імаґинативна (лат. *imago* - образ) активність - творча уява, організована за певними приписами, що продукує образи і символи, які потім стають об'єктом психотерапевтичної інтерпретації.

Індивідуація (лат. *individuo* - неподільний) - відновлення та розгортання первинної цілісності і єдності індивіда, максимальна реалізація його сутності.

Інтенціональність (лат. *intentio* - намір, прагнення, спрямованість) - базова сенсоугвірна спрямованість свідомості до світу, що полягає у формувальному ставленні до предмета і прагненні особистості реалізувати власні наміри.

Інтерпретація (лат. *interpretado* - пояснення) - у психотерапії - тлумачення певних аспектів життя, ідей, образів, довільних асоціацій.

Інтроєкція (лат. *intro* - всередину і *jectio* - вкидання) - поглинання і привласнення будь-яких норм, стандартів поведінки, поглядів, думок і цінностей без спроби розібратися в них і критично переосмислити.

Інцест (лат. *incestum* - непристойний) - сексуальні стосунки з близькими родичами.

Клієнт-центрована психотерапія - метод, орієнтований на актуалізацію за допомогою розуміючого і глибоко особистого контакту між клієнтом і терапевтом уродженої тенденції організму і психіки до розвитку, самоорганізації і самозбереження з метою досягнення внутрішньої гармонії і задоволеності життям.

Когнітивна (лат. *cognito* - знання) психотерапія - сукупність психотерапевтичних методів, що ґрунтуються на уявленні про примат свідомого, раціонального аспекту психіки у розв'язанні психологічних проблем, зокрема особистих та емоційних.

Когніція - думка, погляд або переконання людини щодо властивостей навколишнього світу, причинно-наслідкових зв'язків.

Конгруентність (лат. *congruens* - збіг) - рівнозначність, взає-мовідповідність якісно рівноцінних станів, процесів або переживань.

Лібідо (лат. *libido* - бажання) - психічна енергія сексуального характеру, що може витрачатися (катектуватися) на задоволення певної кількості бажань або прагнень, які конкурують одне з одним.

Логотерапія (грец. *logos* - сенс, знання і *therapeia* - лікування) - метод психотерапії, що ґрунтується на системі філософських, психологічних і медичних поглядів на природу людини, центральним компонентом якої є прагнення до сенсу.

Межі Я - специфічне відчуття відокремленості власного Я від думок, поглядів, бажань інших людей.

Міметична (грец. mimesis - наслідувач) копія - відтворення клієнтом у терапії своїх проблем або витіснених бажань.

М'язовий панцир - психосоматичний феномен, пов'язаний із формуванням системи м'язових "зажимів", який відповідає невротичній структурі характеру і є тілесним аналогом психологічних захистів.

Нарцисизм (грец. Narkissos - ім'я міфічного персонажа) - ідеалізація власного Я, прагнення справляти враження бездоганної істоти - розумної, красивої, довершеної, а також ненаситний пошук підтримки цієї ілюзії оточенням.

Негативна терапевтична реакція - прояви поведінки клієнта, пов'язані з його небажанням закінчувати терапію.

Опір - специфічна установка пацієнта на заперечення знань, одержаних у результаті інтерпретації несвідомого змісту і витіснених бажань.

Параноїдно-шизоїдна стадія (позиція) - перша стадія розвитку об'єктних відносин (за М. Кляйн), на якій немовля не відрізняє себе від навколишнього світу і не розрізняє позитивних і негативних аспектів дійсності; фіксація на ній призводить до розхитування меж Я і виникнення персекуторної тривоги (тривоги переслідування).

Перенос (трансфер (лат. transtero - переносу)) - трансформація психотерапевтичних відносин, що відбувається під впливом несвідомих бажань пацієнта і полягає в тому, що він переносить на аналітика почуття, пов'язані зі значущою фігурою власного дитинства (мати, батько, близькі родичі).

Персона - "зовнішній" архетип структури особистості, який уособлює риси і якості, необхідні для суспільного життя та спілкування.

Проекція (лат. projection - викидання) - винесення зовні внутрішніх процесів або їх причин, спроба покласти на середовище відповідальність за те, що виходить із самої людини.

Психологічний захист - стійкі способи сприйняття і переживання світу, властиві кожній людині, у процесі яких окремі аспекти дійсності вона змінює, викривляє так, щоб дійсність здавалася зручнішою, сприятливішою, не загрозливою.

Психологічний тренінг (англ. training - тренування) - стандартизовані форми поведінкової терапії, поширені в сучасному суспільстві, у межах яких відбувається оволодіння новим (або ефективнішим) досвідом спілкування, самопізнання, професійної діяльності, креативності, відносин з певними категоріями людей та ін.

Психосоматичний резонанс - психосоматичний відгук у тілі терапевта на процеси й реакції, що відбуваються в тілесній сфері клієнта у процесі психотерапії.

Психотерапія (грец. psucho - душа і therapeia - лікування) - галузь психології, що вивчає механізми, способи і прийоми професійного надання психологічної допомоги з метою розв'язання проблем, звільнення від психосоматичних симптомів або актуалізації резервів особистісного зростання.

Рапорт (франц. rapport - повернення) - міжособистісний зв'язок, у якому один із суб'єктів свідомо регулює поведінку та дії іншого, який неусвідомлено підкоряється впливу (наприклад, у гіпнозі).

Реальне (лат. realis - дійсний, справжній) - регістр психіки, де накопичений досвід до-мовного, до-мовленнєвого існування.

Регресія (лат. regressus - зворотний рух) - процес повернення індивіда на попередні стадії розвитку особистості, об'єктних відносин чи когнітивних процесів, що відбувається в умовах різкого погіршення умов існування, при хворобах, травмах або в межах спеціального психотерапевтичного впливу (аналітична регресія).

Ретрофлексія (лат. retro - назад і flexio-згинання, відхилення) спрямування людиною всієї енергії на зміну себе..

Самоактуалізація (від лат. actualis -дійсний, справжній) - прагнення людини до повнішого розвитку і реалізації власного потенціалу і можливостей; синонім поняття "самореалізація".

Символ (грец. symboion - знак, прикмета) - специфічна форма знакового виразу вищої, принципово не знакової суті, що співвідноситься з групою сенсів та значень і сприяє висловлюванню комплексу відчуттів чи емоцій (переживань).

Символічне - у структурному психоаналізі - регістр психіки, де зосереджені культурні норми та обмеження, змісти, значення та інші семіотичні ресурси для означування (артикуляції) імпульсів і змістів Реального.

Терапевтичний (грец. *therapeia*-лікування) альянс (*франц. alliance, від allier - сполучати*) - раціональні нетрансферентні відносини психотерапевта з клієнтом, що містять загальний договір про терапію, її тривалість, мету, частоту зустрічей, вартість і умови припинення.

Тілесна техніка - психотерапевтичні і розвивальні прийоми, значення і зміст яких пов'язані з опрацюванням і актуалізацією тілесного (соматичного) потенціалу особистості.

Тілесність - сутнісна характеристика людини, що полягає в соматичному опосередкуванні явищ суб'єктивної реальності внутрішнього світу.

Тінь - архетип структури особистості, який відображає негативні, "нижчі" риси і сторони людської природи: заздрість, жадібність, боягузтво, недбайливість тощо.

Фантазм (грец. *phantasia - уява*) - несвідомий сценарій отримання задоволення, план і спосіб задоволення бажань Реального, про які суб'єкт нічого не знає.

Фіксація (франц. *fixation - закріплення, устанавлення*) - зупинка психічного (психосексуального) розвитку на одній зі стадій, природа якої визначатиме у майбутньому специфіку психологічних проблем дорослої особистості.

Усвідомлення - центральна процедура гештальттерапії, у процесі якої клієнт входить у повноцінний контакт з навколишнім світом, усвідомлюючи власні бажання, почуття та відповідні їм властивості середовища.

Уявне - реєстр психіки, де містяться уявлення людини про себе і власне Я, місце локалізації психологічних захистів і опору.

Я-концепція (лат. *conceptio - сприйняття*) особистості - стійка система уявлень особистості про себе, яка ґрунтується на усвідомленні й оцінюванні своїх фізичних характерологічних та інших властивостей; інтегрований образ власного Я, на основі якого людина формує свої стосунки з іншими людьми.

ЛІТЕРАТУРА

Основна література

1. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
2. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

3. Орловська О. А. Казкотерапія як метод символ-драми в роботі психолога та соціального працівника : навч.-метод. посібник. Одеса : Гельветика, 2020. 164 с.

Допоміжна

1. Максименко Д. Різнокольорове дитинство. Ігротерапія, казкотерапія, ізотерапія, музикотерапія. Харків : Центр учбової літератури, 2021. 192 с.
2. Тараріна О. Пісочна терапія. Київ : Астамір-В., 2023. 118 с.
3. Тараріна О. Практикум з арт-терапії. Скриня майстра. Київ : Астамір-В., 2023. 224 с.
4. Техніки підтримки : збірка арттерапевтичних вправ : метод. посібник / за ред. Т. Курганської. Київ : 7БЦ, 2023. 316 с.
5. Цибух Л. М. Робота практичного психолога з підлітками, які пережили психотравмуючі ситуації. Рекреаційна психологія дитинства: теорія і практика. Колективна монографія. / за ред. С. М. Симоненко. Київ : Центр учбової літератури, 2017. С. 15–184.
6. Цибух Л. М., Тарабановська С. Застосування пісочної анімації для роботи з дітьми із особливими потребами. *Актуальні проблеми практичної психології* : зб. наук. пр. Міжнар. наук.–практ. інтернет-конференції. Одеса, 2017. С. 155–159.
7. Хижна О., Сакалюк О., Куцин Е. Арт-педагогіка і арт-терапія в соціальній реабілітації дітей. Київ : КНТ, 2023. 148 с.
8. Як написати успішне есе : методичні рекомендації до написання есе / за ред. Шендеровський К. С. URL: <http://journalib.univ.kiev.ua/index.php?act=book.index&book=46> (дата звернення : 20.12.23).

Інформаційні ресурси

1. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт. URL : <http://www.mon.gov.ua> (дата звернення : 20.12.23).
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського : офіційний сайт. URL : <http://www.nbuv.gov.ua/> (дата звернення : 20.12.23).
3. Одеська національна наукова бібліотека. URL : <http://odnb.odessa.ua/> (дата звернення : 20.12.23).
4. Бібліотека Університету Ушинського : офіційний сайт. URL : <https://library.pdpu.edu.ua/> (дата звернення : 20.12.23).