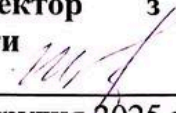


ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«УНІВЕРСИТЕТ КОРОЛЯ ДАНИЛА»
Факультет суспільних і прикладних наук
Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчально-методичної роботи

 **Ярослав ШТАНЬКО**
“19” грудня 2025 р.

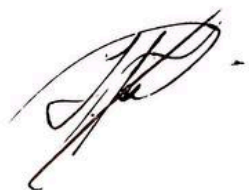
НАПРЯМКИ СУЧАСНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ
СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Галузь знань:	С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини
Спеціальність:	С4 Психологія
Освітньо-професійна (освітньо-наукова) програма:	Практична психологія
Освітній рівень:	Другий (магістерський) рівень
Статус дисципліни:	Обов'язкова
Мова викладання, навчання та оцінювання:	Українська

Івано-Франківськ
2025

РОЗРОБНИК:

к.психол.н., доцент,

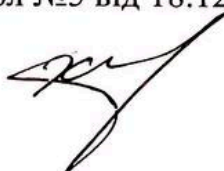


Ірина КУЩЕНКО

ЗАТВЕРДЖЕНО:

на засіданні кафедри психології, протокол №5 від 18.12.2025р.

завідувач кафедри



Олена ХАЛІК

УЗГОДЖЕНО:

Гарант ОПП



Олександра ПИТЛЮК-СМЕРЕЧИНСЬКА

СХВАЛЕНО:

на засіданні Науково-методичної ради, протокол №5 від 19.12.2025р.

е-mail	iryna.kushchenko@ukd.edu.ua
Номер аудиторії чи кафедри	кафедра психології, ауд. 316
Посилання на сайт	https://ukd.edu.ua
Сторінка курсу в СДО	https://online.ukd.edu.ua/

ВСТУП

Анотація навчальної дисципліни. Курс «Напрямки сучасної психотерапії» спрямований на формування у студентів цілісного уявлення про основні теоретичні засади, методологічні підходи та практичні інструменти провідних психотерапевтичних напрямів. У межах курсу розглядаються класичні та сучасні підходи психотерапії, їх можливості й обмеження у роботі з різними категоріями клієнтів, а також етичні принципи психотерапевтичної діяльності. Дисципліна сприяє розвитку професійного мислення, навичок аналізу психотерапевтичних кейсів і підготовці студентів до подальшої практичної діяльності у сфері психологічної допомоги.

Метою навчальної дисципліни «Напрямки сучасної психотерапії» є формування у студентів системних знань про провідні напрями сучасної психотерапії, їх теоретичні засади, методологічні принципи та практичні можливості застосування у професійній діяльності психолога, а також розвиток здатності аналізувати психотерапевтичні підходи, обґрунтовано добирати методи психотерапевтичної допомоги та дотримуватися етичних стандартів у роботі з різними категоріями клієнтів.

Завдання курсу:

- ознайомити студентів з основними напрямками сучасної психотерапії, їх теоретичними засадами та історією становлення;
- сформулювати уявлення про методологічні принципи, техніки та інструменти різних психотерапевтичних підходів;
- розвинути навички аналізу психотерапевтичних випадків і вибору адекватного напрямку психотерапії відповідно до запиту клієнта;
- сприяти формуванню професійного мислення та психотерапевтичної позиції майбутнього фахівця;
- закласти основи дотримання етичних норм і професійних стандартів у психотерапевтичній діяльності;
- підготувати студентів до подальшого поглибленого вивчення та практичного опанування психотерапевтичних методів.

Здобувачі вищої освіти повинні знати:

- основні напрями сучасної психотерапії, їх теоретичні засади та історію розвитку;
- ключові поняття, категорії та терміни, що використовуються у психотерапевтичній практиці;
- методологічні принципи, цілі та завдання різних психотерапевтичних підходів;

- базові психотерапевтичні методи, техніки й інтервенції, характерні для основних напрямів;
- показання та обмеження застосування різних напрямів психотерапії у роботі з різними категоріями клієнтів;
- етичні принципи, професійні стандарти та межі відповідальності психотерапевта;
- роль особистості психотерапевта та терапевтичного альянсу в ефективності психотерапевтичної допомоги.

Здобувачі вищої освіти повинні уміти:

- аналізувати та порівнювати основні напрями сучасної психотерапії за теоретичними й практичними критеріями;
- визначати доцільність застосування різних психотерапевтичних підходів відповідно до запиту клієнта та особливостей його психічного стану;
- застосовувати базові психотерапевтичні техніки в межах навчального моделювання та аналізу кейсів;
- інтерпретувати психотерапевтичні випадки з урахуванням обраного напрямку психотерапії;
- дотримуватися етичних норм і професійних стандартів у процесі психотерапевтичної взаємодії;
- здійснювати рефлексію власної професійної позиції та меж компетентності у психотерапевтичній діяльності;
- аргументовано обґрунтовувати вибір психотерапевтичного підходу в усній та письмовій формах.

Професійні компетентності та результати навчання, яких набувають здобувачі освіти внаслідок вивчення навчальної дисципліни «Напрямки сучасної психотерапії» (шифри та зміст компетентностей та програмних результатів навчання вказано відповідно до ОПП «Практична психологія», введеної в дію ЗВО «Університет Короля Данила» «01» вересня 2025 року).

Шифр та назва компетентності	Шифр та назва програмних результатів навчання
Інтегральна компетентність. Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог	ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.
ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.	ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.
ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).	ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.
ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.	ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).	ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.
ЗК10. Здатність спілкуватися іноземною мовою.	ПР12. Демонструвати здатність до наукової рефлексії, професійного саморозвитку й формування власного стилю психологічної діяльності, дотримуючись вимог етичних кодексів і чинного законодавства у сфері психології.
СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.	ПР13. Застосовувати методи та техніки кризових інтервенцій і першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях, забезпечуючи конфіденційність, спираючись на професійну етику.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.	-
--	----------

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Курс	1		
Семестр	2		
Кількість кредитів ЄКТС	3		
Аудиторні навчальні заняття		денна форма	заочна форма
	лекції	16 год	4 год
	практичні	14 год	4 год
Самостійна робота	Самостійна робота	60 год	82 год
Форма підсумкового контролю	Екзамен		

Структурно-логічна схема вивчення навчальної дисципліни:

Пререквізити	Постреквізити
Перша психологічна допомога та кризові інтервенції, Інтегративний підхід в консультуванні	Супервізійно-інтервізійні практики у роботі психолога

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Перелік тем лекційного матеріалу

Тема 1. Сучасна психотерапія: теоретичні засади та тенденції розвитку (2 год)

Сучасна психотерапія як перехід від класичних психотерапевтичних підходів до сучасних. Основні тенденції розвитку сучасної психотерапії. Доказова психотерапія та її принципи. Біопсихосоціальна модель і її значення для практики психотерапевта. Етичні стандарти психотерапевта. Виклики та перспективи розвитку психотерапевтичної практики.

Питання для самостійного вивчення. Сучасна психотерапія та її відмінність від класичних підходів. Професійні компетентності психотерапевта у сучасному психологічному середовищі.

Тема 2. Сучасні психодинамічні підходи (2 год)

Сучасні психодинамічні підходи в психотерапії. Короткострокова психодинамічна терапія та її особливості. Менталізаційно-орієнтована терапія (MBT) та її принципи. Терапія, орієнтована на перенесення (TFP)

та її специфіка. Особливості проведення психотерапевтичних сесій. Взаємодія з клієнтом та робота з його внутрішніми конфліктами. Актуальні сфери застосування психодинамічних підходів. Значення психодинамічних методів для розвитку професійної компетентності психотерапевта.

Питання для самостійного вивчення. Порівняння сучасних психодинамічних підходів із класичним психоаналізом: спільні риси та відмінності. Адаптація короткострокової психодинамічної терапії до обмеженого часу сесій і сучасних запитів клієнтів. Враховування сучасних психодинамічних підходів у культурному та соціальному контексті клієнта.

Тема 3. Сучасні когнітивно-поведінкові напрями (третя хвиля КПТ) (2 год)

Сучасні когнітивно-поведінкові напрями психотерапії. Терапія прийняття і відповідальності (АСТ) та її принципи. Діалектично-поведінкова терапія (DBT) та особливості її застосування. Схема-терапія та практичні техніки роботи з клієнтом. Майндфулнес-орієнтовані підходи та їхнє використання у психотерапевтичній практиці. Переваги та обмеження сучасних КПТ-підходів. Застосування когнітивно-поведінкових методів для роботи з різними категоріями клієнтів та психологічними проблемами. Значення сучасних КПТ-напрямів для розвитку професійних компетентностей психотерапевта.

Питання для самостійного вивчення. Основні принципи та відмінності третьої хвилі когнітивно-поведінкової терапії (КПТ). Переваги та обмеження сучасних когнітивно-поведінкових методів. Інтеграція третьої хвилі КПТ з іншими психотерапевтичними напрямками.

Тема 4. Сучасні гуманістично-екзистенційні напрями (2 год)

Поняття сучасних гуманістично-екзистенційних напрямів психотерапії. Емоційно-фокусована терапія (EFT) та її принципи. Сучасна клієнт-центрована терапія та особливості її застосування. Екзистенційно-аналітичні підходи та робота з цінностями і сенсом життя. Особливості роботи з особистісною ідентичністю клієнта. Використання гуманістично-екзистенційних методів у сучасній психотерапевтичній практиці. Підтримка психічного здоров'я та розвиток особистості клієнта. Значення гуманістично-екзистенційних підходів для розвитку професійних компетентностей психотерапевта.

Питання для самостійного вивчення. Основні принципи сучасних гуманістично-екзистенційних напрямів психотерапії. Переваги та обмеження сучасних гуманістично-екзистенційних підходів. Можливості інтеграції гуманістичних та екзистенційних методів з іншими психотерапевтичними підходами. Етичні аспекти застосування гуманістично-екзистенційної психотерапії у сучасній практиці.

Тема 5. Гештальт-терапія в сучасній практиці (2 год)

Сучасні моделі гештальт-терапії та їхні принципи. Реляційний підхід у гештальт-терапії та його роль у взаємодії з клієнтом. Особливості роботи з травмою у межах гештальт-підходу. Межі терапевтичного контакту та їх значення для ефективної роботи. Інтеграція гештальт-підходу з іншими психотерапевтичними напрямками. Використання гештальт-методу у сучасній психотерапевтичній практиці. Значення гештальт-терапії для розвитку професійних компетентностей психотерапевта.

Питання для самостійного вивчення. Основні принципи сучасної гештальт-терапії та її відмінності від класичних моделей. Переваги та обмеження застосування гештальт-терапії в сучасній практиці.

Тема 6. Системна та наративна психотерапія (2 год)

Сучасні системні та наративні підходи у психотерапії. Основи системної сімейної терапії та її принципи. Принципи наративної терапії та робота з особистісною і соціальною ідентичністю клієнта. Особливості роботи з сімейними та соціальними контекстами. Адаптація психотерапевтичних методів до різноманітних клієнтських груп. Використання системних та наративних підходів у мультикультурному середовищі. Застосування методів для розвитку психічного здоров'я та соціальної адаптації клієнта. Значення системних та наративних методів для розвитку професійних компетентностей психотерапевта.

Питання для самостійного вивчення. Порівняння системної та наративної психотерапії: спільні риси та відмінності. Роль історії та наративів у формуванні особистісної ідентичності клієнта. Адаптація наративних технік до роботи з різними культурними групами та соціальними контекстами.

Тема 7. Травмоорієнтовані та тілесно-інтегративні напрями (2 год)

Травмоорієнтовані та тілесно-інтегративні напрями психотерапії. Метод EMDR (десенсибілізація та репроцесінг рухами очей) та його принципи. Соматичні підходи (Somatic Experiencing) та практичні техніки роботи з травмою. Тілесно-орієнтована психотерапія та її застосування у роботі з клієнтом. Особливості використання травмоорієнтованих методів у кризових та воєнних контекстах. Використання методів для відновлення психічного здоров'я та ресурсності клієнта. Адаптація технік до індивідуальних потреб клієнта та різних психологічних проблем. Значення травмоорієнтованих і тілесно-інтегративних підходів для розвитку професійних компетентностей психотерапевта.

Питання для самостійного вивчення. Механізми роботи EMDR та роль нейропсихологічних процесів у десенсибілізації травми. Етичні аспекти та ризики застосування тілесно-орієнтованих технік при роботі з травмою. Перспективи розвитку травмоорієнтованої психотерапії у кризових та воєнних контекстах.

Тема 8. Інтегративна, онлайн та майбутнє психотерапії (2 год)

Поняття інтегративної психотерапії та її принципи. Короткострокові сучасні моделі психотерапії та їх застосування. Онлайн-психотерапія та цифрові інтервенції у психотерапевтичній практиці. Використання сучасних технологій для роботи з різними категоріями клієнтів. Особливості адаптації методів психотерапії до дистанційного формату. Виклики цифровізації та зміни суспільного середовища для психотерапевтичної практики. Перспективи розвитку інтегративної психотерапії в умовах сучасного світу. Значення інтегративних та цифрових підходів для розвитку професійних компетентностей психотерапевта.

Питання для самостійного вивчення. Порівняння інтегративної психотерапії з класичними підходами: переваги та обмеження. Особливості короткострокових інтегративних моделей та їх ефективність у різних категоріях клієнтів. Використання онлайн-психотерапії у роботі з різними віковими та культурними групами.

Зміст практичних занять

Тема 1. Сучасні психодинамічні підходи (2 год)

Поняття сучасних психодинамічних підходів у психотерапії та їхнє практичне застосування. Особливості короткострокової психодинамічної терапії у роботі з клієнтами. Принципи менталізаційно-орієнтованої терапії (МВТ) і застосування технік для покращення розуміння емоцій клієнта. Специфіка терапії, орієнтованої на перенесення (TFP), та практичні стратегії роботи з перенесенням і контрперенесенням. Особливості проведення психотерапевтичних сесій та використання активних методів взаємодії з клієнтом. Робота з внутрішніми конфліктами та емоційними переживаннями клієнта у практичних завданнях. Актуальні сфери застосування психодинамічних підходів у сучасній психологічній практиці. Використання психодинамічних методів для розвитку професійних компетентностей та підвищення ефективності психотерапевтичної діяльності.

Завдання для самостійної роботи. Підготувати невеликий огляд одного сучасного психодинамічного підходу (короткострокова психодинамічна терапія, МВТ або TFP) із прикладами його практичного застосування.

Тема 2. Сучасні когнітивно-поведінкові напрями (третя хвиля КПТ) (2 год)

Поняття сучасних когнітивно-поведінкових напрямів психотерапії та їхнє застосування у практичній роботі з клієнтом. Принципи терапії прийняття і відповідальності (АСТ) та використання технік для

формування психологічної гнучкості клієнта. Особливості діалектично-поведінкової терапії (DBT) і застосування інтервенцій для регуляції емоцій та поведінки. Схема-терапія та практичні методи роботи з когнітивними та емоційними схемами клієнта. Майндфулнес-орієнтовані підходи та їхнє використання для розвитку усвідомленості та зниження стресу. Переваги та обмеження сучасних КПТ-підходів у реальних психотерапевтичних ситуаціях. Застосування когнітивно-поведінкових методів для різних категорій клієнтів і психологічних проблем. Значення сучасних КПТ-напрямів для розвитку професійних компетентностей психотерапевта та підвищення ефективності практичної роботи.

Завдання для самостійної роботи. Підготувати короткий огляд одного з сучасних когнітивно-поведінкових напрямів (АСТ, DBT, схема-терапія або майндфулнес), описати його основні принципи, практичні техніки та приклади використання у роботі з різними категоріями клієнтів.

Тема 3. Сучасні гуманістично-екзистенційні напрями (2 год)

Поняття сучасних гуманістично-екзистенційних напрямів психотерапії та їхнє застосування у практичній роботі з клієнтом. Принципи емоційно-фокусованої терапії (ЕФТ) та використання технік для покращення емоційного зв'язку між клієнтами та психотерапевтом. Особливості сучасної клієнт-центрованої терапії та застосування активного слухання і підтримки самоусвідомлення клієнта. Екзистенційно-аналітичні підходи та практичні методи роботи з цінностями, сенсом життя та особистісною ідентичністю. Робота з внутрішніми конфліктами та переживаннями клієнта у групових і індивідуальних вправах. Застосування гуманістично-екзистенційних методів для підтримки психічного здоров'я та розвитку особистості клієнта. Використання цих підходів для розвитку професійних компетентностей психотерапевта та підвищення ефективності практичної діяльності.

Завдання для самостійної роботи. Підготувати короткий огляд одного гуманістично-екзистенційного підходу (ЕФТ, сучасна клієнт-центрована або екзистенційно-аналітична терапія), описати його основні принципи, техніки та приклади застосування у роботі з різними категоріями клієнтів.

Тема 4. Гештальт-терапія в сучасній практиці (2 год)

Поняття сучасних підходів гештальт-терапії та їхнє застосування у практичній роботі з клієнтом. Сучасні моделі гештальт-терапії та використання технік для покращення усвідомлення переживань клієнта. Реляційний підхід та його роль у встановленні ефективного контакту з клієнтом. Практична робота з травмою та способи безпечного ведення клієнта через травматичний досвід. Межі терапевтичного контакту та їх дотримання у практичних вправах. Інтеграція гештальт-методів з іншими психотерапевтичними напрямками для підвищення ефективності

інтервенцій. Застосування гештальт-терапії для розвитку самосвідомості та психічного здоров'я клієнта. Використання гештальт-підходів для формування професійних компетентностей психотерапевта.

Завдання для самостійної роботи. Підготувати короткий огляд одного сучасного гештальт-підходу, описати його ключові принципи, методи роботи з клієнтом та приклади інтеграції з іншими психотерапевтичними напрямками.

Тема 5. Системна та наративна психотерапія (2 год)

Поняття сучасних системних та наративних підходів у психотерапії та їхнє застосування у практичній роботі з клієнтом. Основи системної сімейної терапії та використання методів для аналізу сімейних та соціальних взаємозв'язків. Принципи наративної терапії та практичні техніки роботи з особистісною та соціальною ідентичністю клієнта. Робота з сімейними та соціальними контекстами у індивідуальних та групових вправах. Адаптація психотерапевтичних методів до різних клієнтських груп та мультикультурних середовищ. Використання системних та наративних підходів для розвитку психічного здоров'я та соціальної адаптації клієнта. Застосування методів для формування професійних компетентностей психотерапевта та підвищення ефективності практичної діяльності.

Завдання для самостійної роботи. Підготувати короткий огляд одного з підходів (системна або наративна психотерапія), описати його ключові принципи, техніки роботи та приклади застосування у роботі з сім'єю або соціальними групами.

Тема 6. Травмоорієнтовані та тілесно-інтегративні напрями психотерапії (2 год)

Поняття травмоорієнтованих та тілесно-інтегративних напрямів психотерапії та їхнє застосування у практичній роботі з клієнтом. Практичне використання методу EMDR, включно з десенсибілізацією та репроцесінгом рухами очей. Соматичні підходи та вправи для роботи з тілесними відчуттями клієнта. Тілесно-орієнтована психотерапія у практичних сесіях та її адаптація до індивідуальних потреб клієнта. Робота з травмою у кризових та воєнних контекстах, забезпечення безпеки та підтримки клієнта. Використання методів для відновлення психічного здоров'я, підвищення ресурсності та стресостійкості клієнта. Актуальні способи інтеграції травмоорієнтованих методів у індивідуальну та групову практику психотерапевта. Розвиток професійних компетентностей психотерапевта через практичне застосування травмоорієнтованих і тілесно-інтегративних методів.

Завдання для самостійної роботи. Підготувати короткий огляд одного з травмоорієнтованих або тілесно-інтегративних методів (EMDR, соматичні підходи або тілесно-орієнтована психотерапія), описати його

основні принципи, техніки та приклади практичного застосування у кризових або воєнних контекстах.

Тема 7. Інтегративні підходи і онлайн-психотерапія: сучасні моделі та перспективи розвитку (2 год)

Поняття інтегративної психотерапії та принципи її застосування у практичній роботі з клієнтом. Короткострокові моделі психотерапії та їх використання у сесіях з різними категоріями клієнтів. Онлайн-психотерапія: практичні особливості проведення дистанційних сесій та використання цифрових інструментів. Застосування сучасних технологій для підтримки психічного здоров'я та ефективності психотерапевтичної практики. Адаптація інтегративних методів до індивідуальних потреб клієнтів у різних контекстах. Робота з викликами цифровізації та змінами соціального середовища у психотерапевтичній практиці. Використання інтегративних і цифрових підходів для розвитку професійних компетентностей психотерапевта та підвищення якості надання психологічної допомоги.

Завдання для самостійної роботи. Підготувати короткий огляд інтегративної психотерапії та сучасних онлайн-психотерапевтичних практик, описати їх ключові принципи, техніки та приклади застосування, а також окреслити перспективи розвитку психотерапії у цифровому та глобальному контексті.

Розподіл годин, виділених на вивчення дисципліни

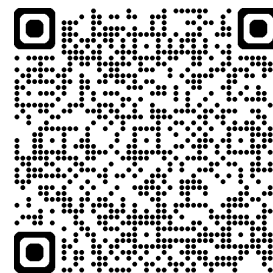
«Напрямки сучасної психотерапії»

Найменування видів робіт	Розподіл годин	
	денна форма	заочна форма
Самостійна робота, год, у т.ч. :	60	88
Опрацювання матеріалу, викладеного на лекціях	16	16
Підготовка до практичних занять та контрольних заходів	21	21
Підготовка до поточного контролю	6	6
Опрацювання матеріалу, винесеного на самостійне вивчення	17	45

ПОЛІТИКА КУРСУ

1) щодо системи поточного і підсумкового контролю

Організація поточного та підсумкового семестрового контролю знань студентів, проведення практик та атестації, переведення показників академічної успішності за 100-бальною шкалою в систему оцінок за національною шкалою здійснюється згідно з “Положенням про систему поточного і підсумкового контролю, оцінювання знань та визначення рейтингу здобувачів освіти”. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



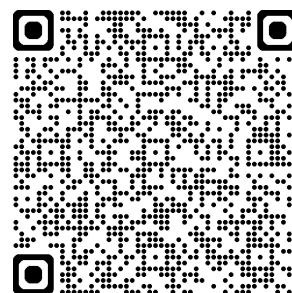
2) щодо оскарження результатів контрольних заходів

Здобувачі вищої освіти мають право на оскарження оцінки з дисципліни отриманої під час контрольних заходів. Апеляція здійснюється відповідно до «Положення про політику та врегулювання конфліктних ситуацій». Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



3) щодо відпрацювання пропущених занять

Згідно “Положення про організацію освітнього процесу” здобувач допускається до семестрового контролю з конкретної навчальної дисципліни (семестрового екзамену, диференційованого заліку), якщо він виконав усі види робіт, передбачені на семестр навчальним планом та силабусом/робочою програмою навчальної дисципліни, підтвердив опанування на мінімальному рівні результатів навчання (отримав ≥ 35 бали), відпрацював визначені індивідуальним навчальним планом всі лекційні, практичні, семінарські та лабораторні заняття, на яких він був відсутній. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



4) щодо дотримання академічної доброчесності

“Положення про академічну доброчесність” закріплює моральні принципи, норми та правила етичної поведінки, позитивного, сприятливого, доброчесного освітнього і наукового середовища, професійної діяльності та професійного спілкування спільноти Університету, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



5) щодо використання штучного інтелекту

“Положення про академічну доброчесність” визначає політику щодо використання технічних засобів на основі штучного інтелекту в освітньому процесі. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#). “Положення про систему запобігання та виявлення академічного плагіату, самоплагіату, фабрикації та фальсифікації академічних творів” містить рекомендації щодо використання в



академічних текстах генераторів на основі штучного інтелекту. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).

6) щодо використання технічних засобів в аудиторії та правила комунікації

Використання мобільних телефонів, планшетів та інших гаджетів під час лекційних та практичних занять дозволяється виключно у навчальних цілях (для уточнення певних даних, перевірки правопису, отримання довідкової інформації тощо). На гаджетах повинен бути активований режим «без звуку» до початку заняття. Під час занять заборонено надсилання текстових повідомлень, прослуховування музики, перевірка електронної пошти, соціальних мереж тощо. Під час виконання заходів контролю використання гаджетів заборонено (за винятком, коли це передбачено умовами його проведення). У разі порушення цієї заборони результат анулюється без права перескладання. Ознайомитись з відповідним документом можна за [посиланням](#). Комунікація відбувається через електронну пошту і сторінку дисципліни в Moodle.



7) щодо зарахування результатів навчання, здобутих шляхом формальної/інформальної освіти

Процедури визнання результатів навчання, здобутих шляхом формальної/інформальної освіти визначаються «Положенням про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та / або інформальної освіти». Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



№ п/п	Перелік онлайн-курсів (приклад)	Перелік тем, які можуть бути перераховані (за умови наявності сертифіката на ім'я та прізвище студента/студентки)
1.	Платформа Coursera Курс Learn Interpersonal Psychotherapy https://www.coursera.org/learn/learn-ip (сертифікат безкоштовно за умови написання мотиваційного листа і отримання підтвердження)	Тема 1. Сучасна психотерапія: теоретичні засади та тенденції розвитку Тема 8. Інтегративна, онлайн та майбутнє психотерапії
2.	Платформа Udey DBT Skills Mastery-Dialectical Behavior Therapy(3rd Gen CBT) https://www.udemy.com/course/behavioral-behavior-therapy/	Тема 1. Сучасна психотерапія: теоретичні засади та тенденції розвитку Тема 3. Сучасні когнітивно-поведінкові напрями (третя хвиля КПТ)

	(сертифікат безкоштовно за умови написання мотиваційного листа і отримання підтвердження)	
--	---	--

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

При вивченні дисципліни застосовується комплекс методів для організації навчання студентів з метою розвитку їх абстрактно-логічного мислення, творчих здібностей, підвищення мотивації до навчання та формування особистості майбутнього фахівця в галузі психології.

Програмний результат навчання	Метод навчання	Метод оцінювання
ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.	бесіда-діалог рольові і ділові ігри мозковий штурм	усне оцінювання, письмове оцінювання
ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.	проблемно-пошуковий метод, кейс-метод, рольові ігри; дискусії	письмове оцінювання, самооцінювання, взаємооцінювання
ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.	кейс-метод мозковий штурм	самооцінювання
ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.	лекції з елементами проблемного та дискусійного викладу; ситуаційне моделювання етичних конфліктів; групові дискусії,	усний контроль, самооцінювання, взаємооцінювання
ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.	ситуаційне моделювання та рольові ігри; проектний метод; рефлексивний метод.	усний контроль взаємооцінювання
ПР12. Демонструвати здатність до наукової рефлексії, професійного саморозвитку й формування власного стилю психологічної діяльності, дотримуючись вимог етичних кодексів і чинного законодавства у сфері психології.	групові обговорення, професійного розвитку; проектне навчання.	усний контроль самооцінювання

ПР13. Застосовувати методи та техніки кризових інтервенцій і першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях, забезпечуючи конфіденційність, спираючись на професійну етику.	кейс-метод, дискусії	усне оцінювання самооцінювання та взаємооцінювання;
---	---------------------------------	--

ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Вид	Зміст	% від загальної оцінки	Бал	
			min	max
Поточні контрольні заходи	Аудиторна робота	60	35	60
Підсумкові контрольні заходи	Екзамен	40	25	40
Всього:	-	100	60	100

Процедура проведення контрольних заходів, а саме поточного контролю знань протягом семестру та підсумкового семестрового контролю, регулюється «Положенням про систему поточного та підсумкового контролю оцінювання знань та визначення рейтингу студентів», яке розміщено на сайті університету в розділі «Публічна інформація»: <https://ukd.edu.ua/node/1149>

Фіксація **поточного** контролю здійснюється в «Електронному журналі обліку успішності академічної групи» на підставі чотирибальної шкали – «2»; «3»; «4»; «5». У разі відсутності студента на занятті виставляється “н”. За результатами поточного контролю у Журналі, автоматично визначається підсумкова оцінка, здійснюється підрахунок пропущених занять.

Критерії оцінювання відповіді на практичному занятті:

Кількість балів	Характеристика
5 балів	Здобувач в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов’язкову та додаткову літературу. Ініціативне та творче ставлення до виконання різних типів завдань. Правильно виконує усі завдання. Здобувач освіти володіє всіма необхідними практичними навичками.

4 бали	В більшій мірі володіє навчальним матеріалом, але може допускати незначні помилки під час усних виступів та письмових відповідей, використовує лише обов'язкову літературу, недостатньо аргументує думку, розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань не повною мірою, допускаючи при цьому окремі неточності. Здобувач володіє більшістю необхідних практичних навичок.
3 бали	Не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно, з помилками (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час усних виступів та письмових відповідей, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності. Здобувач володіє менш як половиною необхідних практичних навичок.
2 бали	Поверхнево володіє навчальним матеріалом та не в змозі його викласти, пояснити, не розуміє змісту значної частини теоретичних питань та практичних завдань, засвоєно лише деякі поняття з теми. Здобувач володіє лише деякими практичними навичками.
0 балів	Не володіє навчальним матеріалом, не розуміє змісту теоретичних питань та практичних завдань.

Критерії оцінювання самостійної роботи:

<i>Кількість балів</i>	<i>Опис критерію</i>
<i>5 балів</i>	Завдання виконано повністю, з високим рівнем якості, демонструє глибоке розуміння матеріалу. Робота характеризується творчим підходом, глибоким аналізом і застосуванням теоретичних знань на практиці. Усі аспекти завдання розкрито, а результати роботи є обґрунтованими. У

	практичних завданнях використано правильні методи аналізу та прийнято оптимальні рішення. Структура й оформлення роботи відповідають усім вимогам, робота вирізняється чіткістю та логічністю.
--	--

4 бали	Завдання виконано якісно та з дотриманням основних вимог. Робота демонструє достатній рівень розуміння матеріалу, наявність високого рівня розвитку навичок аналізу, синтезу, узагальнення. Теоретичні знання застосовано правильно, залучено відповідний інструментарій для виконання завдань. У практичних завданнях результати здебільшого коректні, хоча можуть бути незначні недоліки в деталях, таких як неповний аналіз окремих аспектів. Робота структурована й логічно оформлена, а висновки відповідають поставленим цілям. Оформлення відповідає вимогам, незначні недоліки не впливають на якість. Результати роботи можуть бути використані на практиці, але окремі аспекти потребують доопрацювання.
3 бали	Завдання виконано з дотриманням основних вимог, однак воно демонструє середній рівень розуміння матеріалу студентом. У роботі використано обмежену кількість теоретичних джерел, або вони застосовані некоректно. Для практичних завдань результати мають загальну відповідність вимогам, проте присутні недоліки в деталях, таких як неповне розкриття задачі чи наявність окремих помилок. Студент демонструє здатність виконувати завдання, але без достатньої глибини та критичного осмислення. Наявні недоліки в структурі роботи або застосуванні методів. Частково дотримано вимоги до оформлення, але є логічні неточності. Результати роботи мають обмежене практичне значення, можливі помилки в їх застосуванні.
2 бали	Завдання виконано частково або невідповідно до поставлених вимог. Результати роботи демонструють низький рівень розуміння теми та відсутність самостійності у виконанні. При виконанні завдання спостерігається мінімальне залучення теоретичних знань, не використано за необхідності належний інструментарій. У практичних типах завдань допущено серйозні помилки, які призводять до викривлення суті роботи. Порушено вимоги до оформлення або структури, а також спостерігаються грубі помилки в обґрунтуванні рішень чи результатів. Робота хаотично
	структурована, не дотримано вимог до оформлення, а результати є некоректними або непридатними для практичного застосування.

0 балів	Завдання не виконано або виконано повністю неправильно
----------------	--

Усі пропущені заняття, а також негативні оцінки студенти зобов'язані відпрацювати впродовж трьох наступних тижнів. У випадку недотримання цієї норми, замість “н” в журналі буде виставлено “0” (нуль балів), без права перескладання. Відпрацьоване лекційне заняття в електронному журналі позначається літерою «в».

До підсумкового контролю допускаються студенти які за результатами поточного контролю отримали не менше 35 балів. Усі студенти, що отримали 34 бали і менше, не допускаються до складання підсумкового контролю і на підставі укладання додаткового договору, здійснюють повторне вивчення дисципліни впродовж наступного навчального семестру.

Підсумковий контроль знань у формі екзамену проводиться у вигляді комп'ютерного тестування. За результатами підсумкового контролю (екзамен) студент може отримати 40 балів.

Студенти, які під час підсумкового контролю отримали 24 бали і менше, вважаються такими, що не склали екзамен і повинні йти на перескладання.

Загальна семестрова оцінка з дисципліни, яка виставляється в екзаменаційних відомостях оцінюється в балах (згідно з **Шкалою оцінювання знань за ЄКТС**) і є сумою балів отриманих під час поточного та підсумкового контролю.

Шкала оцінювання знань за ЄКТС:

Оцінка за національною шкалою	Рівень досягнень, %	Шкала ECTS
Національна диференційована шкала		
Відмінно	90 – 100	A
Добре	83 – 89	B
	75 – 82	C
Задовільно	67 – 74	D
	60 – 66	E
Незадовільно	35 – 59	FX

	0 – 34	F
--	--------	---

Студенти, які не з'явилися на екзамен без поважних причин, вважаються такими, що отримали незадовільну оцінку.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література:

1. Бек Дж. С. Когнітивно-поведінкова терапія: основи та практика. Київ: Науковий світ, 2023. 460 с.
2. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. Київ: Кондор, 2024. 530 с.
3. Каліна Н. Ф. Психотерапія : підручник. Київ : Академвидав, 2010. 288 с.
4. Карпенко Є. В. Методи сучасної психотерапії : навчальний посібник. Дрогобич : Посвіт, 2015. 116 с.
5. Ліхи Р. Л. Техніки когнітивної терапії. Посібник психотерапевта. Київ: Видавництво Науковий світ 2023. 748 с.
6. Меннінг Дж., Ріджуей Н. Практика когнітивно-поведінкової терапії. Робочі листи та роздаткові матеріали для практикуючих фахівців КПТ та їхніх клієнтів. Київ: Науковий світ, 2022. 174 с.
7. Михайлов Б. В. Психотерапія в соматичній медицині. Київ: Всеукраїнське видавництво «Медицина», 2025. 215 с.
8. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навчальний посібник; за ред. М. І. Мушкевича. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
9. Основи психотерапії : навч. посіб. / [О. О. Фільц та ін.] ; за ред. д-ра мед. наук О. О. Фільца, д-ра психол. наук К. В. Седих. 2-ге вид., допов. Київ : Академія, 2024. 206 с.
10. Поплавська Є. В., Меленчук Н. І., Єрмакова С. С. Конспект лекцій з дисципліни «Основи психотерапії». Міжнародний гуманітарний університет. Одеса: МГУ, 2024. 149 с.
11. Прокоф'єва О. О., Ковальова О. В., Варіна Г. Б. Психокорекція та основи психотерапії : підручник. Запоріжжя : Мелітопольський держ. ун-т, 3-є вид., допов. і перероб., 2021. 376 с.
12. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с. URL: https://books.ndcnangu.co.ua/books/praktykumpsykhoterapii_2021_Yatsyna.pdf

Додаткова література:

13. Абрамян Н., Блінов О. Роль психотерапії в реабілітації після травматичних обставин: психотерапевтичний аспект реабілітації. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 4(1). С. 1–8.
14. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога : теорія та практика. Київ: Незалежна фірма «Клас», 2001. 336 с.
15. Кісарчук З. Г., Гребінь Л. О. Психодинамічна модель психотравми з урахуванням феномену структурної регресії як основа для розроблення технології психотерапевтичної допомоги ветеранам у подоланні ПТСР. *Актуальні проблеми психології : Консультативна психологія і психотерапія : зб. наук. праць / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. 2023. Вип. 15, С. 6–47.

- 16.Кобець О. Психотерапія посттравматичного стресового розладу у зарубіжних дослідженнях: на шляху до каністерапії. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. № 77(1). С. 53–61. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-77-1-53-61>
- 17.Манилов І. Ф. Про психотерапевтичний персонально ідеальний стиль життя. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 39. С. 146–156. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-39.146-156>
- 18.Рослер К. Докази ефективності юнгіанської психотерапії: огляд емпіричних досліджень про ефективність роботи з дітьми та підлітками. *Український психоаналітичний журнал*. 2023. Т. 1. № 3. С. 66–73. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-3-10>
- 19.Шауенбург Г. Психодинамічна психотерапія депресії. *Український психоаналітичний журнал*. 2025. Т. 3. № 2. С. 118–133. <https://doi.org/10.32782/upj/2025-3-2-11>
- 20.Ялом І. Дар психотерапії: відкритий лист до нового покоління терапевтів та їхніх пацієнтів. Львів : Видавництво Ростислава Бурлаки, 2024. 384 с.

Електронні інформаційні ресурси

1. Електронна бібліотека Національної бібліотеки України імені В. І. Вернадського - <https://www.nbuv.gov.ua/>
2. PsycINFO (American Psychological Association) - міжнародна база даних анотацій і цитувань з психології та психотерапії <https://www.apa.org/pubs/databases/psycinfo>
3. SFCP Library - набір відкритих ресурсів для ознайомлення з теорією та практикою психоаналізу та психотерапії <https://www.sfcps.org/free-resources/>
4. Асоціація ресурсної психології та психотерапії - український портал з матеріалами, новинами та навчальними ресурсами з психології та психотерапії <https://arpp.com.ua/>