

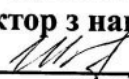
**ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«УНІВЕРСИТЕТ КОРОЛЯ ДАНИЛА»**

Факультет суспільних і прикладних наук

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчально-методичної роботи

 **Ярослав ШТАНЬКО**
«31» серпня 2026 р.

НАПРЯМИ СУЧАСНІ ПСИХОТЕРАПІЇ

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Галузь знань:	С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини
Спеціальність:	С4 «Психологія»
Освітньо-професійна програма:	«Практична психологія»
Освітній рівень:	Другий (магістерський)
Статус дисципліни:	Обов'язкова
Мова викладання, навчання та оцінювання:	українська
Семестр викладання	2

**Івано-Франківськ
2026**

РОЗРОБНИК:

доктор психологічних наук, професор
професор кафедри психології



Олег МАТЕЮК

ЗАТВЕРДЖЕНО:

на засіданні кафедри психології

протокол № 1 від 28.08.2026
завідувач кафедри психології



Олена ХАЛІК

УЗГОДЖЕНО:

Гарант ОПП



Олександра ПИТЛЮК-СМЕРЕЧИНСЬКА

СХВАЛЕНО:

на засіданні Науково-методичної ради, протокол №1 від 31.08.2026 р.

е-mail	oleg.mateyuk@ukd.edu.ua
Номер аудиторії чи кафедри	Кафедра психології, 316 аудиторія
Посилання на сайт	https://ukd.edu.ua
Сторінка курсу в СДО	https://online.ukd.edu.ua/

ВСТУП

Анотація навчальної дисципліни «Напрями сучасної психотерапії»

Навчальна дисципліна «Напрями сучасної психотерапії» спрямована на формування у здобувачів вищої освіти системного наукового розуміння теоретичних засад, моделей психологічної проблеми, механізмів терапевтичної зміни та сучасних методів психотерапії. Курс поєднує вивчення провідних психотерапевтичних традицій із сучасними уявленнями про доказову психологічну практику, терапевтичні відносини, формулювання випадку, механізми психотерапевтичної зміни та критерії обґрунтованого вибору психотерапевтичного втручання.

У межах дисципліни розглядаються наукові засади сучасної психотерапії, співвідношення психотерапевтичного напрямку, методу і техніки, специфічні та спільні чинники терапевтичної зміни, критерії оцінювання ефективності психотерапевтичних втручань. Значна увага приділяється доказовій психологічній практиці як інтеграції наукових доказів, професійної компетентності психолога, характеристик, цінностей і вподобань клієнта та контексту надання психологічної допомоги.

Послідовно аналізуються психодинамічна, гуманістична та експерієнційна, поведінкова і когнітивно-поведінкова психотерапевтичні традиції. Розглядаються сучасні психодинамічні та менталізаційні моделі, особистісно-центрована терапія, гештальт-терапія, емоційно-фокусована терапія, когнітивно-поведінкова терапія, а також контекстуально-поведінкові підходи, зокрема терапія прийняття та відповідальності (АСТ) і діалектична поведінкова терапія (DBT). Кожний напрям аналізується через його модель психологічної проблеми, механізми її підтримання, цілі психотерапії, механізми терапевтичної зміни, роль терапевта і клієнта, основні процедури, емпіричну базу та межі застосування.

Окремий змістовий блок присвячено системній та сімейній психотерапії, системному формулюванню випадку, циркулярній причинності та аналізу повторюваних патернів взаємодії. Розглядаються також сучасні підходи до психотерапії психічної травми, механізми підтримання посттравматичних труднощів, травма-фокусовані втручання, пролонгована експозиція (PE), терапія когнітивного опрацювання (CPT), десенсибілізація та репроцесуалізація рухами очей (EMDR), їх доказова база, показання та обмеження. Особлива увага приділяється проблемам психотерапевтичної допомоги в умовах тривалої війни, втрат, вимушеного переміщення та повторного впливу травматичних подій.

Завершальний блок дисципліни присвячено психотерапевтичній інтеграції, терапевтичному альянсу, адаптації психотерапії до характеристик клієнта та обґрунтованому вибору психотерапевтичного підходу. Дисципліна має виражену практичну спрямованість і сприяє розвитку здатності здійснювати формулювання випадку, порівнювати психотерапевтичні моделі, співвідносити терапевтичні техніки з механізмами психологічної проблеми,

критично оцінювати доказову базу психотерапевтичних методів та аргументовано обирати психотерапевтичну стратегію з урахуванням запиту, характеристик клієнта, професійної компетентності психолога й етичних вимог.

Метою навчальної дисципліни «Напрями сучасної психотерапії» є формування у здобувачів вищої освіти системного наукового розуміння теоретичних засад, моделей психологічної проблеми та механізмів терапевтичної зміни в основних сучасних напрямках психотерапії, а також розвиток здатності критично оцінювати їх доказову базу, здійснювати формулювання випадку та науково й професійно обґрунтовувати вибір психотерапевтичного підходу відповідно до психологічної проблеми, характеристик і потреб клієнта та контексту надання психологічної допомоги.

Завданнями навчальної дисципліни є:

- формування системних знань про наукові засади, основні поняття, принципи та сучасні напрями психотерапії;
- формування розуміння співвідношення психотерапевтичного напрямку, теоретичної моделі, конкретного методу психотерапії та окремої терапевтичної техніки;
- засвоєння основних моделей психологічної проблеми, механізмів її виникнення і підтримання та механізмів терапевтичної зміни в різних психотерапевтичних традиціях;
- формування знань про психодинамічні, гуманістичні та експерієнційні, поведінкові, когнітивно-поведінкові, контекстуально-поведінкові, системні та сімейні напрями психотерапії;
- оволодіння принципами формулювання випадку та розвиток здатності порівнювати концептуалізацію психологічної проблеми в різних психотерапевтичних моделях;
- формування розуміння ролі терапевтичних відносин, робочого альянсу, емпатії, характеристик клієнта та професійної компетентності психолога у процесі психотерапевтичної зміни;
- засвоєння сучасних моделей і принципів психотерапії психічної травми, травма-фокусованих втручань, їх можливостей, доказової бази та обмежень;
- розвиток здатності критично оцінювати наукову обґрунтованість психотерапевтичних підходів і розмежовувати поширеність методу, його нормативне визнання та рівень емпіричного підтвердження;
- формування здатності інтегрувати наукові докази, формулювання випадку, характеристики та вподобання клієнта, терапевтичні відносини й професійну компетентність психолога для обґрунтованого вибору психотерапевтичного втручання;
- формування готовності дотримуватися професійних та етичних вимог, меж компетентності й принципів психологічної безпеки під час застосування психотерапевтичних знань і методів.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен **знати**:

- предмет, основні поняття, наукові засади та сучасні тенденції розвитку психотерапії;
 - принципи доказової психологічної практики та основні критерії оцінювання ефективності психотерапевтичних втручань;
 - співвідношення психотерапевтичного напрямку, теоретичної моделі, методу та терапевтичної техніки;
 - теоретичні засади, моделі психологічної проблеми та механізми терапевтичної зміни в психодинамічній, гуманістичній та експерієнційній, поведінковій і когнітивно-поведінковій психотерапії;
 - основні положення сучасних психодинамічних і менталізаційних підходів, особистісно-центрованої, гештальт- та емоційно-фокусованої терапії;
 - принципи когнітивно-поведінкового формулювання випадку, основні когнітивні й поведінкові механізми підтримання психологічних труднощів та відповідні психотерапевтичні стратегії;
 - теоретичні засади та механізми терапевтичної зміни в АСТ, DBT та інших сучасних контекстуально-поведінкових підходах;
 - основні принципи системної та сімейної психотерапії, циркулярної причинності та системного формулювання випадку;
 - сучасні моделі психічної травми, принципи травма-фокусованої психотерапії, основні характеристики РЕ, СРТ та EMDR, їх можливості, доказову базу й обмеження;
- роль терапевтичного альянсу, емпатії, узгодження цілей і завдань, характеристик клієнта та професійної компетентності психолога в психотерапевтичному процесі;
- основні стратегії психотерапевтичної інтеграції та принципи обґрунтованого вибору психотерапевтичного підходу;
 - професійні й етичні вимоги до застосування психотерапевтичних методів, принципи інформованої згоди, психологічної безпеки та дотримання меж професійної компетентності.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен **уміти**:

- аналізувати психотерапевтичні підходи на основі їх теоретичних засад, моделей психологічної проблеми та передбачуваних механізмів терапевтичної зміни;
- розмежовувати психотерапевтичний напрям, теоретичну модель, конкретний метод психотерапії та окрему терапевтичну техніку;
- здійснювати формулювання випадку та визначати основні психологічні механізми, що можуть підтримувати труднощі клієнта;
- порівнювати формулювання одного випадку з позицій різних психотерапевтичних моделей та визначати, як теоретична концептуалізація проблеми впливає на вибір терапевтичних цілей і втручань;

- співвідносити конкретні психотерапевтичні техніки з моделлю психологічної проблеми, терапевтичними цілями та передбачуваними механізмами зміни;
- аналізувати терапевтичні відносини, робочий альянс, терапевтичні труднощі та їх значення для процесу психотерапії;
- здійснювати базове системне формулювання психологічної проблеми, аналізувати повторювані патерни взаємодії та застосовувати принцип циркулярної причинності;
- аналізувати випадки психічної травми з урахуванням механізмів підтримання посттравматичних труднощів та принципів сучасної травма-фокусованої психотерапії;
- критично оцінювати наукові докази ефективності психотерапевтичних методів, розрізняти результати окремих досліджень, систематичних оглядів, клінічних рекомендацій та професійного чи нормативного визнання методу;
- порівнювати психотерапевтичні підходи за моделлю проблеми, механізмом зміни, роллю терапевта і клієнта, терапевтичними процедурами, доказовою базою, показаннями та обмеженнями;
- обґрунтовувати вибір психотерапевтичного підходу з урахуванням наукових доказів, формулювання випадку, характеристик і вподобань клієнта, терапевтичних відносин, контексту та власної професійної компетентності;
- оцінювати необхідність коригування або зміни психотерапевтичної стратегії на основі моніторингу процесу й результатів психотерапії;
- формулювати професійно та науково обґрунтовані висновки щодо можливостей і меж застосування психотерапевтичних підходів та дотримуватися професійної етики й меж компетентності під час їх використання.

Шифри та зміст компетентностей і програмних результатів навчання наведено відповідно до ОПП «Практична психологія» другого (магістерського) рівня вищої освіти для відповідного року вступу в чинній редакції.

Шифр та назва компетентності	Шифр та назва програмних результатів навчання
ІК. 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	ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

невизначеністю умов і вимог. ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності. ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики. СК3. Здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності. СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік. СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності. СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та	ПРН 8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації. ПРН 9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності. ПРН 11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності. ПРН 12. Демонструвати здатність до наукової рефлексії, професійного саморозвитку й формування власного стилю психологічної діяльності, дотримуючись вимог етичних кодексів і чинного законодавства у сфері психології.
---	---

підвищувати професійну кваліфікацію. СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.	
---	--

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

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

Структурно-логічна схема вивчення навчальної дисципліни:

Пререквізити	Постреквізити
Психологія здоров'я та благополуччя особистості	Виробнича практика
Психодіагностика та скринінг психічного здоров'я	Атестаційний екзамен
Інтегративний підхід в консультуванні	

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Перелік тем лекційного матеріалу

Змістовий модуль 1. Від теорій особистості до моделей терапевтичної зміни

Тема 1. Сучасна психотерапія: наукові засади, механізми терапевтичної зміни та доказова практика (2 год.)

Психотерапія як професійно організований процес психологічної допомоги. Співвідношення психотерапії, психологічного консультування та психологічної підтримки. Основні компоненти психотерапевтичної моделі: концепція психологічної проблеми, механізми її виникнення і підтримання, цілі психотерапії, передбачувані механізми терапевтичної зміни, психотерапевтичні процедури та критерії результативності. Психотерапевтичний напрям, метод і окрема техніка як різні рівні організації психотерапевтичної практики.

Основні способи концептуалізації сучасної психотерапії: теоретично орієнтовані, проблемно-орієнтовані, доказові, практико-орієнтовані та контекстуальні моделі. Доказова психологічна практика (evidence-based practice) як інтеграція найкращих доступних наукових доказів, професійної компетентності психолога та характеристик, цінностей і контексту клієнта. Ефективність психотерапії у контрольованих дослідженнях та реальній практиці. Докази, отримані з практики, та їх місце в оцінюванні психотерапевтичної допомоги.

Специфічні та спільні чинники психотерапевтичної зміни. Терапевтичний альянс, емпатія, узгодження цілей і завдань, очікування клієнта, професійна чутливість терапевта та якість терапевтичних відносин. Співвідношення терапевтичної техніки, теоретичної моделі й характеристик терапевтичної взаємодії. Проблема визначення механізмів, завдяки яким психотерапія приводить до психологічних змін.

Наукові докази як підстава, але не механічний алгоритм вибору психотерапевтичного втручання. Межі професійної компетентності, інформована згода, психологічна безпека клієнта, культурний і соціальний контекст. Центральна проблема курсу: обґрунтування вибору психотерапевтичного підходу для конкретного клієнта, психологічної проблеми та контексту.

Питання для самостійного вивчення: чим доказова психологічна практика відрізняється від механічного використання психотерапевтичного методу, ефективність якого має емпіричні підтвердження? [3; 5; 7; 20; 23; 25; 26].

Тема 2. Психодинамічна традиція: від психоаналізу до сучасної психодинамічної психотерапії (2 год.)

Психоаналіз З. Фрейда як історична основа психодинамічної традиції. Несвідомі психічні процеси, внутрішній конфлікт, захисні механізми, повторення та перенесення як способи пояснення психологічних труднощів. Психоаналітичне розуміння симптому не лише як порушення, яке необхідно усунути, а як психічного утворення, функція якого має бути зрозумілою в контексті особистісної історії людини.

Розвиток психодинамічної традиції після класичного психоаналізу: его-психологія, теорії об'єктних відносин, реляційні підходи та вплив теорії прив'язаності. Перехід від переважно внутрішньопсихічної моделі конфлікту до аналізу стійких способів переживання себе та інших, міжособистісних очікувань і повторюваних патернів стосунків. Сучасна психодинамічна психотерапія та її відмінності від класичного психоаналізу.

Психодинамічне формулювання випадку: актуальні труднощі, внутрішні конфлікти, захисні процеси, характерні способи побудови стосунків, перенесення і контрперенесення. Терапевтичні відносини як джерело інформації про повторювані міжособистісні патерни та простір їхнього переосмислення. Інтерпретація, прояснення, конфронтація й опрацювання як способи психотерапевтичної роботи.

Сучасний розвиток психодинамічної традиції на прикладі психотерапії, заснованої на менталізації. Менталізація як здатність осмислювати власну поведінку та поведінку інших людей через психічні стани, наміри, почуття й переконання. Сучасна емпірична оцінка психодинамічних підходів, проблема встановлення специфічних механізмів терапевтичної зміни та межі перенесення доказів ефективності конкретної психодинамічної терапії на всю традицію.

Питання для самостійного вивчення: як змінилося розуміння механізмів терапевтичної зміни від класичного психоаналізу до сучасних психодинамічних і менталізаційних моделей? [3; 5; 6; 7; 19; 20; 21; 23].

Тема 3. Гуманістичні та експерієнційні напрями психотерапії: особистісно-центрований підхід, гештальт-терапія та емоційно-фокусована терапія (2 год.)

Гуманістична традиція як альтернатива детерміністичним моделям людини в психоаналізі та ранньому біхевіоризмі. Особистісно-центрована терапія К. Роджерса: тенденція до актуалізації, Я-концепція, конгруентність і неконгруентність. Емпатичне розуміння, безумовне позитивне прийняття та конгруентність терапевта як умови терапевтичного процесу. Недирективність не як пасивність психолога, а як особлива організація терапевтичних відносин.

Експерієнційна традиція та зміщення уваги від пояснення проблеми до безпосереднього переживання клієнта в терапевтичній ситуації. Гештальт-терапія: усвідомлення, контакт, актуальний досвід, порушення

контакту та терапевтичний експеримент. Спільні засади гуманістично-експерієнційного поля та відмінності гештальт-терапії від особистісно-центрованого підходу за концептуальною моделлю, роллю терапевта і способами організації терапевтичного процесу.

Емоційно-фокусована терапія як сучасний експерієнційний підхід. Емоція як джерело інформації та центральний процес терапевтичної зміни. Розрізнення адаптивних і дезадаптивних емоційних реакцій, емоційна переробка та трансформація емоційного досвіду. Співвідношення терапевтичних відносин і спеціальних експерієнційних процедур.

Емпіричні дослідження терапевтичної емпатії, альянсу та експерієнційних процесів. Межі твердження про те, що терапевтичні відносини є самодостатнім механізмом зміни. Необхідність урахування психологічної проблеми, цілей психотерапії, характеристик клієнта, терапевтичного методу та професійної компетентності психолога.

Питання для самостійного вивчення: що розглядається як основний механізм терапевтичної зміни в особистісно-центрованій, гештальт- та емоційно-фокусованій терапії і в чому ці пояснення принципово відрізняються? [3; 5; 6; 7; 12; 19; 20; 21; 23].

Тема 4. Поведінкова та когнітивно-поведінкова психотерапія: теоретичні моделі, формулювання випадку та механізми зміни (2 год.)

Поведінкова традиція та принципи наочності як основа пояснення формування і підтримання проблемної поведінки. Класичне й оперантне обумовлення, уникнення та негативне підкріплення. Експозиція, поведінкова активація та формування нових моделей поведінки. Перехід від поведінкової терапії до когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) і розширення уявлень про механізми виникнення та підтримання психологічних труднощів.

Когнітивна модель А. Бека: взаємозв'язок ситуації, автоматичних думок, емоцій, поведінкових реакцій, проміжних і глибинних переконань. Когнітивні викривлення та підтримувальні цикли психологічної проблеми. Формулювання випадку (case formulation) як індивідуалізована модель механізмів, що пояснює виникнення й підтримання труднощів конкретного клієнта та визначає логіку психотерапевтичного втручання.

Основні стратегії КПТ: психоедукація, когнітивне переосмислення, поведінкові експерименти, експозиція, поведінкова активація, формування навичок і профілактика рецидиву. Терапевтична техніка як засіб впливу на конкретний підтримувальний механізм, а не самодостатня процедура. Співпраця терапевта і клієнта, структурованість терапії та емпірична перевірка терапевтичних припущень.

КПТ як сімейство психотерапевтичних втручань, а не єдиний стандартизований набір технік. Доказовість конкретних протоколів щодо конкретних психологічних проблем і психічних розладів. Співвідношення стандартизованого протоколу, індивідуального формулювання випадку та

професійної адаптації втручання. Межі перенесення доказів ефективності окремої форми КПТ на когнітивно-поведінковий напрям загалом.

Питання для самостійного вивчення: чим когнітивно-поведінкове формулювання випадку відрізняється від встановлення діагнозу та механічного вибору стандартного терапевтичного протоколу? [2; 4; 5; 11; 15; 20; 21; 23].

Змістовий модуль 2. Сучасні модальності, психічна травма та інтеграція психотерапії

Тема 5. Контекстуально-поведінкові підходи та сучасний розвиток когнітивно-поведінкової психотерапії (2 год.)

Розвиток поведінкової та когнітивно-поведінкової традиції й виникнення підходів, які часто позначають поняттям «третя хвиля» КПТ. Межі цього поняття та неоднорідність відповідних психотерапевтичних моделей. Перехід від переважної орієнтації на зміну змісту дисфункціональних думок до аналізу функції поведінки, контексту, ставлення людини до власного внутрішнього досвіду та психологічної гнучкості.

Терапія прийняття та відповідальності (Acceptance and Commitment Therapy, АСТ): психологічна гнучкість як центральний терапевтичний процес; прийняття, когнітивне роз'єднання, контакт із теперішнім моментом, Я-як-контекст, цінності та цілеспрямована дія. Відмінність між зміною змісту думки та зміною ставлення людини до власних думок і переживань.

Діалектична поведінкова терапія (Dialectical Behavior Therapy, DBT): діалектика прийняття і зміни, регуляція емоцій, толерантність до дистресу, усвідомленість і міжособистісна ефективність. Підходи, засновані на усвідомленості, та їх місце в сучасній психотерапії. Розмежування цілісної психотерапевтичної моделі, компонента психотерапевтичного втручання та окремої психологічної практики.

Співвідношення класичної КПТ і контекстуально-поведінкових підходів. Доказовість конкретних втручань, проблема встановлення специфічних механізмів терапевтичної зміни. Необхідність оцінювати ефективність не «третьої хвилі» загалом, а конкретного психотерапевтичного втручання щодо визначеної проблеми та групи клієнтів.

Питання для самостійного вивчення: чим логіка терапевтичної зміни в АСТ відрізняється від класичної когнітивної моделі зміни дисфункціональних переконань? [1; 2; 11; 14; 15; 20; 21; 24].

Тема 6. Системна та сімейна психотерапія: від індивідуальної проблеми до системи взаємодій (2 год.)

Системний погляд на психологічну проблему: зміщення одиниці аналізу від окремої людини до структури та динаміки взаємодій. Система, підсистема, межі, правила, ролі, зворотний зв'язок, циркулярна причинність і сімейний життєвий цикл. Симптом окремого члена сім'ї в контексті

функціонування системи та обмеження лінійного пояснення сімейних труднощів.

Основні історичні лінії розвитку сімейної психотерапії: структурний, стратегічний і системний підходи. Сімейні структури та межі, повторювані комунікативні послідовності, правила взаємодії та підтримувальні цикли. Перехід від уявлення про терапевта як зовнішнього експерта, який «виправляє систему», до сучаснішого розуміння терапевтичної взаємодії, контексту та множинності перспектив.

Системне формулювання випадку: проблема як елемент повторюваної взаємодії, а не винятково властивість одного «проблемного» члена сім'ї. Циркулярні запитання, аналіз патернів взаємодії, робота з межами і правилами, рефреймінг та інші способи системної роботи. Розмежування системного мислення як способу концептуалізації та конкретних технік сімейної психотерапії.

Сучасна сімейна психотерапія як плюралістичне поле. Доказовість сімейних і системних втручань залежно від проблеми, групи клієнтів і терапевтичного формату. Етичні питання роботи з кількома учасниками: множинність запитів, конфіденційність, інформована згода, конфлікт інтересів, насильство та межі принципу терапевтичної нейтральності.

Питання для самостійного вивчення: як змінюється формулювання психологічної проблеми, якщо замість лінійної причинності застосувати принцип циркулярної причинності? [3; 5; 6; 7; 20; 21; 23].

Тема 7. Сучасна психотерапія психічної травми: моделі, травма-фокусовані втручання та доказова база (2 год.)

Психічна травма як предмет сучасної психотерапії. Травматична подія, посттравматичні реакції та посттравматичний стресовий розлад: необхідність розмежування переживання потенційно травматичної події та психічного розладу. Уникнення, особливості травматичної пам'яті, негативні когнітивні й емоційні зміни, відчуття актуальної загрози та інші процеси, які можуть підтримувати посттравматичні труднощі. Український контекст тривалої війни, втрат, вимушеного переміщення та повторного впливу травматичних подій.

Травма-фокусована когнітивно-поведінкова терапія. Пролонгована експозиція (Prolonged Exposure, PE) і терапія когнітивного опрацювання (Cognitive Processing Therapy, CPT) як приклади структурованих травма-фокусованих втручань. Експозиція, подолання уникнення, опрацювання травматичних спогадів та переосмислення пов'язаних із травмою переконань як різні шляхи терапевтичної зміни.

Десенсибілізація та репроцесуалізація рухами очей (Eye Movement Desensitization and Reprocessing, EMDR): теоретичні засади, структура процедури, передбачувані механізми дії та емпіричний статус. Розмежування доказів ефективності психотерапевтичного втручання та доказів

специфічності запропонованого механізму його дії. Безпека, готовність клієнта до травма-фокусованої роботи та місце стабілізаційних втручань.

Критична оцінка сучасних і альтернативних травма-орієнтованих методів за схемою: теоретична модель → механізм зміни → процедура → результати контрольованих досліджень → систематичні огляди та клінічні настанови → обмеження доказової бази. Відмінність між нормативним визнанням психотерапевтичного методу, його поширеністю у професійній практиці та рівнем емпіричного підтвердження. Етичні межі роботи з травматичним досвідом і неприпустимість застосування спеціалізованих методів поза межами професійної компетентності.

Питання для самотійного вивчення: за якими критеріями можна відрізнити науково обґрунтоване травма-фокусоване втручання від методу, популярність якого випереджає його доказову базу? [5; 7; 12; 13; 20; 22; 23; 26].

Тема 8. Інтеграція психотерапії, терапевтичні відносини та обґрунтований вибір психотерапевтичного підходу (2 год.)

Психотерапевтична інтеграція в умовах множинності теоретичних моделей і терапевтичних методів. Відмінність інтеграції від еклектичного використання технік без концептуального обґрунтування. Основні стратегії психотерапевтичної інтеграції: технічний еклектизм, асимілятивна інтеграція, теоретична інтеграція та підхід спільних чинників.

Терапевтичні відносини як наскрізний компонент різних психотерапевтичних моделей. Робочий альянс, емпатія, узгодження цілей і терапевтичних завдань, позитивне ставлення, автентичність, розриви терапевтичного альянсу та їх відновлення. Психологічна безпека клієнта. Співвідношення якості терапевтичних відносин і специфічних процедур та подолання хибного протиставлення «терапевтичні відносини або техніка».

Терапевтична чутливість та адаптація психотерапії до характеристик клієнта: запит, характер і тяжкість проблеми, мотивація, цінності та вподобання, культурний і соціальний контекст, ресурси й ризики. Компетентність терапевта та межі професійної підготовки як складова вибору втручання. Моніторинг процесу і результатів психотерапії, зворотний зв'язок від клієнта та використання даних реальної практики для коригування терапевтичного процесу.

Обґрунтований вибір психотерапії як інтеграція наукових доказів → формулювання конкретного випадку → характеристик і вподобань клієнта → терапевтичних відносин → професійної компетентності психолога → систематичного оцінювання результатів. Межі інтеграції: теоретична несумісність моделей, механічне комбінування технік і вихід за межі компетентності. Перехід від питання «яка психотерапевтична школа найкраща?» до професійного питання: чому саме цей підхід доцільний для цього клієнта в цій ситуації та за якими ознаками визначатиметься його результативність?

Питання для самостійного вивчення: які критерії повинен використати психолог для обґрунтування вибору психотерапевтичного підходу та за яких умов цей вибір необхідно переглянути? [3; 5; 7; 12; 19; 20; 23; 25; 26].

Перелік тем лекційного матеріалу (для заочної форми навчання)

Тема 1. Сучасна психотерапія: наукові засади, механізми терапевтичної зміни та доказова практика (2 год.)

Психотерапія як професійно організований процес психологічної допомоги. Співвідношення психотерапії, психологічного консультування та психологічної підтримки. Основні компоненти психотерапевтичної моделі: концепція психологічної проблеми, механізми її виникнення і підтримання, цілі психотерапії, передбачувані механізми терапевтичної зміни, психотерапевтичні процедури та критерії результативності. Психотерапевтичний напрям, метод і окрема техніка як різні рівні організації психотерапевтичної практики.

Основні способи концептуалізації сучасної психотерапії: теоретично орієнтовані, проблемно-орієнтовані, доказові, практико-орієнтовані та контекстуальні моделі. Доказова психологічна практика (evidence-based practice) як інтеграція найкращих доступних наукових доказів, професійної компетентності психолога та характеристик, цінностей і контексту клієнта. Ефективність психотерапії у контрольованих дослідженнях та реальній практиці. Докази, отримані з практики, та їх місце в оцінюванні психотерапевтичної допомоги.

Специфічні та спільні чинники психотерапевтичної зміни. Терапевтичний альянс, емпатія, узгодження цілей і завдань, очікування клієнта, професійна чутливість терапевта та якість терапевтичних відносин. Співвідношення терапевтичної техніки, теоретичної моделі й характеристик терапевтичної взаємодії. Проблема визначення механізмів, завдяки яким психотерапія приводить до психологічних змін.

Наукові докази як підстава, але не механічний алгоритм вибору психотерапевтичного втручання. Межі професійної компетентності, інформована згода, психологічна безпека клієнта, культурний і соціальний контекст. Центральна проблема курсу: обґрунтування вибору психотерапевтичного підходу для конкретного клієнта, психологічної проблеми та контексту.

Питання для самостійного вивчення: чим доказова психологічна практика відрізняється від механічного використання психотерапевтичного методу, ефективність якого має емпіричні підтвердження? [3; 4; 14; 16; 17; 18].

Тема 2. Інтеграція психотерапії, терапевтичні відносини та обґрунтований вибір психотерапевтичного підходу (2 год.)

Психотерапевтична інтеграція в умовах множинності теоретичних моделей і терапевтичних методів. Відмінність інтеграції від еклектичного використання технік без концептуального обґрунтування. Основні стратегії психотерапевтичної інтеграції: технічний еклектизм, асимілятивна інтеграція, теоретична інтеграція та підхід спільних чинників.

Терапевтичні відносини як наскрізний компонент різних психотерапевтичних моделей. Робочий альянс, емпатія, узгодження цілей і терапевтичних завдань, позитивне ставлення, автентичність, розриви терапевтичного альянсу та їх відновлення. Психологічна безпека клієнта. Співвідношення якості терапевтичних відносин і специфічних процедур та подолання хибного протиставлення «терапевтичні відносини або техніка».

Терапевтична чутливість та адаптація психотерапії до характеристик клієнта: запит, характер і тяжкість проблеми, мотивація, цінності та вподобання, культурний і соціальний контекст, ресурси й ризики. Компетентність терапевта та межі професійної підготовки як складова вибору втручання. Моніторинг процесу і результатів психотерапії, зворотний зв'язок від клієнта та використання даних реальної практики для коригування терапевтичного процесу.

Обґрунтований вибір психотерапії як інтеграція наукових доказів → формулювання конкретного випадку → характеристик і вподобань клієнта → терапевтичних відносин → професійної компетентності психолога → систематичного оцінювання результатів. Межі інтеграції: теоретична несумісність моделей, механічне комбінування технік і вихід за межі компетентності. Перехід від питання «яка психотерапевтична школа найкраща?» до професійного питання: чому саме цей підхід доцільний для цього клієнта в цій ситуації та за якими ознаками визначатиметься його результативність?

Питання для самостійного вивчення: які критерії повинен використати психолог для обґрунтування вибору психотерапевтичного підходу та за яких умов цей вибір необхідно переглянути? [3; 4; 8; 13; 14; 16; 17].

Зміст практичних занять

Практичне заняття 1. Порівняльний аналіз психотерапевтичних моделей: від пояснення психологічної проблеми до механізму терапевтичної зміни (2 год.)

Аналіз одного психологічного випадку з позицій різних психотерапевтичних підходів. Побудова порівняльної матриці «модель психологічної проблеми → механізм її підтримання → мета психотерапії → механізм терапевтичної зміни → роль терапевта → основні втручання». Виявлення відмінностей між теоретичним поясненням проблеми, формулюванням випадку та вибором окремої психотерапевтичної техніки. Обговорення ситуацій, у яких однаковий симптом або запит клієнта отримує різне пояснення залежно від психотерапевтичної моделі. Формування навички аргументувати зв'язок між концептуалізацією проблеми та логікою психотерапевтичного втручання.

Завдання для самостійної роботи:

1. Обрати одну психологічну проблему та побудувати її пояснення з позицій трьох різних психотерапевтичних напрямів за схемою «проблема → механізм підтримання → механізм терапевтичної зміни».
2. Скласти порівняльну таблицю ролі терапевта і клієнта у трьох обраних психотерапевтичних підходах.
3. На прикладі однієї психотерапевтичної техніки визначити, у межах якої теоретичної моделі та на який механізм психологічної проблеми вона спрямована.
4. Підготувати коротку аналітичну рефлексію: «Чому знання психотерапевтичної техніки без розуміння моделі психологічної проблеми є недостатнім для професійної практики психолога?»

Практичне заняття 2. Психодинамічне формулювання випадку: конфлікт, захисні механізми та повторювані патерни стосунків (2 год.)

Аналіз клініко-психологічного кейсу з позицій сучасної психодинамічної психотерапії. Виявлення актуальної проблеми, внутрішнього конфлікту, характерних захисних механізмів і повторюваних моделей міжособистісних стосунків. Реконструкція можливого зв'язку між особистісною історією клієнта, актуальними способами переживання себе та інших і труднощами, що відтворюються в теперішніх стосунках. Аналіз проявів перенесення у терапевтичній взаємодії та розмежування спостережуваних фактів, психодинамічних гіпотез і необґрунтованих інтерпретацій. Побудова стислого психодинамічного формулювання випадку та визначення можливих напрямів терапевтичної роботи.

Завдання для самостійної роботи:

1. Проаналізувати запропонований випадок за схемою «актуальна проблема → внутрішній конфлікт → захисні механізми → повторюваний патерн стосунків → можливий терапевтичний фокус».
2. Навести приклади трьох захисних механізмів та показати, яку психологічну функцію кожен із них може виконувати.
3. На матеріалі кейсу сформулювати дві альтернативні психодинамічні гіпотези та визначити, яка додаткова інформація необхідна для їх перевірки.
4. Підготувати коротку аналітичну рефлексію: «Де проходить межа між професійною психодинамічною гіпотезою та довільною інтерпретацією поведінки клієнта?»

Практичне заняття 3. Терапевтичні відносини та робота з переживанням у гуманістичних і експерієнційних підходах (2 год.)

Мікроаналіз фрагментів терапевтичної взаємодії з позицій особистісно-центрованого, гештальт- та емоційно-фокусованого підходів. Розпізнавання оцінювання, поради, інтерпретації, уточнення, відображення змісту, емпатичного відображення переживання та експерієнційного фокусування. Практичне відпрацювання емпатичної відповіді без передчасного пояснення або нав'язування клієнтові терапевтичної інтерпретації. Порівняння ролі терапевта та способів роботи з актуальним переживанням у трьох підходах. Аналіз того, як форма терапевтичної відповіді може сприяти поглибленню переживання або, навпаки, переривати терапевтичний процес.

Завдання для самостійної роботи:

1. Для п'яти висловлювань клієнта сформулювати емпатичну відповідь, уточнення та інтерпретацію й пояснити функціональну відмінність між ними.
2. Проаналізувати фрагмент психотерапевтичного діалогу та визначити, які відповіді терапевта сприяють поглибленню переживання клієнта, а які можуть його блокувати.
3. Порівняти роль терапевта в особистісно-центрованій, гештальт- та емоційно-фокусованій терапії за критеріями «директивність → терапевтична мета → робота з переживанням → характер втручання».
4. Підготувати коротку аналітичну рефлексію: «Чому емпатія в психотерапії не тотожна співчуттю, підтримці або погодженню з клієнтом?»

Практичне заняття 4. Когнітивно-поведінкове формулювання випадку та вибір терапевтичного втручання (2 год.)

Побудова когнітивно-поведінкового формулювання випадку на основі психологічного кейсу. Аналіз взаємозв'язку ситуації, автоматичних думок, емоційних реакцій, поведінки та її наслідків. Виявлення підтримувальних циклів, уникнення, негативного підкріплення, проміжних і глибинних

переконань. Перехід від опису симптомів до функціонального пояснення механізмів підтримання психологічної проблеми. Добір психотерапевтичних втручань відповідно до виявленого механізму та обґрунтування використання когнітивного переосмислення, поведінкового експерименту, експозиції або поведінкової активації.

Завдання для самостійної роботи:

1. Побудувати формулювання запропонованого випадку за схемою «ситуація → автоматична думка → емоція → поведінка → короткостроковий наслідок → довгострокове підтримання проблеми».
2. Визначити можливі проміжні та глибинні переконання клієнта й обґрунтувати їх зв'язок із виявленим підтримувальним циклом.
3. Запропонувати два психотерапевтичні втручання для одного підтримувального механізму та пояснити очікуваний механізм їхньої дії.
4. Підготувати коротку аналітичну рефлексію: «Чому формулювання випадку не можна зводити до встановлення діагнозу та вибору стандартного протоколу?»

Практичне заняття 5. Один випадок — дві моделі терапевтичної зміни: когнітивно-поведінкове формулювання та АСТ (2 год.)

Порівняльне формулювання одного психологічного випадку в класичній когнітивно-поведінковій моделі та терапії прийняття та відповідальності (АСТ). Визначення ролі дисфункціональних переконань, уникнення, когнітивного злиття, неприйняття внутрішнього досвіду, цінностей і поведінкової негнучкості у підтриманні психологічних труднощів. Порівняння терапевтичної логіки зміни змісту дисфункціональних переконань і зміни ставлення людини до власних думок та переживань. Розроблення альтернативних терапевтичних стратегій для одного випадку та обговорення критеріїв їх вибору.

Завдання для самостійної роботи:

1. Побудувати для одного випадку дві концептуалізації: когнітивно-поведінкову та АСТ, чітко визначивши в кожній основний механізм підтримання проблеми.
2. Для трьох проблемних висловлювань клієнта запропонувати можливу когнітивно-поведінкову та АСТ-орієнтовану терапевтичну відповідь і пояснити різницю між ними.
3. Проаналізувати одну техніку когнітивного переосмислення та одну техніку когнітивного роз'єднання за схемою «мета → механізм → процедура → очікувана зміна».
4. Підготувати коротку аналітичну рефлексію: «Чи обов'язково змінювати зміст негативної думки, щоб змінити її вплив на поведінку людини?»

Практичне заняття 6. Індивідуальне та системне формулювання психологічної проблеми: аналіз сімейного випадку (2 год.)

Аналіз одного сімейного випадку спочатку з позиції індивідуально-психологічного, а потім системного пояснення. Виявлення лінійних причинних пояснень і переформулювання їх у термінах циркулярної причинності. Побудова послідовності повторюваної взаємодії «поведінка А → реакція Б → реакція А → посилення реакції Б». Аналіз сімейних ролей, правил, меж і підтримувальних циклів без приписування одному члену сім'ї статусу єдиного носія проблеми. Формулювання системних гіпотез, побудова циркулярних запитань і визначення можливих точок психотерапевтичного впливу на систему взаємодій.

Завдання для самостійної роботи:

1. Обрати сімейну проблемну ситуацію та представити її спочатку у формі лінійного, а потім циркулярного пояснення.
2. Побудувати схему одного підтримувального циклу сімейної взаємодії та визначити внесок кожного учасника в його відтворення без пошуку «винного».
3. Сформулювати п'ять циркулярних запитань, які могли б бути використані для перевірки системної гіпотези.
4. Підготувати коротку аналітичну рефлексію: «Що змінюється у професійному баченні психолога, коли проблема розглядається не як властивість людини, а як елемент системи взаємодій?»

Практичне заняття 7. Інтегративний аналіз психотерапевтичного випадку: психічна травма, доказова база та обґрунтований вибір втручання (2 год.)

Комплексний аналіз випадку клієнта з посттравматичними труднощами з позицій сучасної психотерапії психічної травми. Визначення актуальної проблеми, основних механізмів її підтримання, ресурсів, ризиків і терапевтичних потреб клієнта. Порівняння можливостей травма-фокусованих втручань за схемою «модель проблеми → передбачуваний механізм зміни → процедура → доказова база → показання → обмеження». Розмежування наукової доказовості методу, його професійної популярності та нормативного визнання. Проведення інтегративного розбору випадку з урахуванням наукових доказів, формулювання випадку, характеристик і вподобань клієнта, терапевтичного альянсу, безпеки та компетентності психолога. Аргументований вибір психотерапевтичної стратегії та визначення критеріїв моніторингу її результативності й умов, за яких первинне терапевтичне рішення має бути переглянute.

Завдання для самостійної роботи:

1. Порівняти РЕ, СРТ та EMDR за схемою «модель проблеми → основний механізм терапевтичної зміни → ключові процедури → доказова база → показання → обмеження».
2. Знайти систематичний огляд, метааналіз або клінічну настанову щодо одного травма-фокусованого психотерапевтичного втручання та

визначити, які висновки джерело дозволяє зробити щодо його ефективності, а яких не дозволяє.

3. Для запропонованого випадку обґрунтувати вибір психотерапевтичного підходу за схемою «наукові докази → формулювання випадку → характеристики та вподобання клієнта → ризики й безпека → компетентність терапевта → очікувані результати».

4. Визначити критерії моніторингу терапевтичного процесу та сформулювати щонайменше три умови, за яких обрану психотерапевтичну стратегію необхідно переглянути.

5. Підготувати підсумкову професійну рефлексію: «Як обґрунтувати вибір психотерапевтичного підходу, не перетворюючи його ані на прихильність до однієї школи, ані на довільне комбінування технік?»

Зміст практичних занять (для заочної форми навчання)

Практичне заняття 1. Порівняльний аналіз психотерапевтичних моделей: від пояснення психологічної проблеми до механізму терапевтичної зміни (2 год.)

Аналіз одного психологічного випадку з позицій різних психотерапевтичних підходів. Побудова порівняльної матриці «модель психологічної проблеми → механізм її підтримання → мета психотерапії → механізм терапевтичної зміни → роль терапевта → основні втручання». Виявлення відмінностей між теоретичним поясненням проблеми, формулюванням випадку та вибором окремої психотерапевтичної техніки. Обговорення ситуацій, у яких однаковий симптом або запит клієнта отримує різне пояснення залежно від психотерапевтичної моделі. Формування навички аргументувати зв'язок між концептуалізацією проблеми та логікою психотерапевтичного втручання.

Завдання для самостійної роботи:

1. Обрати одну психологічну проблему та побудувати її пояснення з позицій трьох різних психотерапевтичних напрямів за схемою «проблема → механізм підтримання → механізм терапевтичної зміни».

2. Скласти порівняльну таблицю ролі терапевта і клієнта у трьох обраних психотерапевтичних підходах.

3. На прикладі однієї психотерапевтичної техніки визначити, у межах якої теоретичної моделі та на який механізм психологічної проблеми вона спрямована.

4. Підготувати коротку аналітичну рефлексію: «Чому знання психотерапевтичної техніки без розуміння моделі психологічної проблеми є недостатнім для професійної практики психолога?»

Практичне заняття 2. Інтегративний аналіз психотерапевтичного випадку: психічна травма, доказова база та обґрунтований вибір втручання (2 год.)

Комплексний аналіз випадку клієнта з посттравматичними труднощами з позицій сучасної психотерапії психічної травми. Визначення актуальної проблеми, основних механізмів її підтримання, ресурсів, ризиків і терапевтичних потреб клієнта. Порівняння можливостей травма-фокусованих втручань за схемою «модель проблеми → передбачуваний механізм зміни → процедура → доказова база → показання → обмеження». Розмежування наукової доказовості методу, його професійної популярності та нормативного визнання. Проведення інтегративного розбору випадку з урахуванням наукових доказів, формулювання випадку, характеристик і вподобань клієнта, терапевтичного альянсу, безпеки та компетентності психолога. Аргументований вибір психотерапевтичної стратегії та визначення критеріїв моніторингу її результативності й умов, за яких первинне терапевтичне рішення має бути переглянуте.

Завдання для самостійної роботи:

1. Порівняти РЕ, СРТ та EMDR за схемою «модель проблеми → основний механізм терапевтичної зміни → ключові процедури → доказова база → показання → обмеження».
2. Знайти систематичний огляд, метааналіз або клінічну настанову щодо одного травма-фокусованого психотерапевтичного втручання та визначити, які висновки джерело дозволяє зробити щодо його ефективності, а яких не дозволяє.
3. Для запропонованого випадку обґрунтувати вибір психотерапевтичного підходу за схемою «наукові докази → формулювання випадку → характеристики та вподобання клієнта → ризики й безпека → компетентність терапевта → очікувані результати».
4. Визначити критерії моніторингу терапевтичного процесу та сформулювати щонайменше три умови, за яких обрану психотерапевтичну стратегію необхідно переглянути.
5. Підготувати підсумкову професійну рефлексію: «Як обґрунтувати вибір психотерапевтичного підходу, не перетворюючи його ані на прихильність до однієї школи, ані на довільне комбінування технік?»

Самостійна робота студентів передбачає виконання від одного до декількох завдань із запропонованого переліку відповідно до індивідуального завдання викладача.

Зміст самостійної роботи здобувачів

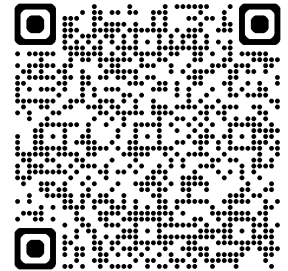
Розподіл годин, виділених на вивчення дисципліни:

Найменування видів робіт	Розподіл годин за формами навчання	
	денна	заочна
Самостійна робота, год, у т. ч.:	60	82
Опрацювання матеріалу, викладеного на лекціях	8	4
Підготовка до практичних занять та контрольних заходів	12	6
Підготовка до поточного контролю	6	6
Опрацювання матеріалу, винесеного на самостійне вивчення	34	66

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](#).



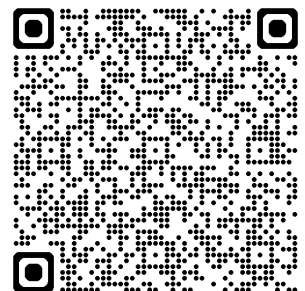
2) щодо оскарження результатів контрольних заходів

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 систему забезпечення академічної доброчесності” 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

“Політика використання штучного інтелекту” визначає політику щодо використання технічних засобів на основі штучного інтелекту в освітньому процесі. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#). “Положення про систему забезпечення академічної доброчесності” містить рекомендації щодо використання в академічних текстах генераторів на основі штучного інтелекту. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



Під час виконання самостійних та письмових завдань використання генеративних систем штучного інтелекту допускається відповідно до нормативних документів Університету за умови самостійної перевірки здобувачем достовірності отриманої інформації, коректного посилання на використані джерела та декларування використання ШІ у випадках, передбачених завданням. Використання згенерованого ШІ тексту як власного результату без належного зазначення не допускається.

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). Порушення вимог розглядаються відповідно до Правил внутрішнього розпорядку та інших актів УКД. 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](#).



Під час вивчення навчальної дисципліни «Напрями сучасної психотерапії» здобувачі можуть скористатися можливістю визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти. Результати навчання, здобуті під час проходження рекомендованих онлайн-курсів, можуть бути визнані в межах відповідних тем дисципліни за

умови їх відповідності результатам навчання, передбаченим силабусом, та проходження процедури визнання відповідно до Положення Університету. Наявність сертифіката підтверджує проходження відповідного курсу, але не передбачає автоматичного зарахування результатів навчання.

№ з/п	Перелік онлайн-курсів	Теми дисципліни, у межах яких можуть бути визнані результати навчання (за умови наявності сертифіката на ім'я та прізвище студента/студентки)
1	Платформа Prometheus. Курс «Травматичний досвід і ПТСР: інструментарій для психотерапевта». Курс безкоштовний, доступний постійно, українською мовою; після успішного виконання завдань видається сертифікат. https://prometheus.org.ua/prometheus-free/trauma-and-ptsd-tools/	Тема 7. Сучасна психотерапія психічної травми: моделі, травма-фокусовані втручання та доказова база.
2	Платформа Prometheus. Курс «Базова психологічна допомога в умовах війни»: він безкоштовний, постійно доступний і також видає сертифікат https://prometheus.org.ua/prometheus-free/basic-psychological-aid-during-war/	Тема 7. Сучасна психотерапія психічної травми: моделі, травма-фокусовані втручання та доказова база. Частково — Тема 8. Інтеграція психотерапії, терапевтичні відносини та обґрунтований вибір психотерапевтичного підходу.
3	Платформа Coursera. Course «Evidence-Based Psychotherapy», University of California, Santa Cruz. Курс безпосередньо присвячений критеріям доказової психотерапії, оцінюванню доказів, спільним чинникам, КПТ і DBT; містить практичні кейси та завдання. Оновлений у квітні 2026 року. https://www.coursera.org/learn/evidence-based-psychotherapy	Тема 1. Сучасна психотерапія: наукові засади, механізми терапевтичної зміни та доказова практика. Тема 4. Поведінкова та когнітивно-поведінкова психотерапія: теоретичні моделі, формулювання випадку та механізми зміни. Тема 5. Контекстуально-поведінкові підходи та сучасний розвиток

		когнітивно-поведінкової психотерапії. Тема 8. Інтеграція психотерапії, терапевтичні відносини та обґрунтований вибір психотерапевтичного підходу.
4	Платформа Coursera. Course «Psychological First Aid», Johns Hopkins University. Курс побудований навколо моделі RAPID: рефлексивне слухання, оцінювання потреб, пріоритизація, втручання та подальше спрямування. Охоплює кризові реакції, травму, активне слухання та визначення потреби в подальшій професійній допомозі. https://www.coursera.org/learn/psychological-first-aid	Тема 7. Сучасна психотерапія психічної травми: моделі, травма-фокусовані втручання та доказова база. Тема 8. Інтеграція психотерапії, терапевтичні відносини та обґрунтований вибір психотерапевтичного підходу.

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Під час вивчення дисципліни застосовується комплекс методів для організації навчання студентів з метою розвитку їх логічного та абстрактного мислення, творчих здібностей, підвищення мотивації до навчання та формування особистості майбутнього фахівця в галузі психології.

Програмний результат навчання	Метод навчання	Метод оцінювання
ПРН 5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.	кейс-метод; метод моделювання; рольовий метод; проблемно-пошуковий метод; практичний метод	практичний контроль; письмовий контроль; усний контроль, тестовий контроль
ПРН 8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або	кейс-метод; метод моделювання; проблемно-пошуковий метод; рефлексивний метод; дискусія	письмовий контроль; усний контроль, тестовий контроль

підвищення кваліфікації.		
ПРН 9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.	кейс-метод; проблемно-пошуковий метод; метод моделювання; рольовий метод; дискусія	письмовий контроль; усний контроль; тестовий контроль, практичний контроль
ПРН 11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.	кейс-метод; метод моделювання; порівняльний метод; проблемно-пошуковий метод; практичний метод	практичний контроль; письмовий контроль; тестовий контроль, усний контроль
ПРН 12. Демонструвати здатність до наукової рефлексії, професійного саморозвитку й формування власного стилю психологічної діяльності, дотримуючись вимог етичних кодексів і чинного законодавства у сфері психології.	рефлексивний метод; проблемно-пошуковий метод; кейс-метод; дискусія; метод самоаналізу	письмовий контроль; усний контроль; тестовий контроль, самооцінювання

МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНІ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

- навчальні аудиторії, придатні для проведення лекційних і практичних занять, організації роботи в парах та малих групах;
- комп'ютерне та мультимедійне обладнання для демонстрації навчальних матеріалів;
- доступ до мережі Інтернет та системи дистанційного навчання Moodle;
- доступ до електронних бібліотек, репозитаріїв та наукових інформаційних ресурсів для пошуку й опрацювання фахових джерел.

ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Вид	Зміст	% від загальної оцінки	Бал	
			min	max
Поточні контрольні заходи	Аудиторна робота на практичних заняттях, виконання самостійної роботи	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>

Для здобувачів денної та заочної форм навчання **поточний контроль** здійснюється під час передбачених навчальним планом практичних занять та за результатами виконання самостійної роботи. Здобувачі денної форми навчання беруть участь у практичних заняттях відповідно до затвердженого розкладу, виконують передбачені силабусом практичні завдання та завдання самостійної роботи, результати яких враховуються під час формування балів поточного контролю. Поточний контроль проводиться у формі усного опитування, виконання письмових завдань, виступів здобувачів, участі їх у дискусіях, представлення презентації на практичних заняттях, а також виконання самостійних робіт протягом семестру.

Для здобувачів заочної форми навчання поточний контроль здійснюється за результатами роботи на практичних заняттях та виконання обов'язкових завдань самостійної роботи, визначених силабусом. Результати виконання цих видів навчальної діяльності враховуються під час формування оцінки поточного контролю. Основна мета поточного контролю – забезпечення зворотного зв'язку між викладачами та студентами в процесі навчання, забезпечення управління навчальною мотивацією студентів. Основне завдання поточного контролю – перевірка рівня підготовки студентів до виконання конкретної роботи. Форми оцінювання поточної навчальної діяльності стандартизовані та включають контроль теоретичної та практичної підготовки.

Фіксація **поточного** контролю здійснюється в «Електронному журналі обліку успішності академічної групи» (далі – Журнал) на підставі

чотирибальної шкали – «2»; «3»; «4»; «5». У разі відсутності здобувача на практичному занятті виставляють «н». За результатами поточного контролю у Журналі автоматично обчислюють підсумкову оцінку та здійснюють підрахунок пропущених занять. «Усереднену» оцінку переводять у 100-бальну шкалу.

Усі пропущені заняття, а також негативні оцінки здобувачі денної форми зобов'язані відпрацювати **впродовж трьох наступних тижнів**. Відпрацьоване лекційне заняття в електронному журналі позначається літерою «в». У разі недотримання цієї норми, замість «н» у журналі в графі практичних занять буде виставлено «0» (нуль балів) без права перескладання.

Здобувачі денної форми навчання повинні мати оцінки не менше ніж за 50% практичних занять за умови, що оцінені види навчальної діяльності забезпечують перевірку досягнення програмних результатів навчання та компетентностей, визначених для освітнього компонента відповідно до ОПП. Для здобувачів денної та заочної форми навчання передбачена обов'язкова самостійна робота, яка враховується в поточному контролі.

Критерії оцінювання відповіді здобувача(ки) на практичному занятті:

Під час оцінювання роботи здобувача на практичному занятті враховуються:

- знання та розуміння навчального матеріалу – правильність і повнота розкриття теоретичних засад, основних положень і принципів сучасних напрямів психотерапії;
- володіння понятійним апаратом – коректність використання основних понять, категорій, концепцій і термінів, характерних для різних психотерапевтичних підходів;
- застосування знань на практиці – здатність аналізувати професійні ситуації та пояснювати психологічну проблематику клієнта з позицій відповідного психотерапевтичного напрямку;
- виконання практичного завдання – правильність, повнота й самостійність аналізу випадку, добору відповідних методів і технік з урахуванням можливостей та обмежень їх застосування;
- обґрунтованість відповіді та висновків – логічність, послідовність, аргументованість професійних суджень та здатність порівнювати різні психотерапевтичні підходи.

**Деталізовані критерії оцінювання відповіді здобувача(ки)
на практичному занятті:**

Кількість балів	Характеристика
5 балів	Здобувач(ка) ґрунтовно володіє навчальним матеріалом, самостійно й аргументовано розкриває теоретичні засади сучасних напрямів психотерапії, коректно використовує професійну термінологію. Правильно визначає основні концепції, принципи, цілі та методи відповідного підходу, уміє порівнювати різні психотерапевтичні напрями. Під час аналізу професійної ситуації обґрунтовано застосовує теоретичні положення, добирає відповідні методи й техніки, враховує можливості та обмеження їх застосування. Висновки логічні, самостійні й аргументовані.
4 бали	Здобувач(ка) достатньо володіє навчальним матеріалом, правильно розкриває основні положення психотерапевтичних напрямів і переважно коректно використовує професійну термінологію. Під час аналізу ситуації правильно застосовує основні теоретичні положення, однак окремі характеристики підходів, методів або технік розкриває неповно чи допускає незначні неточності. Порівняння психотерапевтичних напрямів та обґрунтування висновків загалом правильні, але потребують окремих уточнень.
3 бали	Здобувач(ка) демонструє базове розуміння навчального матеріалу, однак розкриває теоретичні положення фрагментарно та допускає окремі суттєві неточності у використанні професійної термінології. Визначає окремі характеристики психотерапевтичного напрямку, проте недостатньо розрізняє його концепції, методи й техніки або має труднощі з порівнянням різних підходів. Аналіз професійної ситуації є неповним, вибір методів і технік обґрунтований частково. Висновки потребують більшої логічності та аргументованості.
2 бали	Здобувач(ка) демонструє фрагментарне розуміння навчального матеріалу, допускає суттєві помилки у характеристиці психотерапевтичних напрямів і використанні професійних понять. Не може чітко пояснити основні принципи, цілі та методи відповідного підходу або розрізнити особливості різних напрямів. Аналіз професійної ситуації поверховий, добір методів і технік недостатньо обґрунтований. Висновки неповні або суперечливі.

Критерії оцінювання самостійної роботи

Під час оцінювання самостійної роботи враховуються:

- повнота та відповідність виконання завдання поставленим вимогам;
- розуміння теоретичних засад, основних концепцій і принципів сучасних напрямів психотерапії;
- коректність використання професійної термінології;

- здатність аналізувати, порівнювати та узагальнювати теоретичні положення, методи й техніки різних психотерапевтичних напрямів;
- здатність застосовувати теоретичні положення відповідного психотерапевтичного підходу до аналізу професійної ситуації;
- логічність, аргументованість, самостійність висновків та врахування професійно-етичних вимог і меж застосування психотерапевтичних методів.

Деталізовані критерії оцінювання самостійної роботи здобувачів

Кількість балів	Опис критерію
5 балів	Завдання виконано повністю та відповідно до поставлених вимог. Здобувач(ка) демонструє ґрунтовне розуміння теоретичних засад відповідного психотерапевтичного напрямку, коректно використовує професійну термінологію, розкриває його основні концепції, принципи, цілі, методи й техніки. Самостійно аналізує та за потреби порівнює різні психотерапевтичні підходи, обґрунтовано застосовує теоретичні положення до професійних ситуацій. Висновки логічні, послідовні й аргументовані; можливості, обмеження та професійно-етичні аспекти застосування методів ураховано.
4 бали	Завдання виконано повністю та загалом відповідно до вимог. Здобувач(ка) правильно розуміє основні положення психотерапевтичного напрямку й переважно коректно використовує професійну термінологію. Основні концепції, методи й техніки розкрито правильно, однак окремі аспекти висвітлено недостатньо повно. Аналіз або порівняння підходів загалом обґрунтовані. Висновки логічні, хоча окремі положення потребують уточнення.
3 бали	Завдання виконано переважно відповідно до вимог, однак окремі його складові розкрито неповно. Здобувач(ка) демонструє базове розуміння теоретичного матеріалу, допускає окремі неточності у характеристиці психотерапевтичного напрямку або професійній термінології. Аналіз і порівняння підходів є частковими, зв'язок між теоретичними положеннями та їх практичним застосуванням розкрито недостатньо. Висновки потребують більшої аргументованості.
2 бали	Завдання виконано частково або з істотними недоліками. Розуміння теоретичного матеріалу є фрагментарним, допущено суттєві неточності у характеристиці психотерапевтичного напрямку, його концепцій, методів або технік. Аналіз і порівняння підходів поверхові або відсутні. Теоретичні положення недостатньо пов'язані з професійною ситуацією. Висновки неповні або слабо аргументовані.
0 балів	Завдання не виконано, не подано або його зміст не дає можливості встановити рівень розуміння теоретичних засад сучасних напрямів психотерапії та здатність застосовувати їх під час виконання відповідного завдання.

Критерії оцінювання аналізу професійно орієнтованого кейсу

Під час оцінювання враховуються:

- аналіз професійної ситуації – правильність визначення психологічної проблематики, запиту та ключових характеристик випадку;
- теоретичне обґрунтування і концептуалізація – коректність використання понять і теоретичних положень відповідного психотерапевтичного напрямку та здатність пояснити випадок з його позицій;
- добір методів і технік – обґрунтованість вибору методів і технік, характерних для відповідного психотерапевтичного напрямку, з урахуванням показань та обмежень їх застосування;
- професійна доцільність та етичність рішення – урахування індивідуальних особливостей клієнта, контексту ситуації, професійно-етичних принципів і меж фахової компетентності;
- логічність і аргументованість висновків – послідовність, самостійність та обґрунтованість запропонованого аналізу й професійного рішення.

Деталізовані критерії оцінювання аналізу професійно орієнтованого кейсу:

Кількість балів	Критерії
5 балів	Здобувач(ка) повно й коректно аналізує кейс, правильно визначає психологічну проблематику, запит та ключові характеристики випадку. Послідовно здійснює концептуалізацію з позицій відповідного психотерапевтичного напрямку, коректно використовує його поняття й теоретичні положення. Обґрунтовано добирає методи й техніки, характерні для обраного підходу, з урахуванням показань та обмежень їх застосування. Ураховує індивідуальні особливості клієнта, контекст ситуації, професійно-етичні вимоги та межі фахової компетентності. Висновки й професійне рішення є логічними, послідовними, самостійними та аргументованими.
4 бали	Здобувач(ка) правильно аналізує основний зміст кейсу та визначає психологічну проблематику і ключові характеристики випадку. Загалом коректно використовує теоретичні положення відповідного психотерапевтичного напрямку, однак окремі елементи концептуалізації потребують уточнення. Добір методів і технік є доцільним, але їх застосування або обмеження обґрунтовано не повною мірою. Індивідуальні особливості клієнта, контекст, етичні вимоги та межі компетентності враховано. Висновки логічні, але містять окремі неточності або потребують додаткової аргументації.

3 бали	Здобувач(ка) загалом визначає основну психологічну проблематику кейсу, проте аналіз є неповним. Теоретичні положення відповідного психотерапевтичного напрямку застосовано частково або з окремими неточностями; концептуалізація випадку є фрагментарною. Добір методів і технік переважно відповідає обраному підходу, але їх доцільність, показання або обмеження обґрунтовано недостатньо. Індивідуальні особливості клієнта, контекст та професійно-етичні аспекти враховано частково. Висновки потребують більшої послідовності та аргументованості.
2 бали	Здобувач(ка) аналізує кейс поверхово або фрагментарно, неточно визначає психологічну проблематику чи ключові характеристики випадку. Допускає суттєві неточності у використанні понять і теоретичних положень психотерапевтичного напрямку; концептуалізація випадку є слабо обґрунтованою або практично відсутня. Добір методів і технік має формальний характер або лише частково відповідає логіці обраного підходу. Індивідуальні особливості клієнта, контекст, професійно-етичні вимоги та межі компетентності враховано недостатньо. Висновки є неповними або слабо аргументованими.
0 балів	Кейс не проаналізовано, завдання не подано або відповідь не дає можливості встановити здатність здобувача(ки) визначити психологічну проблематику випадку, здійснити його концептуалізацію з позицій відповідного психотерапевтичного напрямку та обґрунтувати професійне рішення.

Для допуску до семестрового контролю здобувач повинен виконати всі види робіт, передбачені навчальним планом і силабусом, підтвердити досягнення результатів навчання на мінімальному рівні та відпрацювати передбачені індивідуальним навчальним планом заняття, на яких він був відсутній. До підсумкового контролю допускаються здобувачі, які за результатами поточного контролю отримали не менше 35 балів.

Усі здобувачі, 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 (екзамен) проводять у формі комп'ютерного тестування у відповідних аудиторіях закладу вищої освіти (або в особливих випадках – дистанційно) з використанням системи Moodle. Тестові завдання передбачають три рівні складності та включають завдання з вибором однієї правильної відповіді, з множинним вибором (декількома правильними відповідями), на встановлення відповідності (зіставлення), а також завдання кейсового характеру.

Тестування спрямоване на перевірку знання та розуміння теоретичних засад, основних концепцій, принципів, методів і технік сучасних напрямів психотерапії; здатності розрізняти та порівнювати психотерапевтичні підходи; коректно використовувати професійну термінологію; аналізувати професійні ситуації та здійснювати концептуалізацію випадку з позицій відповідного психотерапевтичного напрямку; обґрунтовувати вибір методів і технік з урахуванням показань, обмежень їх застосування, професійно-етичних принципів та меж фахової компетентності.

За результатами підсумкового контролю здобувач(ка) може отримати максимально 40 балів. Кількість балів за окремі тестові завдання визначається відповідно до їх рівня складності. Отриманий результат автоматично розраховується засобами Moodle та переводиться у 40-бальну шкалу відповідно до встановлених параметрів тесту. Мінімальна кількість балів за підсумковий контроль, що зараховується, становить 25 балів. Здобувачі, які отримали 24 бали і менше, вважаються такими, що не склали екзамен, та мають право на перескладання відповідно до встановленого в Університеті порядку.

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 ЄКТС
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. Гейз С. С., Штротсаль К. Д., Вілсон К. Г. Терапія прийняття та відповідальності: процес і практика усвідомлених змін / пер. з англ. О. Варварюка. 2-ге вид. Київ : Видавництво Ростислава Бурлаки, 2024. 535 с.
2. Бек Дж. С. Когнітивно-поведінкова терапія: основи та практика. Київ: Науковий світ, 2023. 460 с.
3. Глива Є. Вступ до психотерапії: Навчальний посібник. Київ: Кондор, 2024. 530 с.
4. Дерев'янка С. П. Когнітивно-поведінкова терапія : навчально-методичні рекомендації. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2023. 60 с.
5. Крупельницька Л.Ф. Напрями сучасної психотерапії: навч. посібник. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2018. 350 с.
6. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навчальний посібник; за ред. М. І. Мушкевича. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
7. 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.
8. Поплавська Є.В., Меленчук Н.І., Єрмакова С.С. Конспект лекцій з дисципліни «Основи психотерапії». Міжнародний гуманітарний університет. Одеса: МГУ, 2024. 149 с.
9. Прокоф'єва О.О., Ковальова О.В., Варіна Г.Б. Психокорекція та основи психотерапії : підручник. 3-є вид., допов. і перероб. Запоріжжя : МДПУ імені Богдана Хмельницького, 2023. 474 с.
10. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород : Говерла, 2021. 80 с. URL: https://books.ndcnangu.co.ua/books/praktykumpsykhoterapii_2021_Yatsyna.pdf

Додаткова література

11. Абрамов В. Уявлення про психологічне благополуччя у трьох хвилях когнітивно-поведінкової терапії. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2023. № 2(18). С. 5–9. DOI 10.17721/BPSY.2023.2(18).1
12. Збродько Т. І. Що заважає клієнту почуватися безпечно в процесі психотерапії: пілотажне дослідження. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2024. № 2. С. 5–13. DOI: 10.32999/ksu2312-3206/2024-2-1
13. Іванець Т. М. Подолання дистресу вимушеного переміщення та відновлення психічного здоров'я вимушених мігрантів. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2024. № 3. С. 28–32. DOI: 10.32782/psy-visnyk/2024.3.5
14. Лінехан М. М. Діалектична поведінкова терапія. Тренінг навичок. Роздаткові матеріали та робочі листи. 2-ге вид. Київ : Науковий світ, 2023. 548 с.

15. Ліхи Р. Л. Техніки когнітивної терапії. Посібник психотерапевта. Київ: Видавництво Науковий світ 2023. 748 с.
16. Михайлов Б. В. Психотерапія в соматичній медицині. Київ: Всеукраїнське видавництво «Медицина», 2025. 215 с.
17. Сабадуха О.В., Оксютів М.О., Матеюк О.А., Гаркуша С.Л. Значення самодистанціювання в процесі подолання психологічних криз і терапії психосоматичних розладів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. 2024. №2(64). С.35-48. DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2024-64-2-5-35-48>.
18. Черниш О.А., Оксютів М.О., Харитонов Н.В., Матеюк О.А. Терапевтична література як інструмент зцілення: психологічний потенціал. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія. 2025. Вип. 1(21). С.139-144. DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2025.1\(21\).19](https://doi.org/10.17721/BPSY.2025.1(21).19)
19. Ялом І. Дар психотерапії: відкритий лист до нового покоління терапевтів та їхніх пацієнтів. Львів : Видавництво Ростислава Бурлаки, 2024. 384 с.
20. Barkham M., Lutz W., Castonguay L. G. (eds.). *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*. 7th ed. Hoboken, NJ : Wiley, 2021.
21. *Current psychotherapies* 11th ed. Cengage / Wedding, D., & Corsini, R. J. (Eds.). – Belmont, CA: Brooks/Cole, 2019. 656 p.
22. Department of Veterans Affairs, Department of Defense. VA/DoD Clinical Practice Guideline for the Management of Posttraumatic Stress Disorder and Acute Stress Disorder. Version 4.0. Washington, DC : U.S. Department of Veterans Affairs, U.S. Department of Defense, 2023. URL: <https://www.healthquality.va.gov/guidelines/MH/ptsd/>
23. Leong F. T. L., Callahan J. L., Zimmerman J., Constantino M. J., Eubanks C. F. (eds.). *APA Handbook of Psychotherapy*. Vols. 1–2. Washington, DC : American Psychological Association, 2023. 821 p.
24. Linehan M. M. *DBT Skills Training Manual*. Revised ed. New York : The Guilford Press, 2025. 502 p.
25. Norcross J. C., Goldfried M. R. (eds.). *Handbook of Psychotherapy Integration*. 3rd ed. New York : Oxford University Press, 2019. DOI: 10.1093/med-psych/9780190690465.001.0001
26. Про організацію надання психосоціальної допомоги населенню : наказ Міністерства охорони здоров'я України від 13.12.2023 № 2118. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0126-24#n10>

Електронні інформаційні ресурси

1. Асоціація ресурсної психології та психотерапії : офіційний вебсайт. URL: <https://arpp.com.ua/>
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського : офіційний вебсайт. URL: <https://www.nbuv.gov.ua/>
3. Національна психологічна асоціація України : офіційний вебсайт. URL: <https://npa-ua.org/>

4. Українська спілка психотерапевтів : офіційний вебсайт. URL: <https://www.usp.community/>
5. Coursera : платформа онлайн-навчання. URL: <https://www.coursera.org/>
6. Google Scholar : пошукова система наукової літератури. URL: <https://scholar.google.com/>
7. Prometheus : платформа онлайн-освіти. Каталог курсів. URL: <https://prometheus.org.ua/courses-catalog/>
8. PsycINFO / American Psychological Association. URL: <https://www.apa.org/pubs/databases/psycinfo>
9. SFCP Library. URL: <https://www.sfcg.org/free-resources/>