

МІЖРЕГІОНАЛЬНА  
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



МАУП

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ  
ЩОДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ  
РОБОТИ СТУДЕНТІВ**

**з дисципліни**

**“ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ”**

**(для бакалаврів, спеціалістів)**

Київ

ДП «Видавничий дім «Персонал»

2009

Підготовлено доцентом кафедри медичної психології та психокорекції  
*Т. М. Вакуліч*

Затверджено на засіданні кафедри медичної психології та психокорекції  
(протокол № 7 від 01.04.08)

*Схвалено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом*

**Вакуліч Т. М.** Методичні рекомендації щодо забезпечення самостійної роботи студентів з дисципліни “Основи психотерапії” (для бакалаврів, спеціалістів). — К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2009. — 24 с.

Методичні рекомендації містять пояснювальну записку, вказівки щодо організації самостійної роботи студентів, зміст самостійної роботи з дисципліни “Основи психотерапії”, методичні рекомендації до написання реферату, теми рефератів, вказівки до виконання контрольної роботи, теми контрольних робіт, питання для самоконтролю, а також список літератури.

© Міжрегіональна Академія  
управління персоналом (МАУП), 2009  
© ДП «Видавничий дім «Персонал», 2009

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Навчальна дисципліна “Основи психотерапії” є складовою програми професійної підготовки студентів, які навчаються в МАУП.

**Мета** дисципліни — ознайомити слухачів з принципами та методами сучасної психотерапевтичної роботи, висвітлити показання та обмеження для здійснення психотерапії, умови її здійснення, порядок підготовки пацієнта, техніки, етичні моменти, тривалість і завершення психотерапії.

Сучасна психотерапія складається з багатьох напрямів — як біологічно орієнтованих, так і динамічних. Усі вони мають певні переваги, обмеження і показання до застосування. Опанування основ психотерапії та ознайомлення з широким спектром лікувального впливу дасть можливість студентам свідомо і функціональніше впроваджувати у вітчизняну медичну та психологічну практику ефективні методики допомоги пацієнтам. Сучасна психотерапевтична допомога представлена багатьма напрямками: біхевіоральним, біологічним, когнітивним, психоаналітичним, гуманістичним, соціально-психологічним. Усі вони мають свою теоретико-концептуальну базу, методологічні принципи роботи та показання до застосування.

Знання, здобуті при вивченні курсу “Основи психотерапії”, є підґрунтям для подальшої поглибленої фахової спеціалізації практичних і медичних психологів. Для успішного засвоєння цього навчального курсу слід дотримуватися вимог і рекомендацій, викладених у пропонованих методичних рекомендаціях.

Основними навчально-методичними посібниками з курсу “Основи психотерапії” є видання, наведені у списку літератури.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

*знати:*

- класифікацію методів психотерапевтичного впливу;
- показання та протипоказання для кожного з видів психотерапії;
- межі лікувального впливу різних психотерапевтичних методик;

*вміти:*

- проводити поведінкові тренінги;
- правильно оцінювати проблематику клієнта і визначати рекомендований у конкретному випадку метод терапії;
- застосовувати окремі психотерапевтичні вправи та методики.

Знання, здобуті в результаті вивчення курсу “Основи психотерапії”, є основою для подальшого поглиблення фахової спеціалізації психологів. За результатами вивчення матеріалу цього курсу студенти складають іспит.

### ***ВКАЗІВКИ ЩОДО ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ***

Самостійна робота студентів з дисципліни “Основи психотерапії” потребує наявності серйозної і стійкої мотивації, яка визначається необхідністю ефективної професійної діяльності.

Активізація самостійної роботи студентами може бути забезпечена такими факторами:

1. Участю у творчій діяльності.
2. Використанням у навчальному процесі активних методів навчання.
3. Мотивуючими факторами контролю знань (рейтингова та накопичувальна системи оцінювання знань).
4. Необхідністю обов'язкового виконання індивідуальних завдань.
5. Розширенням обсягу знань з дисципліни за рахунок роботи з додатковою літературою.

Основне завдання організації самостійної роботи студентів з дисципліни “Основи психотерапії” – навчити студентів свідомо працювати не тільки з навчальним матеріалом, й з науковою інформацією, закласти основи самоорганізації та самовиховання, сформувані вміння та навички постійно підвищувати свою кваліфікацію.

При вивченні дисципліни “Основи психотерапії” організація самостійної роботи являє собою єдність таких її взаємопов'язаних форм: аудиторна робота; позааудиторна дослідно-аналітична робота; творча наукова робота.

***Аудиторна самостійна робота*** реалізується в процесі лекційних, практичних і семінарських занять.

Так, під час практичного заняття студенти детально аналізують фактори, що впливають на процес проведення медико-психологічних досліджень, технологічні особливості проведення медико-психологічних досліджень у різних галузях медичної психології, методи та структурні технологічні процеси різних видів медико-психологічних досліджень.

У процесі практичних занять відбувається перевірка засвоєння отриманих знань шляхом застосування попередньо підготовленого методичного матеріалу — тестів для виявлення ступеня опанування студентами необхідних теоретичних і практичних положень. Крім того, застосовуються такі форми аудиторної діяльності, як опитування, аналіз типових помилок, дискусії, семінари, рефлексійний аналіз розуміння матеріалу тощо. Підготовка до таких занять потребує ґрунтовної теоретичної і практичної самостійної роботи студентів.

Під час семінарських занять обговорюються попередньо визначені питання, до яких студенти готують тези виступів, реферати. Семінарське заняття дає змогу перевірити:

- уміння студентів аналізувати навчальний матеріал;
- здатність формулювати та обстоювати свою позицію;
- активність;
- можливість науково мислити;
- навички самостійної роботи з літературою, першоджерелами з дисципліни та методикою їх опрацювання;
- якість написання рефератів тощо.

Дискусії дають змогу виявити індивідуальні особливості розуміння обговорюваного питання, навчитися у творчій суперечці знаходити істину, висловлювати власну і спільну точку зору з обговорюваної проблеми. В процесі дискусії студенти збагачують зміст вже відомого матеріалу, впорядковують і закріплюють його.

Вирізняють такі форми проведення семінарів і дискусій дисципліни “Основи психотерапії”:

- у вигляді запитань і відповідей з коментарями;
- розгорнуті бесіди;
- дискусії за принципом “круглий стіл”;
- обговорення письмових рефератів студентів та їх оцінювання;
- вирішення проблемних питань та аналіз конкретних ситуацій;
- у режимі “мозкова атака” або у формі “потоків ідей”;
- “майстер-класи”.

**Позааудиторна робота** з дисципліни “Основи психотерапії” має характер дослідно-аналітичної і наукової роботи. Запитання, які виникають у студентів у процесі самостійної роботи, сприяють мисленню, формуванню умінь і навичок. Завдання для самостійної роботи поглиблюють і закріплюють знання та вміння, які студенти отримують

ють на лекціях та практичних заняттях. Доцільними при вивченні дисципліни “Основи психотерапії” є такі форми самостійної роботи:

- пошук та огляд наукових джерел за заданою проблематикою;
- підготовка рефератів;
- формулювання понять;
- відповідальне виконання домашніх завдань;
- ретельна підготовка до семінарських занять і різноманітних дискусій тощо.

## **ЗМІСТ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ** *з дисципліни* **“ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ”**

**Змістовий модуль I. Історичні аспекти виникнення психотерапії як методу лікування**

***Тема 1. Теоретичні основи психотерапії. Варіанти класифікації систем, напрямків і методів психотерапії***

**Питання для самостійного опрацювання**

1. Історичні аспекти виникнення психотерапії як методу лікування. Теоретичні основи психотерапії.
2. Варіанти класифікації систем, напрямків і методів психотерапії.
3. Ф. Месмер, Шарко. Поняття “тваринного магнетизму”.
4. Сугестивні техніки терапії. Психіка і соматичні розлади.

**Завдання для самостійної роботи**

1. Пояснити психологічні основи фізичних розладів — спроби “духовного” зцілення людини.

*Література* [3; 6; 7; 9; 12; 17; 32]

***Тема 2. Сутність сучасного розуміння психотерапевтичного впливу***

**Питання для самостійного опрацювання**

1. Сутність сучасного розуміння психотерапевтичного впливу.
2. Завдання психотерапевта.
3. Основні вимоги до психотерапевта.
4. Емоційна співучасть.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Охарактеризувати такі поняття — психологічна підтримка, емпатичність, конгруентність, щирість, довіра, власний досвід, кваліфікованість.

*Література* [2; 11; 16; 18; 21; 28]

### **Змістовий модуль II. Психодинамічний напрямок у психотерапії**

#### **Тема 3. Психоаналіз. Історія та розвиток**

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Активна участь клієнта в психотерапевтичному процесі.
2. Метод вільних асоціацій. Метод сенсорної фрустрації. Регресія. Цензура.
3. Безсвідоме, підсвідоме, свідоме. Ід, его, суперего.
4. Взаємодія складових психіки і формування патології.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Розкрити теорію сексуальності, фази розвитку дитини, прояв азної фіксації в дорослої людини, розгалуження психоаналітичної науки.

*Література* [18; 25; 36]

#### **Тема 4. Сучасний психоаналітичний метод. Динамічні теорії особистості. Рівні функціонування особистості**

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Теорія розвитку самості (селф-психологія, Кохут, С. Менцос).
2. Нарцистичний гомеостаз.
3. Нормальний, патологічний, злякисний нарцизм, антисоціальність.
4. Формування особистісних характеристик, яке базується на розвитку самооцінки.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Пояснити такі твердження — прагнення до визнання, прагнення до влади, прагнення до любові, віддзеркалення, ідентифікація, альтер-его.

*Література* [3; 5; 7; 9; 13; 17; 19; 21; 27; 29].

**Тема 5. Теорія розвитку самості (селф-психологія, Кохут, С. Менцос). Створення нових шкіл динамічної психотерапії (К. Юнг, А. Адлер, Е. Фромм, К. Хорні, Г. Селліван, Е. Берн)**

**Питання для самостійного опрацювання**

1. Створення нових шкіл динамічної психотерапії (К. Юнг, А. Адлер, Е. Фромм, К. Хорні, Г. Селліван, Е. Берн).
2. Психодинамічна теорія Юнга. Психотерапевтичний процес, структура особистості, періоди життєвого циклу за Юнгом.
3. Основні положення адлеріанського вчення. Особливості психотерапевтичного процесу. Поняття гуманістичного психоаналізу Фромма. Концепція К. Хорні. Мета характерологічного аналізу.

**Завдання для самостійної роботи**

1. Охарактеризувати психотерапію міжособистісних стосунків Г. Селлівана, теорія трансактного аналізу Берна, значення рольових стосунків і мета психотерапевтичного процесу.

*Література* [4; 7; 9; 10; 13; 17; 18; 21; 23; 25; 27; 29; 36; 39]

**Змістовий модуль III. Сучасні напрями психотерапії**

**Тема 6. Сугестивна психотерапія**

**Питання для самостійного опрацювання**

1. Гуманістичний напрямок. Клієнт-центрована терапія К. Роджерса.
2. Прагнення до самоактуалізації людини.
3. Якості психотерапевта: безумовне прийняття, конгруентність, емпатичність. Підтримуючий характер психотерапії, спрямований на підвищення самооцінки.

**Завдання для самостійної роботи**

1. Розкрити основні техніки роджеріанської терапії.

*Література* [3; 4; 9; 16; 20; 21; 26; 27; 32]

**Тема 7. Раціональна психотерапія. Наркопсихотерапія**

**Питання для самостійного опрацювання**

1. Екзистенційна психотерапія Маслоу.



2. Трансперсональна психотерапія С. Грофа.
3. Піраміда потреб. Гуманістична орієнтація психотерапії Маслоу.
4. Техніки в екзистенційній парадигмі.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Розкрити суть пренатальних матриць С. Грофа, домінування матриць як первинної родової травми та методу холотропного дихання.

*Література* [4; 10; 16; 20; 27; 32]

### **Тема 8. Емоційно-стресова психотерапія. Кризова психотерапія**

#### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Гештальттерапія. Ф. Перлз.
2. Поняття гештальту.
3. Відкритий і закритий гештальт.
4. Теоретичні основи психотерапії.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Розкрити основні принципи гештальттерапії.

*Література* [2; 7; 8; 13; 17; 30]

### **Тема 9. Клієнт-центрована розмовна психотерапія**

#### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Сімейна системна психотерапія.
2. Асортативність підбору сімейних пар.
3. “Самовідтворення” сімей. “Прийнятні” та “неприйнятні” емоції та поведінкові патерни.
4. Основні типи подружніх стосунків. Сімейний цикл. Кризові періоди в сімейному житті. Дисфункціональні сім’ї.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Розкрити основні принципи роботи сімейного психотерапевта.

*Література* [3; 25; 38; 40]

## **Тема 10. Поведінкова психотерапія**

### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Кататимно-імажитивна терапія (символ-драма). Психодрама.
2. Невербальні психотерапевтичні методики: музикотерапія, арт-терапія, танцтерапія, пісочна терапія, тілесно-орієнтовані методи.
3. Підготовчі методи. Тренінги для “розігріву”.
4. Техніки, спрямовані на клієнтів, з якими затруднений вербальний контакт.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Як ви розумієте такі вирази — подолання опору та ригідних стилів психологічних захистів, доступ до непереносимих емоцій?

*Література* [3; 4; 36]

## **Тема 11. Ігрова терапія, арт-терапія, кататимно-імажитивна психотерапія**

### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Поведінкова та когнітивна психотерапія.
2. Загальна характеристика поведінкового напрямку в психотерапії.
3. Основні поняття поведінкової психотерапії.
4. Психотерапевтичний процес у рамках теорії поведінки.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Розкрити основні положення терапії реальністю — мета, лікування аддиктивної поведінки.

*Література* [3; 4; 18; 19; 24; 28; 33–35; 39]

## **Тема 12. Тілесно-орієнтована психотерапія, музикотерапія**

### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Сугестивна психотерапія. Гіпноз.
2. Прогресивна м'язова релаксація та аутогенне тренування.
3. Історія розвитку вчення про гіпноз та навіювання.
4. Природа гіпнозу. Сутність навіювання. Гіпносугестія. Плацебо-терапія.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Поясніть лікувальний вплив методів навіювання, обмеження застосування та ефективності методу.

*Література [18; 25; 36]*

#### **Тема 13. Гештальттерапія**

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Індивідуальна психотерапія. Первинне інтерв'ю.
2. Мета і завдання індивідуальної психотерапевтичної роботи.
3. Перша бесіда. Техніки ведення першої бесіди з клієнтом.
4. Методи перевірки конструктивності терапевтичного процесу.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Поясніть твердження — уникнення залежності клієнта від психотерапії.

*Література [9; 22; 23; 38]*

#### **Тема 14. Психодрама**

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Групова психотерапія. Види групової терапії. Групова матриця. Динаміка групи.
2. Види групової роботи. Балінтовські, підтримуючі, групи зустрічей, розвиваючі, лікувальні, групи особистісного зростання, групова робота в рамках різних психотерапевтичних методик.
3. Стаціонарна групова терапія, амбулаторна групова терапія.
4. Тривалість життя групи. Закриті, відкриті, напіввідкриті групи. Групова динаміка. Модель Фукса і Біона.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Охарактеризувати створення групової робочої матриці, парування, утворення коаліцій. Рівень зрілості групи. Завершення групової психотерапії.

*Література [3; 6; 9; 15; 28; 29; 36]*

#### **Тема 15. Сімейна, подружня психотерапія**

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Мета психотерапевтичної роботи (кризової, короткофокусної, довготривалої).

2. Показники ефективності психотерапії.
3. Різноманітність технік і постановка певної мети психотерапевтичної роботи.
4. Критерії показань і протипоказань, індивідуального підходу та обмежень для проведення різних видів психотерапевтичних втручань.

### **Завдання для самостійної роботи**

1. Охарактеризувати розкриваючі, підтримуючі, заспокоюючі техніки роботи. Показники ефективності психотерапії.

*Література* [3; 4; 9; 16; 20; 21; 26; 27; 32]

### **МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО НАПИСАННЯ РЕФЕРАТУ**

Реферат (лат. *referre* — доповідати, повідомляти) підводить підсумок вивчення студентами як окремої теми, так і дисципліни загалом.

Обсяг реферату визначається специфікою досліджуваного питання і змістом матеріалів (документів), їх науковою цінністю та практичним значенням. Оптимальний обсяг становить 10–15 сторінок. Реферат має відповідати вимогам до оформлення рукопису кваліфікаційної роботи: вступ і висновки разом не повинні перевищувати 20 % від її загального обсягу; текст друкується через 1,5 інтервала на одній сторінці стандартного аркуша з такими полями: ліве — 30 мм, праве — 15 мм, верхнє — 20 мм, нижнє — 20 мм; всі сторінки нумеруються: загальна нумерація починається з титульного аркуша, проте порядковий номер на ньому не ставиться.

На титульному аркуші реферату вказуються: офіційна назва навчального закладу, інститут і кафедра; прізвище та ініціали автора реферату, абревіатура навчальної групи; повна назва теми; прізвище та ініціали наукового керівника, його науковий ступінь і вчене звання; місто, де розташований навчальний заклад, і рік написання реферату. Після титульного аркуша подається зміст реферату з назвою кожного розділу (параграфу) і вказуванням його сторінок.

Список використаних джерел складається з дотриманням загально-визнаних вимог до робіт, що готуються до друку. До списку використаних джерел включаються лише безпосередньо використані в рефераті праці в алфавітному порядку за прізвищами авторів. Монографії і збірники, що не мають на титульному аркуші прізвища автора (авторів), включаються до загального списку в алфавітному порядку за назвою джерела.

### *Вибір теми реферату*

Тема реферату — не просто повторення засвоєного матеріалу лекції або семінарського заняття. Вона повинна являти собою самостійну розробку проблеми. Неприпустимо поєднувати декілька проблем або, навпаки, штучно виокремлювати певну частину одного питання.

Важливими критеріями вибору теми реферату є її актуальність, широка джерельна база, наявність необхідного фактичного матеріалу, а також достатнє її висвітлення в науково-методичній літературі, що передбачає насамперед ознайомлення із загальною концепцією автора праці та його висновками.

Структура реферату: титульний аркуш; зміст (план); вступ; розділи (вони часто поділяються на параграфи); висновки; список використаних джерел; додатки (у яких наводяться таблиці, схеми, діаграми тощо); перелік умовних позначень.

У вступі реферату обґрунтовується актуальність теми, її особливості, значущість з огляду на розвиток науки та практики або науково-методичної діяльності у сфері освіти. У вступі необхідно подати аналіз використаних джерел, назвавши при цьому авторів, які вивчали цю тематику, визначити сутність основних чинників, що вплинули на розвиток явища або процесу, що досліджується, на недостатньо досліджені питання, з'ясувавши причини їх слабкої аргументації.

Основна частина реферату складається з кількох розділів (які можуть бути розбиті на параграфи), логічно поєднаних між собою.

Виклад матеріалу в рефераті має бути логічним, послідовним, без повторень. Слід використовувати синтаксичні конструкції, характерні для стилю наукових документів, уникати складних граматичних зворотів, незвичних термінів і символів або пояснювати їх відразу, при першому згадуванні в тексті реферату. Терміни, окремі слова і словосполучення можна замінювати абревіатурами і сприйнятливими текстовими скороченнями, значення яких можна зрозуміти з контексту реферату.

Не можна використовувати цитати без посилання на автора. При цитуванні будь-якого фрагменту джерела недопустимі неточності. Але загалом цитатами не слід зловживати. Якщо якийсь важливий документ потребує наведення його в тексті реферату в повному обсязі, то краще винести його в додатки.

У рефераті необхідно визначити і викласти основні тенденції дослідження, підтвердити їх найтипівішими прикладами, відобразити сучасні ідеї та гіпотези, методики та методичні підходи до вивчення

проблеми. Доцільно зупинитися на якомусь дискусійному моменті і спробувати проаналізувати позиції сторін, приєднавшись до однієї з них, або висловити власну думку на певну проблему та визначити перспективи її вирішення.

Кожен розділ реферату повинен завершуватися короткими висновками, чіткими і лаконічними, де узагальнено оцінки та практичні рекомендації. Можна стисло вказати на перспективи подальшого дослідження розглядуваної проблеми.

Реферат оцінюється за такими критеріями: актуальність; наукова та практична цінність; глибина розкриття теми, вирішення поставлених завдань; повнота використання рекомендованої літератури; обґрунтування висновків; грамотність; стиль викладу; оформлення реферату; обсяг виконаної роботи; завершеність дослідження.

### ***ТЕМИ РЕФЕРАТІВ***

1. Психотерапія. Визначення поняття. Історичний контекст і сучасні уявлення про психологічне лікування. Розмежування компетенції психолога і лікаря.
2. Психологічна діагностика і психологічне лікування.
3. Сімейна терапія людей похилого віку.
4. Терапія зайнятістю людей похилого віку.
5. Психоаналітично орієнтована терапія проблем старіння.
6. Методи психотерапії у роботі з дітьми.
7. Арт-терапія. Можливості і перспективи.
8. Вступ до психодинаміки. Історія розвитку психодинамічної психотерапії.
9. Розуміння структури особистості у клінічному процесі. Типи особистості і значення структури особистості для психотерапевтичного процесу.
10. Класифікація неврозів і невротичні конфлікти. Способи їх розв'язання.
11. Психосоматична медицина. Теорії психосоматичної медицини.
12. Етико-деонтологічні аспекти психотерапії.
13. Основні напрямки сучасної психотерапії і тенденції їх розвитку.
14. Техніки класичного психоаналізу.
15. Тлумачення сновидінь за З. Фрейдом.

16. Основні напрямки психотерапевтичної роботи в індивідуальній психології за А. Адлером.
17. Стадії психосексуального розвитку і типи регресивної поведінки.
18. Базові поняття аналітичної психології К. Юнга.
19. Трансактний аналіз: теоретичні положення і техніка, показання до застосування.
20. Нейролінгвістичне програмування: основні поняття і техніки.
21. Психодрама. Основні типи порушень ролевого розвитку. Фази психодраматичної дії. Показання до застосування технік психодрами.
22. Патогенез неврозів у концепції клієнт-центрованої психотерапії К. Роджерса.
23. Класичний гіпноз: поняття сугестивності і гіпнабельності. Техніки гіпнозу і показання до гіпносугестивної терапії.
24. Еріксоніанський гіпноз. Внесок Мільтона Еріксона у вчення про сугестію. Техніки еріксоніанського гіпнозу і показання до застосування.
25. Техніка біоенергетичного аналізу А. Лоуена. Техніка роботи з тілом. Сфера використання тілесно-орієнтованої терапії.
26. Основні поняття і методи гештальттерапії Ф. Перлза.
27. Когнітивна психотерапія А. Бека. Показання до застосування і техніки проведення.
28. Психотерапевтичне консультування: загальні стратегії та етапи.
29. Базові комунікативні навички і їх значення для психотерапевтичного консультування.
30. Групова психотерапія. Види групової терапії. Переваги і недоліки. Показання до застосування групової терапії.
31. Біхевіоральна терапія. Техніки при фобічних розладах, тривожних станах і соціальній неадекватності. Порядок проведення.
32. Партнерство у сфері психічного здоров'я. Етапи організації психотерапевтичної допомоги. Перспективи розвитку психотерапії.
33. Раціональна психотерапія.
34. Вітчизняні напрямки психотерапії: патогенетична психотерапія М'ясищева, особистісно-орієнтована (реконструктивна) психотерапія Карвасарського, Ісуриної, Ташликова та ін.

35. Аутогенне тренування. Історія розвитку, техніка проведення, перспективи розвитку.
36. Православна психотерапія.
37. Психотерапія і психокорекція. Схожість і відмінність. Розмежування компетенції спеціалістів-психотерапевтів.

### ***ВКАЗІВКИ ДО ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ***

Навчальним планом дисципліни “Основи психотерапії” передбачено контроль засвоєння знань у вигляді виконання контрольної роботи реферативного типу і складання іспиту.

Контрольна робота має на меті виявити ступінь засвоєння студентами фундаментальних понять психотерапії, сучасних напрямів, основних технік і методів психотерапії. Тему контрольної роботи з дисципліни “Основи психотерапії” визначає викладач.

### ***ТЕМИ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ***

1. Визначити зміст поняття “психотерапія”.
2. Історичний контекст і сучасні уявлення про психологічне лікування.
3. Визначити моделі підготовки психотерапевтів.
4. Суб’єкти психотерапії (клієнти, пацієнти).
5. Загальні функції теоретичних основ і процедур у психотерапії.
6. Визначити базові комунікаційні навички (інтерперсональні навички, адекватне речовинне оточення, вітання, активне слухання, емпатія, мова та ін.).
7. Роль невербальної комунікації і навичок збирання інформації.
8. Етико-деонтологічні аспекти психотерапії.
9. Межові психічні розлади. Визначення поняття.
10. Системний аналіз механізмів психічної адаптації і станів дезадаптації, що супроводжуються межовими психічними розладами.
11. Виконати аналіз загальних закономірностей виникнення емоційно-стресових і невротичних станів.
12. Розуміння структури особистості в клінічному процесі.
13. Психоаналітична діагностика особистості.
14. Типи організації характерів.



15. Диференціація і клінічні особливості основних форм межових психічних розладів, їх залежність від індивідуально-типологічних особливостей особистості пацієнта.
16. Межові психічні розлади при соматичних захворюваннях.
17. Значення структури особистості для психотерапевтичного процесу.
18. Визначення показань і особливості психотерапії при основних формах межових психічних розладів.
19. Критерії і методи оцінки ефективності психотерапії.
20. Історія розвитку психодинамічної психотерапії.
21. Поняття конфлікту, несвідомих процесів. Роль тривоги у психічних стражданнях.
22. Визначити механізми захисту.
23. Визначити моделі свідомості.
24. Обґрунтувати вибір пацієнтів для аналітичної психотерапії.
25. Елементи і рівні в практиці психодинаміки.
26. Психоаналіз та аналітична психотерапія.
27. Групова психотерапія. Сімейна терапія і терапія подружніх пар.
28. Генезис неврозу. Теорія і механізми терапії в індивідуальній психології Адлера.
29. Техніки індивідуальної психології.
30. Основні поняття і методи гештальттерапії (цілісність, контакт-заглиблення, фігура і фон, усвідомлення, злиття, тривожність, ретрофлексія, інтроєкція, проекція, зрілість).
31. Робота гештальттерапевта з клієнтом і групою.
32. Особливості роботи з дітьми при сімейній психотерапії.
33. Теоретичні положення аналітичної психології.
34. Обґрунтувати вибір пацієнтів для аналітичної психотерапії.
35. Елементи і рівні психотерапії.
36. Теорії і техніки аналітичної психології.
37. Аналіз сновидінь. Активне уявлення.
38. Порівняння методів психоаналізу та аналітичної психотерапії.
39. Генезис неврозу в психодрамі.
40. Теорія психотерапії. Фази психодраматичної дії.
41. Визначити необхідні і достатні умови психотерапевтичних змін клієнта.
42. Патогенез неврозу в концепції К. Роджерса.
43. Механізми і техніки психотерапії.

44. Функції метафори в терапевтичному процесі.
45. Трансактний аналіз і психотерапія. Структурний аналіз індивідуума.
46. Аналіз трансакцій і соціальних зв'язків, аналіз ігор, аналіз сценаріїв, аналіз взаємовідносин.
47. Терапія функціональних психозів, терапія неврозів, групова терапія.
48. Прогресивний структурний аналіз. Теоретичні положення, техніка і показання до проведення.
49. Теорія біоенергетичного аналізу. Шари блокувань.
50. Техніка біоенергетичного аналізу.
51. Техніка роботи з тілом. Пневмокатарсис.
52. Змінені стани свідомості у стародавніх духовних практиків.
53. Переживання простору особистого духовного досвіду в пневмокатарсисі.
54. Визначити сферу застосування тілесно-орієнтованої терапії.
55. Історичний шлях когнітивної і біхевіоральної терапії.
56. Біхевіоральний аналіз. Підготовка пацієнта до терапії.
57. Біхевіоральні техніки при фобічних розладах, соціальній неадекватності, тривожних станах.
58. Типове проведення біхевіоральної терапії.
59. Когнітивна терапія. Теорія когнітивної психотерапії.
60. Когнітивна модель психопатологічних розладів на прикладі депресії.
61. Техніки психотерапії. Показання до когнітивної терапії.
62. Поняття НЛП (комунікація, рапорт, приєднання і ведення, репрезентативні системи, очні сигнали доступу, субmodalності, калібрування, якорі та ін.).
63. Психотерапія: зміни першого порядку, техніка помаху, зміни другого порядку.
64. Класичний гіпноз. Визначення ступеня сугестивності і гіпнабельності.
65. Техніка гіпнозу і показання до терапії.
66. Еріксонівський гіпноз. Внесок Мільтона Еріксона у вчення про сугестію.
67. Оцінка поведінки пацієнта. Приєднання і ведення пацієнта. Наведення гіпнозу.
68. Техніки використання гіпнозу в психотерапії.

## ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТОРОЛЮ

1. Поняття “психотерапія”. Мета навчання.
2. Показання і протипоказання до здійснення психотерапії.
3. Прогноз при психотерапії.
4. Базові критерії для оцінки показань і прогнозу.
5. Вторинні причини захворювання.
6. Уникнення хроніфікації патологічного процесу.
7. Інтелектуальна диференційованість методів психотерапії.
8. Психотерапевтичний контракт.
9. Класифікація психотерапевтичних методів.
10. Поняття “гіпноз” і “аутогенне тренування”.
11. Показання і протипоказання до здійснення гіпнотерапії.
12. Характеристика фаз гіпнотичного стану.
13. Техніки і методики словесного навіювання.
14. Метод самонавіювання.
15. Введення пацієнта у фазогальмівний стан.
16. Поєднання гіпнозу з іншими психотерапевтичними техніками та процедурами.
17. Ефективність методу гіпнозу.
18. Директивні і недирективні техніки гіпнозу.
19. Техніки і методики аутогенного тренування.
20. Показання, ефективність, тривалість лікувальної дії гіпнозу.
21. Раціональна психотерапія.
22. Наркопсихотерапія.
23. Технічні прийоми, наукові докази раціональної психотерапії.
24. Емоційно-стресова психотерапія.
25. Кризова психотерапія.
26. Концепція лікувального впливу стресогенної ситуації.
27. Позитивне напруження.
28. Сократичний діалог.
29. Емоційно-стресовий гіпноз.
30. Емоційно-стресове аутогенне тренування.
31. Терапевтичні підходи при суїцидах.
32. Особливості роботи з умираючими.
33. Техніки психотерапії при кризових станах.
34. Допомога людям, які пережили суїцидальну кризу.
35. Концепція психоаналітичного вчення про хвороби.
36. Теорія конфлікту.

37. Нарцисизм і самість.
38. Теорія об'єктних стосунків.
39. Теорія афектів.
40. Діагностика в психоаналітичній психотерапії.
41. Методи індивідуальної психоаналітичної психотерапії.
42. Інтерактивна індивідуальна терапія.
43. Методи групової аналітичної психотерапії.
44. Показання, тривалість, ефективність психоаналітичної психотерапії.
45. Клієнт-центрована розмовна психотерапія.
46. Теорія особистості в розмовній психотерапії.
47. Теорія порушень і діагностика в розмовній психотерапії.
48. Теоретичні основи розмовної терапії.
49. Розмовна психотерапія у світлі психоаналітичної концепції.
50. Емпатія, безумовне прийняття, самоконгруентність.
51. Ефективність, показання та інтеграція клієнт-центрованої терапії.
52. Оцінка перебігу і результатів психотерапевтичного впливу клієнт-центрованої терапії.
53. Поведінкова психотерапія.
54. Модель розладів і діагностика в поведінковій психотерапії.
55. Мета, планування та показання до поведінкової терапії.
56. Техніки поведінкової терапії.
57. Стимульний контроль.
58. Контроль наслідків.
59. Моделююче навчання.
60. Когнітивні методи поведінкової терапії.
61. Зв'язок між поведінковою терапією та психоаналізом.
62. Перебіг поведінкової терапії.
63. Перевірка ефективності, завершення поведінкової терапії.
64. Ігрова терапія.
65. Арт-терапія.
66. Кататимно-імажитивна психотерапія.
67. Показання, успішність застосування методу арт-терапії.
68. Показання, успішність застосування кататимно-імажитивної психотерапії.
69. Символіка сну наяву: стандартні мотиви.
70. Терапія творчим самовираженням. Показання і протипоказання до застосування.

71. Лікувальний вплив ігрового процесу.
72. Тілесно-орієнтована психотерапія.
73. Музикотерапія.
74. Мета, межі, результат тілесно-орієнтованої психотерапії.
75. Мета, межі, результат музикотерапії.
76. Метод і техніки роботи в тілесно-орієнтованій психотерапії.
77. Метод і техніки роботи в музикотерапії.
78. Гештальттерапія.
79. Поняття “тут і тепер”.
80. Принцип “гарячого стільця”.
81. Сплкування з важливим відсутнім об’єктом.
82. Рольовий монолог.
83. “Закриття гештальту”.
84. Психодрама.
85. Концепція психоаналізу в межах психодрами.
86. Перевірка ефективності впливу психодраматичного лікування.
87. Визначення сімейної психотерапії.
88. Історичний розвиток і школи сімейної терапії.
89. Техніки лікування.
90. Концепти і методики подружньої психотерапії.

## **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ**

### *Основна*

1. *Алешина Ю. Е.* Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. — М., 2000.
2. *Антология* современного психоанализа. — М., 2000.
3. *Базисное* руководство по психотерапии / Под ред. Хайгл-Эверса. — СПб., 2001.
4. *Бауэр М. и др.* Психиатрия, психосоматика, психотерапия. — М., 1999.
5. *Браун Дэннис, Педдер Джонатан.* Введение в психотерапию. Принципы и практика психодинамики. — М.: Класс, 1998.
6. *Вайсе Дж.* Как работает психотерапия. — М., 1999.
7. *Винникотт Дональд Вудс.* Маленькие дети и их матери. — М.: Класс, 1998.
8. *Гринсон Ч.* Техника и практика психоанализа. — М.: Класс, 1998.

9. Каплан Г. И., Сэддок Б. Дж. Клиническая психиатрия. — М.: Медицина, 1994.
10. Карвасарский Б. Д. Психотерапия. — М.: Медицина, 1985.
11. Кейсмент П. Обучаясь у пациента. — Воронеж: НПО “МО-ДЭК”, 1995.
12. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. — М., 1991.
13. Куттер П. Современный психоанализ. — СПб.: БСК, 1997.
14. Леви Д. А. Семейная психотерапия. История, теория, практика. — СПб., 1993.
15. Лейту Г. Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я. Л. Морено. — М., 1994.
16. Лобзин В. С., Решетников М. М. Аутогенная тренировка. — Л.: Медицина, 1986.
17. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. — М.: Класс, 1998.
18. Макс Люшер. Сигналы личности. Рольевые игры и их мотивы. — М., 1996.
19. Маховер. Рисунок человека. — М., 1999.
20. Морозов Г. В. Руководство по психиатрии. — М.: Медицина, 1988. — Т. 2.
21. Мышляев С. Ю. Гипноз: Руководство для врачей. — М.: Медицинская книга; Н. Новгород: Изд-во НГМА, 1999.

*Додаткова*

22. Перлз Ф. Гештальттерапия. — М, 1999.
23. Приц А. Психотерапія — нова наука про людину. — Львів: ІНВП “Електрон”, 1998.
24. Роберт Джонсон. Сновидения и фантазии. Анализ и использование. — СПб., 1998.
25. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. — М., 1994.
26. Сергей Горин. А вы пробовали гипноз? — М., 1985.
27. Слободяник А. П. Психотерапия, внушение, гипноз. — 3-е изд., перераб. и доп. — К.: Здоровье, 1977.
28. Стюарт Вильям. Работа с образами и символами в психологическом консультировании. — М., 1999.
29. Тарасов Е. Популярная психотерапия. — М.: Гранд, 1997.

30. *Томэ Г., Кехеле Х.* Современный психоанализ. — М.: Класс, 1999.
31. *Фаррелли Ф., Брандсма Д.* Провокационная терапия. — М., 1999.
32. *Филатов А. Т.* Аутогенная тренировка. — К., 1979.
33. *Франц М. Л.* Психология сказки. — СПб., 1998.
34. *Фройд З.* Толкование сновидений: Пер. с нем. — К.: Здоровье, 1991.
35. *Ханскарл Лейнер.* Кататимное переживание образов. — М., 1999.
36. *Шарп Дарэл.* Психологические типы. Юнговская типологическая модель. — СПб.: БСК, 1996.
37. *Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В.* Семейная психотерапия. — Л., 1990.
38. *Энциклопедия* глубинной психологии. — М.: MGM-Interna, 1998. — Т. 1.
39. *Юнг К. и др.* Человек и его символы. — СПб.: Гравис, 1996.
40. *Ялом Ирвин Д.* Экзистенциальная психотерапия. — М.: Класс, 1999.

МАУП

## ***ЗМІСТ***

Пояснювальна записка .....	3
Вказівки щодо організації самостійної роботи студентів..	4
Зміст самостійної роботи з дисципліни “Основи психотерапії” .....	6
Методичні рекомендації до написання реферату .....	12
Теми рефератів .....	14
Вказівки до виконання контрольної роботи.....	16
Теми контрольних робіт .....	16
Питання для самоконтролю.....	19
Список літератури.....	21

Відповідальний за випуск *А. Д. Вегеренко*  
Редактор *М. В. Дроздецька*  
Комп'ютерне верстання *К. П. Махія*

Зам. № ВКЦ-3918

Формат 60×84/<sub>16</sub>. Папір офсетний.

Друк ротатійний трафаретний. Наклад 50 пр.

Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП)  
03039 Київ-39, вул. Фрометівська, 2, МАУП

ДП «Видавничий дім «Персонал»  
03039 Київ-39, просп. Червонозоряний, 119, літ. ХХ

*Свідоцтво про внесення до Державного реєстру  
суб'єктів видавничої справи ДК № 3262 від 26.08.2008*