

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ТАВРІЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені В.І. ВЕРНАДСЬКОГО  
Навчально-науковий гуманітарний інститут  
Кафедра психології, філософії та суспільних наук**

**І.В. Кущенко**

## **ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЇ**

*Методичні рекомендації для підготовки до семінарських занять та  
самотійної роботи*

*для здобувачів вищої освіти зі спеціальності С4 Психологія*

Київ – 2025 рік

РОЗРОБНИК: доцентка, кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології, філософії та суспільних наук Ірина КУЩЕНКО

Рецензент: доцентка, докторка психологічних наук, завідувачка кафедри психології, філософії та суспільних наук Олена ВЛАСЕНКО

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри психології, філософії та суспільних наук Протокол № 1 від 25.08.2025

Методичні рекомендації схвалено на засіданні навчально-методичної ради навчально-наукового гуманітарного інституту

Протокол № 8 від 27.08.2025р.

Голова НМР ННГІ

Сергій ГУБАРЄВ

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Навчальна дисципліна «**Основи психотерапії та психокорекції**» є фундаментальною складовою професійної підготовки психологів, психотерапевтів, соціальних працівників та інших фахівців, які працюють у сфері психологічного консультування та допомоги. Курс передбачає вивчення теоретичних засад психотерапії та психокорекції, ознайомлення з основними напрямками, методами та техніками роботи з клієнтами, що мають різні психологічні труднощі та запити. Особлива увага приділяється розмежуванню понять «психотерапія» та «психокорекція», їхнім завданням, можливостям та сферам застосування. Курс має практичну спрямованість і включає виконання інтерактивних вправ, аналіз кейсів, моделювання консультаційних сесій та відпрацювання психотерапевтичних і психокорекційних методів у навчальній групі.

**Метою вивчення дисципліни є:** формування у студентів системного уявлення про теоретичні засади, принципи, методи та техніки психотерапевтичної та психокорекційної роботи, а також розвиток практичних навичок застосування цих методів у роботі з клієнтами, які мають психологічні труднощі, емоційні розлади чи потребують особистісного розвитку.

### **Завдання дисципліни:**

- Ознайомити студентів з основними напрямками психотерапії (психоаналітичний, когнітивно-біхевіоральний, гуманістичний, екзистенційний, гештальт-терапія тощо).
- Визначити ключові відмінності між психотерапією та психокорекцією.
- Розглянути етичні аспекти психотерапевтичної діяльності.
- Навчити студентів основним методам і технікам психотерапії та психокорекції.
- Формувати навички ведення психокорекційної роботи в індивідуальному та груповому форматах.
- Відпрацювати базові техніки консультування та психологічної допомоги.
- Розвинути у студентів рефлексію та усвідомлення власної ролі у процесі психотерапевтичної взаємодії.
- Ознайомити з принципами роботи супервізії та самопідтримки у психотерапевтичній практиці.
- Навчити аналізувати ефективність психотерапевтичних втручань.

Опанування цієї дисципліни сприятиме підготовці висококваліфікованих фахівців у галузі психологічної допомоги, здатних ефективно застосовувати психотерапевтичні та психокорекційні методи у професійній діяльності.

## **2. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **Тема 1. Проблеми психокорекційної та психотерапевтичної роботи.**

Лекція 1. – 2 год. (д<sup>1</sup>.) / 2 год. (з<sup>2</sup>.)

Семінар 1. - 2 год. (д.) / 0 год. (з.)

Самостійна робота 1. - 6 год. (д.) / 12 год. (з.)

### **Тема 2. Психодинамічний та поведінковий напрямок у психокорекції та психотерапії.**

Лекція 2. – 2 год. (д.) / 0 год. (з.)

Семінар 2. - 2 год. (д.) / 0 год. (з.)

Самостійна робота 2. - 6 год. (д.) / 12 год. (з.)

### **Тема 3. Когнітивно-поведінковий та екзистенційний напрямок. Гуманістичний підхід у психокорекції та психотерапії.**

Лекція 3. – 2 год. (д.) / 0 год. (з.)

Семінар 3. - 2 год. (д.) / 0 год. (з.)

Самостійна робота 3. - 6 год. (д.) / 12 год. (з.)

### **Тема 4. Сучасні підходи та особливості психокорекції та психотерапії дітей та підлітків.**

Лекція 4. – 2 год. (д.) / 2 год. (з.)

Семінар 4. - 2 год. (д.) / 0 год. (з.)

Самостійна робота 4. - 6 год. (д.) / 12 год. (з.)

### **Тема 5. Консультування батьків з питань психокорекції дітей та підлітків. Планування психокорекції та психотерапії дітей та підлітків.**

Лекція 5. – 4 год. (д.) / 0 год. (з.)

Семінар 5. - 4 год. (д.) / 2 год. (з.)

Самостійна робота 5. - 6 год. (д.) / 12 год. (з.)

### **Тема 6. Психотерапія та психокорекція дітей в стресових і постстресових станах.**

Лекція 6. – 4 год. (д.) / 0 год. (з.)

Семінар 6. - 4 год. (д.) / 2 год. (з.)

Самостійна робота 6. - 6 год. (д.) / 12 год. (з.)

### **Тема 7. Психотерапія та психокорекція емоційних та поведінкових розладів у дітей та підлітків.**

Лекція 7. – 4 год. (д.) / 2 год. (з.)

Семінар 7. - 4 год. (д.) / 0 год. (з.)

Самостійна робота 7. - 6 год. (д.) / 12 год. (з.)

---

<sup>1</sup> д. – денна форма навчання

<sup>2</sup> з. – заочна форма навчання

### 3. МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ ТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

#### ТЕМА 1. ПРОБЛЕМИ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ТА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ

Проблеми психокорекційної та психотерапевтичної роботи пов'язані з низкою теоретичних і практичних труднощів, серед яких – складність визначення меж між нормою та патологією, індивідуальні відмінності клієнтів, обмеженість діагностичних методів, а також вплив соціокультурних чинників на ефективність втручання. Важливим викликом є недостатня інтеграція психотерапії в систему охорони психічного здоров'я, що ускладнює доступ клієнтів до кваліфікованої допомоги. Додатково актуальними залишаються проблеми професійного вигорання фахівців, етичних дилем у роботі, а також потреба у поєднанні різних методів та підходів для досягнення стійких позитивних результатів.

#### **Семінар 1. Проблеми психокорекційної та психотерапевтичної роботи**

*Питання для обговорення (на вибір):*

1. Етичні проблеми в психотерапії
  - Які етичні питання можуть виникати під час психокорекційної роботи з клієнтами?
  - Як забезпечити конфіденційність та захист особистих даних пацієнтів?
  - Які етичні виклики можуть виникати при роботі з дітьми та підлітками в порівнянні з дорослими пацієнтами?
2. Обмеження психотерапії
  - Які основні обмеження психотерапії та психокорекції у сучасному світі?
  - Коли психотерапія може бути неефективною і які альтернативні методи лікування можуть бути корисні?
  - Як визначити, чи психотерапія є оптимальним підходом для конкретного пацієнта?
3. Проблеми взаємодії терапевта та пацієнта
  - Як впливають взаємини між терапевтом і пацієнтом на успіх психотерапевтичного процесу?
  - Як терапевт може виявити і працювати з трансфером і контртрансфером?
  - Які проблеми можуть виникнути в процесі взаємодії, і як їх можна подолати?
4. Проблеми мотивації в психотерапії
  - Які труднощі можуть виникати у пацієнтів з мотивацією до психотерапії?
  - Як терапевт може допомогти пацієнту подолати опір і зберегти мотивацію в процесі лікування?
  - Як підтримувати зацікавленість пацієнта на всіх етапах терапії?
5. Робота з травмами та чутливими темами
  - Як працювати з пацієнтами, які мають складні психологічні травми або пережили насильство?
  - Як можна уникнути повторної травматизації пацієнтів під час терапії?
  - Які техніки є найбільш ефективними при роботі з травмованими пацієнтами?
6. Робота з групами в психотерапії
  - Які труднощі виникають при веденні групової психотерапії та психокорекції?
  - Як управляти груповою динамікою, щоб терапія була максимально ефективною для кожного учасника?
  - Які можливі проблеми можуть виникати через міжособистісні конфлікти в групі, і як їх можна подолати?
7. Проблеми в психотерапевтичному процесі у дітей та підлітків
  - Які особливості виникають при роботі з дітьми та підлітками в психотерапії?
  - Як забезпечити ефективну комунікацію з дітьми та їх батьками в процесі психотерапії?

- Які специфічні підходи застосовуються для роботи з емоційними та поведінковими проблемами у молодшому віці?
- 8. Перехід від психокорекції до терапії
  - Як визначити, чи необхідно пацієнту перейти від психокорекційної роботи до глибшої психотерапевтичної роботи?
  - Які проблеми можуть виникнути при переході від короткострокової психокорекції до більш тривалої психотерапії?
  - Як коригувати методи і стратегії психотерапії в залежності від прогресу пацієнта?
- 9. Психологічна готовність пацієнта до терапії
  - Як оцінити готовність пацієнта до терапії?
  - Які чинники можуть впливати на готовність пацієнта працювати над своїми психологічними проблемами?
  - Як терапевт може підтримати пацієнта, який не готовий або боїться почати терапію?
- 10. Труднощі, пов'язані з психотерапевтичним процесом
  - Які основні психологічні труднощі можуть виникати у пацієнта в процесі психотерапії?
  - Як терапевт може допомогти пацієнту подолати кризові моменти під час роботи?
  - Які типові труднощі можуть виникати під час корекції поведінки або емоційних розладів, і як їх можна мінімізувати?

## *II. Творчі завдання (на вибір):*

1. Роль трансферу в психотерапевтичному процесі
  - Завдання: Напишіть коротке есе (2-3 сторінки), в якому описуєте, як трансфер може впливати на терапевтичні стосунки та які проблеми можуть виникнути через цей процес. Подумайте, як терапевт може використовувати трансфер для глибшого розуміння пацієнта та його внутрішнього світу, а також як уникнути потенційних негативних ефектів.
  - Ціль: Розвинути розуміння важливості трансферу в психотерапії та проаналізувати його вплив на динаміку терапевтичного процесу.
2. Діагностика та корекція опору в терапії
  - Завдання: Уявіть, що ви – психотерапевт, і до вас звернувся пацієнт, який відкрито або приховано виражає опір до процесу лікування (не хоче змінювати свою поведінку, заперечує необхідність терапії тощо). Розробіть план роботи для подолання цього опору, включаючи стратегії для розпізнавання та корекції опору на різних етапах терапії.
  - Ціль: Практично застосувати знання про психологічний опір та розробити стратегії його подолання.
3. Аналіз етичних дилем у психотерапевтичній практиці
  - Завдання: Описати та проаналізувати етичну дилему, з якою ви можете зіткнутися в психотерапевтичній практиці (наприклад, конфлікт інтересів, порушення конфіденційності, терапія без попереднього інформування клієнта тощо). Як ви будете діяти в такій ситуації? Як запобігти виникненню таких ситуацій і які етичні принципи потрібно врахувати?
  - Ціль: Розвинути етичне мислення та здатність аналізувати складні ситуації в психотерапевтичній практиці.
4. Робота з психологічними травмами та стресом
  - Завдання: Створіть практичне завдання для роботи з пацієнтом, який пережив психологічну травму або посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Які техніки ви використовуватимете для полегшення стану пацієнта? Які методи важливо застосовувати на різних етапах психотерапії?
  - Ціль: Розвинути здатність працювати з пацієнтами, які пережили важкі емоційні переживання, та освоїти методи терапії травм.
5. Мотивація в психотерапії: стратегічний план
  - Завдання: Уявіть, що ви працюєте з пацієнтом, який має низький рівень мотивації для лікування. Розробіть стратегічний план, як підвищити мотивацію до терапії, які підходи

ви будете застосовувати для зміцнення віри пацієнта у важливість змін. Зважайте на індивідуальні особливості клієнта (вік, соціальний статус, культурні особливості).

- Ціль: Практично розробити стратегії мотивації та з'ясувати, як заохочувати пацієнтів до активної участі в терапевтичному процесі.

#### 6. Групова динаміка в психотерапії

- Завдання: Придумайте ситуацію, в якій в груповій терапії один з учасників намагається домінувати, забираючи увагу від інших, або виявляє деструктивну поведінку. Як би ви як терапевт керували груповою динамікою, щоб ця ситуація не вплинула на процес лікування інших учасників?
- Ціль: Зрозуміти важливість управління груповою динамікою та ефективно працювати з групами в психотерапії.

#### 7. Терапевтичний альянс та його значення

- Завдання: Напишіть есе, в якому розглянете, чому терапевтичний альянс є одним з найважливіших чинників успіху психотерапії. Які стратегії використовує терапевт для побудови довірчих стосунків з клієнтом? Як терапевт може подолати труднощі, якщо альянс починає руйнуватись?
- Ціль: Зрозуміти важливість терапевтичного альянсу в процесі лікування та оволодіти стратегіями його зміцнення.

#### 8. Психологічна готовність до терапії

- Завдання: Розробіть інтерв'ю чи анкету для оцінки психологічної готовності пацієнта до психотерапії. Як визначити, чи готовий клієнт працювати над своїми проблемами, і як підготувати його до терапевтичного процесу?
- Ціль: Розвинути навички оцінки готовності пацієнта до терапії та підготовки його до процесу змін.

#### 9. Психотерапевтичні бар'єри у роботі з дітьми

- Завдання: Описати проблеми, з якими може зіткнутися терапевт при роботі з дітьми, особливо в умовах сімейного або шкільного контексту. Як створити довірчі стосунки з дитиною, яка не хоче або боїться розкривати свої почуття?
- Ціль: Зрозуміти специфіку роботи з дітьми в терапевтичному процесі та створити стратегії для подолання бар'єрів.

#### 10. Інноваційні методи в психотерапії

- Завдання: Дослідження та опис інноваційних методів психотерапії (наприклад, арт-терапія, музикотерапія, віртуальна реальність) та їх можливе застосування в лікуванні психологічних проблем. Як ви бачите ефективність цих методів у порівнянні з класичними психотерапевтичними підходами?
- Ціль: Ознайомитись з новими підходами в психотерапії та оцінити їх доцільність та ефективність.

### ***Самостійна робота до теми 1. Проблеми психокорекційної та психотерапевтичної роботи***

- Складіть порівняльну таблицю основних проблем психокорекційної та психотерапевтичної діяльності (теоретичних, практичних, етичних).
- Проаналізуйте конкретний приклад (з літератури або власного досвіду практики), де психотерапевт чи психолог зіткнувся з труднощами у роботі, та запропонуйте можливі шляхи їх подолання.
- Напишіть есе (1–2 сторінки) на тему: «Етичні дилеми у психокорекційній та психотерапевтичній практиці: шляхи вирішення».
- Підготуйте міні-дослідження (реферат) про вплив соціокультурних чинників на ефективність психокорекційної роботи.
- Розробіть рекомендації для профілактики професійного вигорання психолога/психотерапевта у практичній діяльності.

#### **Література:**

1. Гржеляк Л. А. Психокорекційна робота з військовими під час війни // Політ. Сучасні проблеми науки: тези доповідей XXIV Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених. Київ: Національний авіаційний університет, 2024. С. 102–103.
2. Герасимова І. В., Герасимова Н. Є. Психотерапевтична та психокорекційна робота з дітьми, що заїкаються // Science of XXI century: development, main theories and achievements: collection of scientific papers «SCIENTIA»: Proceedings of the II International Scientific and Theoretical Conference. – Гельсінки, 2022. Vol. 3. С. 16–21.
3. Корх В. М. Психокорекційна та психотерапевтична робота з психоемоційними станами дітей війни // Наукові праці Педагогічного факультету. 2024.
4. Лаврентьєва-Ірха Ю. О. Особливості використання технік психодрами в корекційній роботі психолога: кваліфікаційна робота. Кривий Ріг, 2023. 50 с.
5. Сабліна Н. В. Психологічне консультування та психотерапія складних запитів: травма, ПТСР, насильство, зґвалтування, горе, втрата. Робота з дітьми, підлітками, дорослими, військовими та їх сім'ями: навчально-терапевтичний посібник. Київ; Вінниця: Твори, 2024. 223 с.
6. Медична психологія: у 2 т. / ред. Г. Я. Пилягіна. Вінниця: Нова Книга, 2020. Т. 1. Загальна медична психологія. 288 с.; Т. 2. Спеціальна медична психологія. 496 с.

## **ТЕМА 2. Психодинамічний та поведінковий напрямок у психокорекції та психотерапії**

Психодинамічний та поведінковий напрями у психокорекції та психотерапії представляють два різні, але взаємодоповнювальні підходи до розуміння й подолання психологічних труднощів. Психодинамічний напрям базується на ідеях З. Фрейда та його послідовників і зосереджується на виявленні несвідомих конфліктів, дитячих переживань та механізмів захисту, що впливають на сучасну поведінку людини. Поведінковий підхід, у свою чергу, ґрунтується на принципах навчання та модифікації поведінки за допомогою підкріплень, тренування навичок, експозиційної терапії та когнітивно-поведінкових технік. У сучасній практиці обидва напрями часто інтегруються, що дозволяє поєднувати глибинне усвідомлення внутрішніх процесів із практичними інструментами зміни поведінки.

### **Семінар 2. Психодинамічний та поведінковий напрямок у психокорекції та психотерапії**

*Питання для обговорення (на вибір):*

1. Основи психодинамічного підходу
  - Які основні принципи психодинамічного підходу в психотерапії?
  - Як психодинамічна терапія пояснює розвиток і прояв психологічних проблем у пацієнтів?
  - Які методи та техніки використовуються в психодинамічній терапії для роботи з підсвідомими конфліктами та травмами?
2. Поведінковий підхід у психотерапії
  - Які основні принципи поведінкової терапії, і як вони застосовуються для корекції поведінкових розладів?
  - Як поведінковий підхід допомагає змінювати непотрібні або деструктивні поведінкові патерни?
  - Які техніки застосовуються в поведінковій терапії для роботи з фобіями, залежностями чи тривожними розладами?
3. Основні відмінності між психодинамічним та поведінковим підходами
  - Які ключові відмінності між психодинамічною та поведінковою терапією з точки зору їхнього підходу до причин психологічних проблем?
  - У яких випадках один підхід є більш ефективним за інший?
  - Як терапевт може комбінувати ці підходи в рамках одного терапевтичного процесу?
4. Техніки психодинамічної терапії



- Які основні техніки використовуються в психодинамічній терапії для виявлення несвідомих процесів (наприклад, інтерпретація сновидінь, вільні асоціації)?
  - Як психодинамічний терапевт працює з трансфером і контртрансфером, і чому ці явища важливі для процесу терапії?
  - Як психодинамічна терапія допомагає пацієнту усвідомити глибинні внутрішні конфлікти і вирішити їх?
5. Техніки поведінкової терапії
- Як поведінкова терапія застосовує принципи навчання для зміни проблемної поведінки?
  - Що таке позитивне та негативне підкріплення в контексті поведінкової терапії?
  - Як можна використовувати техніку систематичної десенсибілізації для корекції фобій?
6. Робота з травмою в психодинамічному підході
- Як психодинамічний підхід пояснює вплив травм на особистість та психічне здоров'я?
  - Як відбувається лікування травм у психодинамічній терапії, зокрема в роботі з дитячими переживаннями?
  - Які можуть бути ризики повторної травматизації при глибокій психодинамічній роботі?
7. Поведінковий підхід до лікування залежностей
- Як поведінкова терапія застосовується для лікування залежностей (наприклад, алкогольної або наркотичної)?
  - Як використання технік, таких як модифікація поведінки та укріплення, допомагає змінити поведінкові патерни залежних людей?
  - Які переваги і обмеження поведінкового підходу при роботі з залежностями?
8. Психодинамічні процеси у груповій терапії
- Яким чином психодинамічний підхід застосовується в груповій терапії для вирішення міжособистісних конфліктів та внутрішніх конфліктів учасників?
  - Як групова терапія може допомогти у розумінні динаміки трансферу і контртрансферу серед учасників?
9. Сексуальні дисфункції та психодинамічний підхід
- Як психодинамічний підхід працює з сексуальними дисфункціями, які мають коріння в підсвідомих конфліктах або емоційних переживаннях?
  - Як терапевт може допомогти клієнту розібратися у внутрішніх конфліктах, що можуть спричиняти сексуальні проблеми?
10. Вплив контексту і соціальних факторів у психодинамічній та поведінковій терапії
- Як психодинамічна терапія враховує соціальні та культурні фактори у своїй роботі?
  - Яким чином поведінкова терапія включає в роботу фактори навколишнього середовища (наприклад, зміна умов життя або роботи)?
  - Які соціальні фактори можуть бути враховані в обох підходах, і як вони впливають на процес терапії?

## *II. Виконання практичних завдань у малих групах (на вибір).*

### 1. Розробка терапевтичної сесії за психодинамічним підходом

- Завдання: Розробіть сценарій терапевтичної сесії для пацієнта, що має глибинні емоційні конфлікти, які він не може усвідомити. Використовуйте методи психодинамічної терапії, такі як вільні асоціації, аналіз сновидінь та трансфер.
- Кроки:
- Уявіть типову ситуацію, з якою пацієнт приходить на сесію (наприклад, труднощі у стосунках або професійні проблеми).
- Визначте основні емоційні конфлікти, які можуть лежати в основі цих труднощів.
- Створіть питання та завдання для пацієнта, які спонукають його до вільних асоціацій або аналізу сновидінь.
- Охарактеризуйте, як можна використовувати трансфер у цій ситуації.

### 2. Моделювання поведінкової терапії для лікування фобії

- Завдання: Створіть план поведінкової терапії для пацієнта, який має фобію (наприклад, страх польотів). Використовуйте техніки, такі як систематична десенсибілізація або експозиційна терапія.
  - Кроки:
    - Опишіть пацієнта і його фобію (як фобія впливає на його життя).
    - Поясніть, як поведінковий терапевт використовує систематичну десенсибілізацію для допомоги пацієнту в подоланні страху.
    - Складіть план сесій, які допоможуть пацієнту поступово знижувати рівень тривоги через контрольовану експозицію до страхового стимулу.
3. Розробка групової терапії за психодинамічним підходом
- Завдання: Розробіть програму групової терапії, орієнтованої на використання психодинамічних принципів для роботи з міжособистісними конфліктами в групі.
  - Кроки:
    - Уявіть, що ви є терапевтом, який проводить групову терапію для людей, які переживають складні міжособистісні конфлікти.
    - Розробіть техніки, що допоможуть членам групи виявити трансфер і контртрансфер у груповій динаміці.
    - Створіть завдання для учасників, які допомагають їм розібратися в глибинних причинах конфліктів і розв'язати їх за допомогою саморефлексії.
4. Інтерпретація сновидінь як частина психодинамічної терапії
- Завдання: Виберіть сновидіння, яке містить символи, що можуть вказувати на внутрішні конфлікти або непроявлені емоційні проблеми. Напишіть короткий аналіз цього сновидіння через призму психодинамічної терапії.
  - Кроки:
    - Описати сновидіння, що може мати глибокий психологічний підтекст (наприклад, сцена з образами, що викликають страх або сум).
    - Використати методи психодинамічної інтерпретації (наприклад, символічне значення сновидінь) для виявлення прихованих емоційних проблем.
    - Оцінити, як ці символи можуть відображати конфлікти в особистому житті пацієнта або його стосунки з іншими людьми.
5. Розробка плану терапії для пацієнта з депресією через психодинамічний підхід
- Завдання: Складіть терапевтичний план для пацієнта з депресією, використовуючи психодинамічні методи. Зосередьтеся на глибинних емоційних конфліктах, які можуть бути джерелом депресії.
  - Кроки:
    - Охарактеризуйте пацієнта, що страждає від депресії (його життєві обставини, особисті конфлікти).
    - Визначте глибинні конфлікти, які можуть бути пов'язані з цією депресією (наприклад, невирішені емоційні травми або переживання через стосунки з батьками).
    - Створіть план сесій, що включає техніки психодинамічної терапії, які допоможуть пацієнту усвідомити ці внутрішні конфлікти та працювати з ними.
6. Поведінкова терапія для лікування агресивної поведінки
- Завдання: Розробіть програму терапії для пацієнта, що страждає від агресивної поведінки, використовуючи поведінкові методи.
  - Кроки:
    - Опишіть пацієнта і його проблеми з агресією (наприклад, агресивні сплески на роботі або вдома).
    - Визначте, які поведінкові стратегії можна застосувати для зміни агресивної поведінки (наприклад, тренінг самоконтролю, техніки релаксації, когнітивна реструктуризація).
    - Створіть план терапії, що допоможе пацієнту поступово змінювати свої агресивні реакції на більш конструктивні.
7. Розробка інтервенції для подолання соціальної тривоги за допомогою когнітивно-поведінкової терапії

- Завдання: Створіть інтервенцію для пацієнта з соціальною тривогою, яка використовує когнітивно-поведінкову терапію для зміни негативних переконань і поведінкових реакцій.
- Кроки:
- Описати пацієнта з соціальною тривогою (наприклад, страх перед публічними виступами або страх зустрічей з незнайомими людьми).
- Визначте негативні переконання і когнітивні викривлення, які підтримують цю тривогу.
- Розробіть вправи, спрямовані на корекцію цих переконань і створення нових, більш здорових стратегій поведінки в соціальних ситуаціях.

8. Аналіз випадку пацієнта з поведінковими розладами (наприклад, компульсивне переїдання)

- Завдання: Проаналізуйте випадок пацієнта з компульсивним переїданням, використовуючи поведінковий підхід для змінення патологічних патернів поведінки.
- Кроки:
- Описати основні симптоми і поведінкові патерни пацієнта.
- Використати техніки, такі як самонагляд і підкріплення, для зміни цих патернів.
- Розробити інтервенцію, яка допоможе пацієнту зменшити кількість епізодів переїдання, замінивши їх на здоровіші альтернативи.

**Самостійна робота 2. Психодинамічний та поведінковий напрямок у психокорекції та психотерапії**

- Складіть порівняльну таблицю ключових характеристик психодинамічного та поведінкового підходів (мета, методи, техніки, роль терапевта, очікувані результати).
- Проаналізуйте клінічний випадок (можна вигаданий), визначте, які психодинамічні та поведінкові техніки можна було б застосувати для корекції проблем клієнта.
- Напишіть коротке есе (1–2 сторінки) на тему: «Які можливості та обмеження має психодинамічний і поведінковий підхід у сучасній психотерапії?».
- Розробіть практичні рекомендації для психолога щодо інтеграції психодинамічного та поведінкового підходів у роботі з клієнтами з тривожними розладами.
- Підготуйте презентацію (5–7 слайдів) на тему: «Еволюція поведінкової терапії: від класичного біхевіоризму до когнітивно-поведінкової терапії».

**Література:**

1. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Київ: Основи, 2020. 432 с.
2. Юнг К. Г. Архетипи і колективне несвідоме. – Львів: Астролябія, 2021. 312 с.
3. Адлер А. Практика і теорія індивідуальної психології. Харків: Фоліо, 2020. 286 с.
4. Скіннер Б. Ф. Наука і поведінка людини. – Київ: Наш Формат, 2021. 368 с.
5. Бек А. Когнітивна терапія та емоційні розлади. – Київ: Віват, 2022. 304 с.
6. Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. 10th ed. – Boston: Cengage Learning, 2021. 544 p.
7. Westen D., Shedler J. Personality Diagnosis: The Psychodynamic Diagnostic Manual. – 2nd ed. – New York: Guilford Press, 2021. 792 p.
8. Dobson K. S., Dozois D. J. A. Handbook of Cognitive-Behavioral Therapies. 4th ed. New York: Guilford Press, 2021. 650 p.
9. McLeod J. An Introduction to Counselling and Psychotherapy: Theory, Research and Practice. 7th ed. London: Open University Press, 2023. 720 p.
10. Lemma A. Introduction to Psychopathology. 3rd ed. London: Sage, 2020. 416 p.

### **ТЕМА 3. Когнітивно-поведінковий та екзистенційний напрямок напрямком.**

#### **Гуманістичний підхід у психокорекції та психотерапії**

Когнітивно-поведінковий, екзистенційний та гуманістичний напрями у психокорекції та психотерапії репрезентують сучасні підходи, орієнтовані на активну участь клієнта в процесі змін. Когнітивно-поведінкова терапія зосереджується на виявленні та зміні дисфункціональних переконань і моделей поведінки, використовуючи структуровані методики та техніки. Екзистенційний підхід підкреслює унікальність особистого досвіду, проблему сенсу життя, свободи, відповідальності й автентичності людини. Гуманістична психотерапія (зокрема клієнт-центроване консультування К. Роджерса) акцентує увагу на внутрішньому потенціалі особистості, безумовному прийнятті та емпатії, що сприяє особистісному зростанню. У сучасній практиці ці підходи часто інтегруються, поєднуючи раціональне, екзистенційне та гуманістичне бачення розвитку людини.

#### **Семінар 3. Когнітивно-поведінковий та екзистенційний напрямок напрямком.**

#### **Гуманістичний підхід у психокорекції та психотерапії**

*Питання для обговорення (на вибір):*

1. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ): принципи та методи
  - Які основні принципи когнітивно-поведінкової терапії, і як вони застосовуються на практиці в психокорекції та психотерапії?
  - Як можна використовувати когнітивно-поведінкові техніки для роботи з різними психологічними проблемами, такими як тривога, депресія, фобії?
  - Які когнітивні викривлення найчастіше зустрічаються у клієнтів і як їх коригує КПТ?
2. Екзистенційна терапія: основи та завдання
  - Що є основою екзистенційної терапії, і в чому полягає її специфіка в порівнянні з іншими терапевтичними підходами?
  - Як екзистенційна терапія допомагає людям знайти сенс і розуміння в ситуаціях, що вимагають глибоких моральних або існуючих питань?
  - Які є основні екзистенційні питання, з якими клієнти стикаються під час терапії (наприклад, питання смерті, свободи, відповідальності)?
3. Гуманістичний підхід: принципи та застосування
  - Які основні принципи гуманістичної терапії, і чому цей підхід часто вважається клієнт-центричним?
  - Як гуманістичний підхід допомагає клієнту розвивати самосвідомість, а також приймати і розуміти себе таким, яким він є?
  - Як у гуманістичній терапії враховуються індивідуальні особливості клієнта, і чому це важливо для процесу психотерапії?
4. Порівняння КПТ і гуманістичного підходу: ключові відмінності
  - Як КПТ та гуманістична терапія відрізняються в методах роботи з клієнтами?
  - Які переваги та недоліки кожного з цих підходів при роботі з різними типами психологічних проблем?
  - Який підхід, на вашу думку, є більш ефективним у роботі з депресією чи тривожними розладами?
5. Екзистенційний кризис у психотерапії: як допомогти клієнтам пережити його?
  - Як екзистенційна терапія допомагає людям впоратися з кризою сенсу в житті?
  - Які техніки використовує екзистенційний терапевт для того, щоб допомогти клієнтам зрозуміти і прийняти свою сутність і життя в умовах невизначеності?
  - Як екзистенційний підхід може бути корисним при роботі з людьми, які переживають глибоку депресію або трагічні втрати?
6. Роль самоприйняття у гуманістичній терапії
  - Як гуманістичний підхід працює з проблемами самоприйняття та самооцінки?
  - Які техніки використовуються для допомоги клієнтам у розвитку позитивного ставлення до себе?

- Як взаємодія терапевта з клієнтом допомагає розвивати самоприйняття та внутрішню гармонію?
- 7. Місце емпатії та безумовного прийняття в психотерапії
  - Як емпатія та безумовне прийняття важливі в терапевтичному процесі, особливо в гуманістичному підході?
  - Як терапевт може створити атмосферу, де клієнт почувається в безпеці і може відкрито висловлювати свої емоції та думки?
  - Як ця атмосфера підтримки сприяє розвитку самоусвідомлення та зміні негативних переконань у клієнта?
- 8. Використання когнітивно-поведінкових технік в роботі з екзистенційними проблемами
  - Як когнітивно-поведінкова терапія може бути корисною при роботі з клієнтами, які стикаються з екзистенційними кризами (наприклад, проблеми зі змістом життя або переживання смертності)?
  - Чи можливе поєднання КПТ з екзистенційними підходами, і як це може допомогти клієнту знайти баланс між прагненням до змін та прийняттям існуючої реальності?
- 9. Виклики та складнощі при застосуванні когнітивно-поведінкової терапії
  - Які основні труднощі виникають у терапевта при застосуванні КПТ з дітьми або підлітками?
  - Як коригувати методи КПТ для роботи з різними віковими групами?
  - Які фактори можуть завадити успішному застосуванню КПТ у конкретних випадках?
- 10. Роль самоактуалізації у гуманістичній терапії
  - Як гуманістична терапія сприяє процесу самоактуалізації клієнта?
  - Які є методи допомоги людині у досягненні повного розкриття свого потенціалу?
  - Як терапевт може допомогти клієнту знайти свій шлях до самореалізації, незалежно від зовнішніх обставин?

## *II. Творчі завдання (на вибір).*

1. Рольова гра: Проблеми самосприйняття в гуманістичному підході
  - Завдання: Під час рольової гри один учасник виступає в ролі терапевта, а інший — у ролі клієнта з проблемами самосприйняття (наприклад, з низькою самооцінкою або відчуттям неповноцінності). Терапевт використовує техніки гуманістичного підходу (емпатія, безумовне прийняття, активне слухання).
  - Кроки:
    - Терапевт має допомогти клієнту виразити свої почуття і переживання, не оцінюючи їх.
    - Обговорити техніки безумовного прийняття та емпатії, які допомагають клієнту відчувати підтримку.
    - Проаналізувати результат: чи допомогло клієнту почуття безпеки та прийняття виявити нові аспекти власної особистості.
2. Аналіз кейсу: Когнітивно-поведінкова терапія для роботи з фобіями
  - Завдання: Описати випадок пацієнта, який страждає від фобії (наприклад, фобія висоти, соціальна фобія). Застосувати методи когнітивно-поведінкової терапії для корекції цієї фобії.
  - Кроки:
    - З'ясувати, які когнітивні викривлення сприяють розвитку фобії.
    - Створити план когнітивно-поведінкової терапії для корекції фобії (наприклад, техніки експозиції, когнітивна реструктуризація).
    - Обговорити, як застосовувати ці методи на практиці і адаптувати їх до індивідуальних особливостей пацієнта.
3. Розробка програми психотерапії для клієнта, що переживає екзистенційну кризу
  - Завдання: Створити план терапії для клієнта, який переживає екзистенційну кризу (наприклад, через питання сенсу життя, страх перед смертю або труднощі з ідентичністю). Визначити основні стратегії для роботи з такими питаннями.
  - Кроки:
    - Визначити основні екзистенційні проблеми, з якими стикається клієнт.

- Розробити план терапевтичних сесій, що включає екзистенційні техніки (наприклад, робота зі страхом смерті, пошук сенсу).
  - Розглянути, як терапевт може допомогти клієнту знайти відповіді на глибокі життєві питання.
4. Аналіз та корекція когнітивних викривлень за допомогою КПТ
- Завдання: Оцінити когнітивні викривлення клієнта, який страждає від депресії, і розробити техніки когнітивно-поведінкової терапії для їх корекції.
  - Кроки:
    - Прочитати або уявити ситуацію, коли клієнт переживає депресивні епізоди.
    - Визначити типові когнітивні викривлення (наприклад, катастрофізація, чорне-біле мислення).
    - Розробити вправи для когнітивної реструктуризації, щоб допомогти клієнту побачити ситуацію з іншого боку.
5. Моделювання екзистенційної терапії: Пошук сенсу життя
- Завдання: Провести моделювання терапевтичної сесії, де терапевт допомагає клієнту знайти сенс в складних або кризових ситуаціях (наприклад, втрата роботи, розлучення). Використовувати екзистенційний підхід, зокрема, техніки підтримки самосвідомості та пошуку внутрішньої сили.
  - Кроки:
    - Терапевт задає відкриті запитання, що спонукають клієнта до рефлексії щодо свого життя та цінностей.
    - Обговорити екзистенційні теми: що важливо для клієнта в цей момент життя, як він може знайти сенс у своїх труднощах.
    - Підсумувати обговорення, окресливши стратегії підтримки у складних ситуаціях.
6. Складання програми для роботи з підлітками за допомогою гуманістичного підходу
- Завдання: Розробити план психотерапевтичної програми для підлітків, що орієнтується на гуманістичний підхід. Програма має сприяти розвитку самооцінки, самоприйняття та соціальних навичок.
  - Кроки:
    - Визначити основні труднощі, з якими стикаються підлітки, такі як самооцінка, спілкування з однолітками, проблеми з батьками.
    - Розробити вправи, які допоможуть підліткам краще зрозуміти себе і навчитися приймати свої почуття.
    - Створити завдання для підлітків, які дозволяють покращити їхню самооцінку і впевненість у собі.
7. Визначення і корекція когнітивних спотворень у клієнтів з тривожними розладами
- Завдання: Проаналізувати типові когнітивні спотворення у клієнтів з тривожними розладами (наприклад, соціальна тривога). Скласти план когнітивно-поведінкової терапії для корекції цих спотворень.
  - Кроки:
    - Зрозуміти, які когнітивні спотворення заважають клієнту подолати тривогу.
    - Описати конкретні стратегії КПТ для роботи з цими спотвореннями.
    - Придумати вправи, які допоможуть клієнту побудувати більш реалістичне та позитивне сприйняття ситуацій, що викликають тривогу.
8. Робота з клієнтом через техніки самопізнання у гуманістичній терапії
- Завдання: Провести сесію, спрямовану на розвиток самопізнання клієнта через гуманістичні техніки. Завдання — допомогти клієнту зрозуміти його внутрішні бажання, цінності та потреби.
  - Кроки:
    - Використовувати техніки, такі як активне слухання, рефлексія, питання на роздуми.
    - Спонукаючи клієнта до обмірковування своїх внутрішніх переживань.
    - Обговорити, як досягнення самопізнання допомагає клієнту в прийнятті важливих рішень в житті.

### **Самостійна робота 3. Когнітивно-поведінковий та екзистенційний напрямок напрямок. Гуманістичний підхід у психокорекції та психотерапії**

- Складіть таблицю, у якій порівняйте когнітивно-поведінковий, екзистенційний та гуманістичний підходи (основні ідеї, мета терапії, техніки, роль терапевта, очікувані результати).
- Візьміть приклад клієнта з тривожним розладом і запропонуйте різні стратегії психокорекції з позиції кожного з трьох підходів.
- Напишіть коротке есе (1–2 сторінки) на тему: «Чому когнітивно-поведінковий підхід вважають найбільш структурованим, а гуманістичний та екзистенційний – найбільш особистісно орієнтованими?».
- Опрацюйте літературу 2020–2025 рр. і підготуйте огляд сучасних наукових досліджень щодо ефективності когнітивно-поведінкової, екзистенційної та гуманістичної терапії.
- Створіть 5–7 слайдів із візуалізацією ключових принципів і технік кожного з трьох напрямів, зазначте їхні переваги й обмеження.

#### **Література:**

1. Бек А. Когнітивна терапія та емоційні розлади. – Київ: Віват, 2022. 304 с.
2. Ялом І. Екзистенційна психотерапія. Київ: КМ Академія, 2021. 416 с.
3. Роджерс К. Особистість, яка росте: клієнт-центрований підхід. Львів: Свічадо, 2020. 320 с.
4. Добсон К. С., Дозуа Д. Дж. А. Посібник з когнітивно-поведінкових терапій. Київ: ВС [або назва українського видавництва], 2023. 650 с.
5. Коутс Р. Основи гуманістичної психотерапії: вибрані тексти. – Харків: Фоліо, 2024. 288 с.
6. МакЛеод Дж. Вступ до консультування й психотерапії: теорія, дослідження та практика. Харків: Ранок, 2023. 720 с.
7. Вестен Д., Шедлер Дж. Психодинамічна діагностика: психодинамічний діагностичний мануал. Київ: КМ Академія, 2022. 792 с.

#### **ТЕМА 4. Сучасні підходи та особливості психокорекції та психотерапії дітей та підлітків**

Сучасні підходи до психокорекції та психотерапії дітей і підлітків ґрунтуються на поєднанні доказових методик і врахуванні вікових, когнітивних та емоційних особливостей розвитку. Серед найбільш ефективних напрямів застосовуються когнітивно-поведінкова терапія, ігрова та арт-терапія, сімейне консультування, а також елементи екзистенційного та гуманістичного підходів, що сприяють формуванню самоповаги й навичок подолання труднощів. Важливою особливістю роботи з дітьми та підлітками є необхідність тісної взаємодії з батьками та освітнім середовищем, використання доступних форм комунікації й створення атмосфери довіри. Психокорекція в цьому віці спрямована не лише на подолання труднощів, але й на профілактику порушень, розвиток емоційної компетентності, соціальних навичок і позитивної самооцінки.

#### **Семінар 4. Сучасні підходи та особливості психокорекції та психотерапії дітей та підлітків**

*Питання для обговорення (на вибір):*

1. Які сучасні психотерапевтичні підходи є найбільш ефективними для роботи з дітьми та підлітками?
- Як вибір підходу залежить від віку, типу проблеми та індивідуальних особливостей пацієнта?
2. Чи існують значні відмінності у використанні психотерапевтичних методів для дітей і підлітків порівняно з дорослими пацієнтами?

- Як змінюється підхід до лікування в залежності від вікових груп?
- 3. Які особливості роботи з дітьми та підлітками в контексті когнітивно-поведінкової терапії (КПТ)?
- Які адаптації необхідно робити для ефективного використання КПТ з молодшими пацієнтами?
- 4. Які проблеми виникають при застосуванні психодинамічних методів психотерапії з дітьми та підлітками?
- Наскільки важливе усвідомлення глибинних процесів в роботі з цією віковою групою?
- 5. Як сучасні методи арт-терапії, ігрової терапії та музикотерапії можуть бути використані для лікування дітей з психоемоційними проблемами?
- Який ефект ці методи можуть мати в контексті емоційної регуляції дітей і підлітків?
- 6. Які методи психотерапії найбільш ефективні для роботи з підлітками, які переживають стрес, тривожність або депресію?
- Як зробити терапію більш доступною для підлітків, враховуючи їх емоційний та когнітивний розвиток?
- 7. Як особливості розвитку дітей і підлітків впливають на вибір психотерапевтичної техніки?
- Як врахувати фізіологічні та психологічні аспекти розвитку при виборі методів лікування?
- 8. Чому важливо залучати батьків до психотерапевтичного процесу дітей та підлітків?
- Яким чином співпраця з батьками може посилити ефективність психокорекційної роботи?
- 9. Як сучасні технології, такі як телемедицина або онлайн-консультування, впливають на психотерапевтичний процес для дітей та підлітків?
- Які переваги та виклики існують у використанні таких технологій в дитячій та підлітковій психотерапії?
- 10. Які етичні та правові аспекти потрібно враховувати при роботі з дітьми та підлітками в контексті психотерапії?
- Як захистити конфіденційність і права дітей під час терапевтичного процесу?
- 11. Як можна адаптувати терапевтичні методи для дітей та підлітків з особливими потребами (аутизм, ADHD тощо)?
- Які підходи є найбільш успішними для цієї групи пацієнтів?
- 12. Які проблеми можуть виникнути в результаті неправильного підходу до лікування підлітків з поведінковими розладами?
- Як правильно діагностувати та коригувати поведінкові проблеми в цій віковій категорії?
- 13. Що таке терапевтичний альянс у роботі з дітьми та підлітками, і як забезпечити його ефективність?
- Як побудувати довірчі стосунки з молодшими пацієнтами та як це впливає на успіх терапії?
- 14. Як важливе застосування міждисциплінарного підходу в роботі з дітьми та підлітками?
- Як співпраця психотерапевта з педагогами, лікарями та соціальними

## II. Практичні завдання (на вибір):

1. Розробка індивідуальної програми психотерапії для дитини з тривожним розладом
  - Завдання: Створіть індивідуальний план психотерапевтичної роботи для 10-річної дитини з тривожним розладом. Оцініть, які методи (наприклад, когнітивно-поведінкова терапія, ігрова терапія, арт-терапія) будуть найбільш підходящими для цієї дитини. Визначте тривалість сеансів, частоту зустрічей та етапи лікування.
  - Ціль: Навчитися створювати персоналізовані програми психотерапії з урахуванням вікових особливостей та типу розладу.
2. Розробка ігрової терапії для підлітка з депресією
  - Завдання: Створіть вправи для ігрової терапії, які будуть спрямовані на підлітка віком 15-16 років, що страждає від депресії. Виберіть методи, які допоможуть підлітку



виражати свої емоції через гру та творчість. Описуйте, як ці вправи можна адаптувати до конкретного випадку та етапів терапії.

- Ціль: Освоїти методи ігрової терапії для підлітків та вивчити їх ефективність у контексті депресивних розладів.
- 3. Аналіз кейсу: підліток з агресивною поведінкою
- Завдання: Оцініть ситуацію підлітка (наприклад, 14 років), який демонструє агресивну поведінку як реакцію на стрес. Які підходи психотерапії ви б обрали для цього пацієнта (наприклад, когнітивно-поведінкова терапія, сімейна терапія, психодинамічна терапія)? Охарактеризуйте методи роботи з підлітком і як ви будете залучати батьків у процес лікування.
- Ціль: Оцінити ефективність різних терапевтичних підходів і підготувати план роботи з підлітком, включаючи взаємодію з родиною.
- 4. Робота з дитиною, яка пережила травму: методи допомоги
- Завдання: Створіть план психотерапевтичної допомоги для 8-річної дитини, яка пережила психологічну травму (наприклад, втрату близького члена сім'ї). Які техніки можна використовувати для роботи з дитиною? Визначте, які методи арт-терапії або ігрової терапії допоможуть дитині виразити свої емоції та зменшити страх.
- Ціль: Оволодіти методами роботи з дітьми, які пережили травму, і створити план терапевтичної роботи.
- 5. Психотерапевтичний підхід до роботи з підлітком, що переживає соціальну ізоляцію
- Завдання: Описати підхід до роботи з підлітком, який страждає від соціальної ізоляції та труднощів у спілкуванні з однолітками. Які когнітивно-поведінкові техніки та соціальні тренінги ви будете використовувати для розвитку соціальних навичок і впевненості підлітка? Як можна адаптувати ці методи до конкретних проблем підлітка?
- Ціль: Навчитися працювати з соціально ізольованими підлітками, розвиваючи їхні соціальні навички.
- 6. Створення групової програми терапії для підлітків з проблемами поведінки
- Завдання: Розробіть групову терапевтичну програму для підлітків, які мають проблеми з поведінкою (наприклад, агресія, непокоря, труднощі в адаптації до колективу). Як можна використовувати групову динаміку для корекції цих проблем? Визначте вправи, ігри та тренінги, які допоможуть учасникам програми розвинути емоційну компетентність та конструктивні способи самовираження.
- Ціль: Розробити групову терапевтичну програму для роботи з підлітками та освоїти принципи групової динаміки в терапії.
- 7. Створення інтерв'ю для діагностики емоційних проблем у дітей та підлітків
- Завдання: Розробіть інтерв'ю або анкету для діагностики емоційних проблем у дітей віком 8-16 років. Включіть запитання для оцінки рівня тривожності, депресії, агресії та інших емоційних труднощів. Як ви будете оцінювати результат і які методи корекції запропонуєте в разі виявлення проблем?
- Ціль: Навчитися проводити діагностичні інтерв'ю для виявлення емоційних проблем у дітей та підлітків.
- 8. Методи покращення самооцінки у підлітків через когнітивно-поведінкову терапію
- Завдання: Розробіть вправи, спрямовані на покращення самооцінки у підлітків через когнітивно-поведінкову терапію. Як ви будете допомагати підліткам змінювати негативні переконання про себе та свою роль у соціумі? Охарактеризуйте конкретні техніки, які допоможуть підліткам побачити свої сильні сторони.
- Ціль: Оволодіти методами покращення самооцінки у підлітків через когнітивно-поведінкову терапію.
- 9. Розробка стратегії залучення батьків у психотерапевтичний процес дитини
- Завдання: Описати стратегію залучення батьків до процесу психотерапії 10-річної дитини, яка має проблеми з тривожністю. Як ви будете працювати з батьками, щоб вони стали активними учасниками терапевтичного процесу? Які підходи допоможуть зміцнити взаєморозуміння між вами та батьками?

- Ціль: Навчитися активно залучати батьків до психотерапевтичного процесу та підтримувати здорову взаємодію з сім'єю.
- 10. Аналіз випадку: підліток з проблемами в адаптації до нової школи
- Завдання: Описати випадок підлітка, який має труднощі з адаптацією до нової школи. Які методи психотерапії допоможуть йому подолати стрес та соціальну ізоляцію? Які терапевтичні техніки ви застосуєте для покращення адаптації підлітка?
- Ціль: Розвинути навички оцінки та корекції адаптаційних проблем у підлітків.

**Самостійна робота 4. Сучасні підходи та особливості психокорекції та психотерапії дітей та підлітків**

- Складіть таблицю сучасних методів психокорекції та психотерапії дітей і підлітків (когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія, ігрова терапія, сімейне консультування): мета, техніки, переваги, обмеження.
- Опишіть можливу ситуацію (наприклад, дитина з проявами тривожності чи підліток з агресивною поведінкою) та запропонуйте план психокорекційної роботи з використанням різних підходів.
- Напишіть есе (1–2 сторінки) на тему: «Які особливості роботи психолога з дітьми та підлітками відрізняють її від роботи з дорослими?».
- Доберіть і проаналізуйте не менше 3 наукових джерел (2020–2025 рр.), присвячених сучасним підходам у психотерапії дітей та підлітків.
- Підготуйте 5–7 слайдів на тему: «Роль сімейної психотерапії у вирішенні проблем дитячо-підліткової поведінки».

**Література:**

1. Актуальні питання дитячої та підліткової психотерапії: монографія / за ред. Н. В. Сабліної. Київ: Твори, 2024. 280 с.
2. Арт-терапія в роботі з дітьми та підлітками: навч.-метод. посіб. / упоряд. І. В. Герасимова. Черкаси: Вид-во ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2022. 156 с.
3. Бек А. Когнітивна терапія та емоційні розлади. Київ: Віват, 2022. 304 с.
4. Карабанова О. А. Психологія сімейних відносин та сімейного консультування. Київ: Либідь, 2021. 368 с.
5. Лурія А. Р. Психологія дитини: класичні дослідження та сучасні інтерпретації. Харків: Фоліо, 2020. 320 с.
6. McLeod J. An Introduction to Counselling and Psychotherapy: Theory, Research and Practice. – 7th ed. London: Open University Press, 2023. 720 p.
7. Rutter M., Bishop D., Pine D. et al. Rutter's Child and Adolescent Psychiatry. 7th ed. Hoboken: Wiley-Blackwell, 2022. 1248 p.
8. Stallard P. CBT with Children, Young People and Families. 2nd ed. – London: Routledge, 2020. 342 p.
9. Weisz J. R., Kazdin A. E. Evidence-Based Psychotherapies for Children and Adolescents. 3rd ed. New York: Guilford Press, 2021. 624 p.
10. Ялом І. Екзистенційна психотерапія. Київ: КМ Академія, 2021. 416 с.

**ТЕМА 5. КОНСУЛЬТУВАННЯ БАТЬКІВ З ПИТАНЬ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ. ПЛАНУВАННЯ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ**

Консультування батьків з питань психокорекції дітей та підлітків є важливою складовою психотерапевтичної практики, оскільки саме сім'я створює базове середовище для розвитку дитини. Робота психолога спрямована на виявлення стилю виховання, роз'яснення вікових та індивідуальних особливостей, формування у батьків адекватних педагогічних та комунікативних навичок. Планування психокорекції та психотерапії дітей і підлітків базується

на принципах індивідуального підходу, системності та співпраці з родиною. Важливим є визначення цілей і завдань, вибір адекватних методів (ігрова терапія, арт-терапія, когнітивно-поведінкові техніки, сімейна психотерапія), а також оцінка результатів і корекція програми. Ефективність психокорекційної роботи значною мірою залежить від активної участі батьків та узгодженості дій спеціалістів різних галузей.

**Семінар 5. Консультування батьків з питань психокорекції дітей та підлітків.  
Планування психокорекції та психотерапії дітей та підлітків**

*Питання для обговорення (на вибір):*

1. Які ключові аспекти потрібно враховувати при консультуванні батьків з питань психокорекції дітей та підлітків?
  - Як допомогти батькам зрозуміти специфіку психокорекційного процесу для дітей різного віку?
  - Які емоційні та поведінкові проблеми у дітей є найбільш актуальними для батьків, і як це впливає на їхнє ставлення до процесу психотерапії?
2. Як правильно оцінити потреби дитини і підлітка в контексті психокорекції?
  - Які методи та інструменти використовуються для оцінки емоційного та психологічного стану дитини до початку психотерапії?
  - Які фактори батьки повинні враховувати при визначенні, чи потрібно звертатися до психотерапевта або психолога?
3. Які методи планування психокорекційного втручання є найбільш ефективними при роботі з дітьми та підлітками?
  - Як побудувати індивідуальний план психокорекції для дитини з конкретними емоційними чи поведінковими труднощами?
  - Яким чином можна адаптувати психотерапевтичні методи під вікові особливості дитини або підлітка?
4. Як правильно взаємодіяти з батьками під час психотерапевтичного процесу дитини?
  - Яка роль батьків у процесі психокорекції, і як їхня участь може впливати на успіх терапії?
  - Які стратегії допоможуть підтримати позитивну взаємодію між психологом, дитиною та батьками?
5. Як батьки можуть допомогти своїй дитині після консультування або психокорекційного втручання?
  - Які рекомендації можна дати батькам для підтримки дітей вдома після психокорекційних сесій?
  - Як допомогти батькам зрозуміти, як застосовувати навички та стратегії, які дитина засвоїла на терапії?
6. Які найбільш поширені помилки роблять батьки при спробах самостійно вирішити проблеми дитини?
  - Як пояснити батькам, чому важливо звертатися до фахівця, коли у дитини виникають емоційні або поведінкові труднощі?
  - Як допомогти батькам зрозуміти, що не всі проблеми можна вирішити самостійно без участі психолога або психотерапевта?
7. Як визначити, коли підлітку потрібна психотерапія, а коли достатньо психокорекційних заходів?
  - Як розпізнати, що поведінка підлітка є симптомом серйозної психологічної проблеми, яка вимагає лікування?
  - Які індикатори вказують на те, що психокорекційні заходи не дають ефекту і потрібно перейти до більш інтенсивного втручання?
8. Як ефективно залучити батьків до процесу планування психокорекції та психотерапії дитини?
  - Які стратегії можна використати для забезпечення співпраці з батьками на всіх етапах психокорекції?

- Як допомогти батькам краще розуміти процес лікування та результативність терапії?
- 9. Як батьки можуть підтримувати емоційний розвиток своїх дітей після закінчення психотерапії?
  - Які поради можна дати батькам для підтримки стабільного емоційного стану дитини або підлітка після завершення психотерапевтичного процесу?
  - Як допомогти батькам створити сприятливе середовище вдома для запобігання рецидивам проблем?
- 10. Як планувати психокорекційні сесії для дітей з особливими потребами (наприклад, з аутизмом або ADHD)?
  - Які особливості планування психотерапії для дітей з порушеннями розвитку?
  - Як адаптувати підхід до психокорекції в залежності від специфічних потреб та труднощів, з якими стикається дитина?

## *II. Виконання практичних завдань (на вибір)*

1. Аналіз випадку: Психокорекція дитини з поведінковими проблемами
  - Завдання: Прочитати опис конкретної ситуації, де дитина має поведінкові проблеми (наприклад, агресивність, порушення дисципліни, злісне заперечення авторитетів). Визначити ключові моменти, на які потрібно звернути увагу в процесі консультування батьків.
  - Кроки:
    - Визначте можливі причини поведінкових проблем.
    - Складіть план консультування для батьків з метою покращення ситуації.
    - Оберіть методи психокорекції, що підходять для конкретної ситуації.
2. Розробка плану психотерапії для підлітка з тривожними розладами
  - Завдання: Оцінити ситуацію підлітка, який страждає від тривожності (наприклад, соціальна тривога, надмірний стрес через навчання). Скласти індивідуальний план психотерапевтичного втручання, що включає етапи роботи з підлітком і взаємодію з батьками.
  - Кроки:
    - Оберіть методи психотерапії, які допоможуть знизити тривогу (наприклад, когнітивно-поведінкова терапія, техніки релаксації).
    - Розробіть план сесій для підлітка.
    - Запропонуйте стратегії для батьків щодо підтримки дитини вдома.
3. Створення програми консультування для батьків дитини з труднощами в навчанні
  - Завдання: Описати стратегії консультування батьків дитини, яка має труднощі в навчанні (наприклад, дислексія або проблеми з концентрацією). Яким чином батьки можуть підтримати дитину в навчальному процесі, а також взаємодіяти з педагогами та психологами?
  - Кроки:
    - Визначте основні проблеми, з якими стикається дитина в навчанні.
    - Створіть програму для консультування батьків, яка включатиме практичні рекомендації та методи підтримки.
    - Розробіть рекомендації для батьків щодо створення оптимальних умов для навчання вдома.
4. Рольова гра: Консультування батьків підлітка з депресивними симптомами
  - Завдання: Провести рольову гру, в якій один з учасників є психологом, а інший — батьком підлітка, який переживає депресивні симптоми. Завдання психолога — допомогти батькам зрозуміти, як підтримати свою дитину.
  - Кроки:
    - Психолог має провести діалог із батьками, вислухати їхні занепокоєння та надати їм корисні рекомендації.
    - Обговорити стратегії психотерапії для підлітка (наприклад, когнітивно-поведінкова терапія або методи зниження стресу).
    - Оцінити ефективність консультування, враховуючи емоційний стан батьків.

5. Розробка плану психокорекції для підлітка з проблемами в емоційній регуляції
  - Завдання: Створити план психокорекції для підлітка, який має проблеми в емоційній регуляції (наприклад, імпульсивна поведінка, агресія, перепади настрою). Визначити найбільш ефективні методи роботи з підлітками цього віку.
  - Кроки:
  - Визначити типи емоційних проблем підлітка (депресія, тривога, агресивність).
  - Обрати методи психокорекції, наприклад, методи когнітивно-поведінкової терапії, техніки управління гнівом, арт-терапія.
  - Створити план сесій для роботи з підлітком та залучення батьків у процес.
6. Оцінка ефективності консультування батьків: Післятерапевтичний моніторинг
  - Завдання: Оцінити ефективність консультування батьків після кількох сеансів психокорекції дитини. Створити анкету для батьків, яка допоможе оцінити зміни в поведінці та емоційному стані дитини.
  - Кроки:
  - Розробити анкету для батьків з питань про поліпшення емоційного стану та поведінки дитини після психокорекційних сеансів.
  - Проаналізувати отриману інформацію для подальшого коригування плану психотерапії.
  - Оцінити успішність роботи з батьками на основі отриманих відгуків.
7. Розробка стратегії підтримки дітей в стресових ситуаціях
  - Завдання: Створити стратегію для батьків, як підтримувати дитину, яка переживає стресову ситуацію (наприклад, переїзд, зміна школи, конфлікти в родині).
  - Кроки:
  - Описати типові стресові ситуації та їх вплив на дитину.
  - Розробити рекомендації для батьків щодо надання емоційної підтримки та допомоги в адаптації.
  - Створити план для батьків щодо того, як виявити ознаки стресу та звернутися за професійною допомогою, якщо це необхідно.

***Самостійна робота 5. Консультування батьків з питань психокорекції дітей та підлітків. Планування психокорекції та психотерапії дітей та підлітків***

- Опишіть етапи консультування батьків у процесі психокорекційної роботи з дитиною.
- Складіть приклад короткої інструкції для батьків щодо ефективного спілкування з підлітком у кризовий період.
- Проаналізуйте відмінності між індивідуальною, груповою та сімейною психокорекцією. Наведіть приклади методів для кожної.
- Розробіть орієнтовний план психокорекційної програми для дитини молодшого шкільного віку з емоційними порушеннями (2–3 цілі, методи, очікуваний результат).
- Напишіть есе (1–2 сторінки) на тему: «Роль батьків у забезпеченні ефективності психокорекції дітей та підлітків».
- Складіть таблицю «Методи психокорекції та психотерапії дітей і підлітків: вікові особливості застосування».
- Проаналізуйте наукову статтю (2020–2025 рр.) про сучасні підходи до психотерапії дітей і підлітків та підготуйте короткий огляд (0,5–1 сторінка).

**Література:**

1. Волкова Н. П. Психологічне консультування сім'ї : навч. посіб. Київ : Логос, 2021. 256 с.
2. Кляпець О. Я., Кудрявцева О. О. Психокорекція в дитячій та підлітковій практиці : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 312 с.

3. Пехота О. М., Лавриненко Н. В. Сімейне консультування: сучасні підходи і практики. Харків : Діса Плюс, 2022. 228 с.
4. Титаренко Т. М. Психологія життєвих криз : монографія. Київ : Либідь, 2021. 284 с.
5. Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. 11th ed. Belmont : Cengage Learning, 2021. 544 p.
6. Kazdin A. E. Parent Management Training: Treatment for Oppositional, Aggressive, and Antisocial Behavior in Children and Adolescents. 2nd ed. New York : Oxford University Press, 2021. 408 p.
7. Carr A. The Handbook of Child and Adolescent Clinical Psychology: A Contextual Approach. 4th ed. New York : Routledge, 2020. 1088 p.
8. Murphy J. J., Duncan B. L., Sparks J. A. Strengths-Based Therapy: Distinctive Features. 2nd ed. New York : Routledge, 2022. 164 p.
9. Шевців З. М. Сімейна психологія та психотерапія : навч. посіб. Львів : Новий Світ, 2023. 350 с.
10. American Psychological Association. Clinical Practice Guideline for the Treatment of Children and Adolescents With Depression. Washington, DC : APA, 2020. 48 p.

## **ТЕМА 6. ПСИХОТЕРАПІЯ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ДІТЕЙ В СТРЕСОВИХ І ПОСТСТРЕСОВИХ СТАНАХ**

Психотерапія та психокорекція дітей у стресових і постстресових станах спрямовані на подолання негативних наслідків психотравмуючих подій, збереження психічного здоров'я та відновлення емоційної рівноваги. У роботі з дітьми важливо враховувати вікові та індивідуальні особливості переживання стресу, прояви тривожності, агресивності, соматизації та порушень сну. Основними підходами є ігрова та арт-терапія, когнітивно-поведінкові методи, тілесно-орієнтована терапія, а також техніки релаксації й дихальні вправи. Значну роль відіграє підтримка батьків і створення безпечного середовища для дитини. У постстресових станах психокорекція має на меті формування навичок саморегуляції, розвиток ресурсності, підвищення рівня адаптивності та соціальної взаємодії. Ефективність допомоги залежить від комплексного підходу та міждисциплінарної співпраці спеціалістів.

### **Семінар 6. Психотерапія та психокорекція дітей в стресових і постстресових станах**

*Питання для обговорення (на вибір):*

1. Що таке стрес і постстресовий стан у дітей, і як вони проявляються в різних вікових групах?
  - Як стрес може впливати на емоційний, когнітивний та фізичний розвиток дітей?
  - Чи є відмінності у стресових реакціях дітей та дорослих?
2. Які основні причини стресових і постстресових станів у дітей?
  - Як різні види стресу (травматичні події, сімейні проблеми, навчальні труднощі) можуть впливати на психіку дітей?
  - Як важливі фактори навколишнього середовища (школа, сім'я, соціальні мережі) у формуванні стресових реакцій у дітей?
3. Як стрес і постстресові стани можуть проявлятися на поведінковому рівні?
  - Які зовнішні симптоми можуть вказувати на стрес у дітей? (наприклад, агресія, соціальна ізоляція, тривога, порушення сну)
  - Як діти можуть проявляти свої емоції і переживання в стресових ситуаціях?
4. Які методи психотерапії найефективніші для роботи з дітьми в стресових і постстресових станах?
  - Як когнітивно-поведінкова терапія може допомогти дітям подолати стрес і адаптуватися після травматичних подій?
  - Які методи релаксації (наприклад, дихальні вправи, прогресивна м'язова релаксація) можуть бути корисними для зниження рівня стресу у дітей?
5. Які роль і значення підтримки батьків у психотерапевтичному процесі дітей в стресових станах?

- Як залучення батьків до психотерапевтичного процесу може вплинути на ефективність корекції стресу у дітей?
- Які стратегії допомоги батькам у підтримці дитини після стресових ситуацій?
- 6. Як працювати з дітьми, які пережили травматичні події (наприклад, природні катастрофи, насильство, втрату близьких)?
  - Які специфічні підходи використовуються для психокорекції після травмуючих подій?
  - Які методи допомагають дітям повернутися до нормального життя після пережитого стресу?
- 7. Які фактори впливають на успішність психотерапії для дітей в стресових і постстресових станах?
  - Як вибір методу психотерапії залежить від віку, індивідуальних особливостей дитини та типу пережитого стресу?
  - Яка роль взаємодії з педагогами, психологами та іншими фахівцями в процесі допомоги дитині?
- 8. Як психотерапевтична робота з дітьми в стресових станах впливає на їх соціальну адаптацію?
  - Яким чином допомога в подоланні стресу може сприяти кращій інтеграції дитини в колектив або суспільство?
  - Які труднощі виникають при соціалізації дітей, які пережили стрес?
- 9. Як використовувати арт-терапію та інші творчі методи для роботи з дітьми в стресових і постстресових станах?
  - Які техніки арт-терапії можуть бути найбільш ефективними для вираження емоцій та зниження стресу?
  - Як за допомогою творчих методів (малювання, музика, театр) можна полегшити стресову ситуацію для дітей?
- 10. Які довгострокові наслідки можуть виникнути для дітей, якщо стрес або постстресовий стан не буде коректно лікуватися?
  - Які психічні та фізичні проблеми можуть виникнути у дітей при тривалому впливі стресу?
  - Як запобігти розвитку хронічних психічних розладів у дітей після травмуючих подій?

## II. Виконання практичних завдань (робота в малих групах).

1. Аналіз випадку стресу у дитини:
  - Дано опис дитини, яка пережила травмуючу ситуацію (наприклад, смерть близької людини, природна катастрофа, насильство тощо). Завдання — оцінити симптоми стресу та визначити, чи є у дитини постстресовий стан.
  - Обрати методи психотерапії, які можуть допомогти дитині адаптуватися після травмуючої події.
2. Розробка плану психотерапевтичного втручання:
  - Створити індивідуальний план лікування для дитини з постстресовим станом (наприклад, після пережитої травми). План має включати методи лікування, техніки зниження тривожності, розслаблення, а також заходи для залучення батьків у процес психотерапії.
3. Проведення вправи на релаксацію для дітей:
  - Розробити і провести серію вправ для зниження рівня стресу у дитини (наприклад, вправи на глибоке дихання, прогресивну м'язову релаксацію або вправи на уявну візуалізацію спокійного місця).
  - Визначити, які з методів надають найбільший ефект для заспокоєння дитини.
4. Психотерапевтична сесія за методом когнітивно-поведінкової терапії (КПТ):
  - Розробити план сесії КПТ для дитини з тривожним розладом або постстресовим розладом. Використовувати техніки для корекції негативних переконань та емоційних реакцій.
  - Провести рольову гру або практичне заняття з використанням технік КПТ для допомоги дитині адаптуватися до стресових ситуацій.

5. Арт-терапевтичні вправи для дітей:
  - Створити серію арт-терапевтичних вправ для допомоги дітям у вираженні своїх емоцій після стресових подій. Це можуть бути вправи з малювання, ліплення, створення колажів або написання історій, які допомагають дітям розповісти про пережите.
  - Оцінити, наскільки діти здатні виразити свої емоції через творчі методи.
6. Техніки емоційної підтримки для батьків:
  - Розробити психоедукаційну програму для батьків, щоб допомогти їм зрозуміти, як підтримувати дитину під час та після стресових ситуацій.
  - Провести консультацію для батьків, де обговорити важливість підтримки, відкритого спілкування і створення безпечного емоційного середовища вдома.
7. Вправа на соціальну адаптацію:
  - Провести групову терапевтичну сесію для дітей, які пережили стресову подію. Використовувати рольові ігри або інші вправи, щоб допомогти дітям відновити соціальні навички та взаємодію з іншими дітьми.
  - Створити вправи на розвиток емоційної грамотності, спрямовані на розпізнавання та правильне вираження емоцій у соціальних ситуаціях.
8. Моніторинг та оцінка ефективності психотерапевтичного втручання:
  - Створити інструмент для оцінки ефективності психотерапевтичного втручання для дитини, яка перебуває в постстресовому стані (наприклад, анкети для оцінки рівня тривожності, агресії, депресії).
  - Провести порівняння результатів до і після терапевтичного втручання та оцінити прогрес у поліпшенні емоційного стану дитини.
9. Робота з підлітками: Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР):
  - Розробити методичку для роботи з підлітками, які пережили травматичну подію, і мають симптоми ПТСР.
  - Провести психотерапевтичну сесію з використанням методів, орієнтованих на підлітків, таких як когнітивно-поведінкова терапія або діалектична поведінкова терапія.
10. Психотерапія через гру для дітей:
  - Розробити гру для дітей, яка включає елементи терапевтичного процесу, наприклад, гру для навчання стратегіям управління стресом або для зменшення рівня тривожності.
  - Вивчити ефективність гри в контексті стресових і постстресових станів у дітей.

***Самостійна робота 6. Психотерапія та психокорекція дітей в стресових і постстресових станах***

- Дайте визначення понять «дитячий стрес» та «постстресовий стан». Вкажіть основні прояви цих станів у дітей різного віку.
- Опишіть 3 найпоширеніші методи психокорекції дітей у стресових ситуаціях та проілюструйте прикладами їх практичного застосування.
- Складіть план психокорекційної програми для дитини молодшого шкільного віку, яка пережила травмуючу подію (цілі, методи, очікувані результати).
- Порівняйте особливості психокорекційної роботи з дітьми та підлітками у постстресових станах (зробіть таблицю «Вікові особливості – Методи допомоги»).
- Підготуйте короткий реферат (2–3 сторінки) на тему: «Роль арт-терапії в подоланні постстресових станів у дітей».
- Проаналізуйте приклад клінічного випадку (можна з наукової літератури) і визначте, які методи психокорекції були найбільш ефективними та чому.
- Розробіть пам'ятку для батьків «Як допомогти дитині впоратися зі стресом».

**Література:**



1. Сабліна Н. В. Психологічне консультування та психотерапія складних запитів: травма, ПТСР, насильство, горе, втрата. Робота з дітьми, підлітками, дорослими, військовими та їх сім'ями : навчально-терапевтичний посібник. Київ : Твори, 2024. 223 с.
2. Волкова Н. П. Психологічне консультування сім'ї : навч. посіб. Київ : Логос, 2021. 256 с.
3. Кляпець О. Я., Кудрявцева О. О. Психокорекція в дитячій та підлітковій практиці : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 312 с.
4. Ялом І. Екзистенційна психотерапія. – Київ : КМ Академія, 2021. 416 с.
5. Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. 11th ed. Belmont : Cengage Learning, 2021. 544 p.
6. Weisz J. R., Kazdin A. E. Evidence-Based Psychotherapies for Children and Adolescents. 3rd ed. New York : Guilford Press, 2021. 624 p.
7. Stallard P. CBT with Children, Young People and Families. 2nd ed. London : Routledge, 2020. 342 p.
8. Лаврентьева-Ірха Ю. О. Особливості використання технік психодрами в корекційній роботі психолога : кваліфікаційна робота. Кривий Ріг, 2023. 50 с.
9. Murphy J. J., Duncan B. L., Sparks J. A. Strengths-Based Therapy: Distinctive Features. 2nd ed. New York : Routledge, 2022. 164 p.
10. Rutter M., Bishop D., Pine D. et al. Rutter's Child and Adolescent Psychiatry. 7th ed. Hoboken : Wiley-Blackwell, 2022. 1248 p.

## **ТЕМА 7. ПСИХОТЕРАПІЯ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ЕМОЦІЙНИХ ТА ПОВЕДІНКОВИХ РОЗЛАДІВ У ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ**

Психотерапія та психокорекція емоційних і поведінкових розладів у дітей та підлітків спрямовані на відновлення психічного здоров'я, розвиток адаптивних навичок і нормалізацію соціальної взаємодії. Основними проявами таких розладів є тривожність, депресивні стани, агресивна або імпульсивна поведінка, порушення уваги та емоційної регуляції. Сучасні підходи включають когнітивно-поведінкову терапію, ігрову та арт-терапію, сімейну психотерапію, техніки релаксації та медитації, а також індивідуальні психокорекційні програми, адаптовані до віку та розвитку дитини. Важливою складовою є активна участь батьків та створення підтримуючого середовища, що сприяє стабілізації емоційного стану, формуванню самоконтролю та розвитку соціальних навичок. Ефективність роботи значною мірою залежить від комплексного підходу та інтеграції методів психотерапії і психокорекції.

### **Семінар 7. Психотерапія та психокорекція емоційних та поведінкових розладів у дітей та підлітків**

*Питання для обговорення (на вибір):*

1. Які основні види емоційних та поведінкових розладів характерні для дітей та підлітків?
  - Як визначити, чи є у дитини або підлітка проблеми, що потребують психотерапевтичної або психокорекційної допомоги?
  - Чи існують відмінності між емоційними та поведінковими розладами у дітей та підлітків?
2. Які методи психотерапії найбільш ефективні для лікування емоційних та поведінкових розладів у дітей і підлітків?
  - Як обрати метод психотерапії в залежності від конкретного розладу (наприклад, когнітивно-поведінкова терапія для тривожних розладів, гештальт-терапія для емоційних проблем)?
  - Які переваги та недоліки застосування психотерапевтичних підходів до роботи з дітьми та підлітками?
3. Як роль батьків і сім'ї впливає на процес психокорекції у дітей і підлітків?
  - Які методи залучення батьків є найбільш ефективними під час психотерапевтичного втручання?

- Як сприяти позитивним змінам у родинній атмосфері, що допомагає лікуванню дитини?
- 4. Що таке психотерапевтичний альянс і як його створити у роботі з дітьми та підлітками?
  - Як створити довірливі стосунки з молодшими клієнтами?
  - Як підтримати мотивацію до лікування у дітей та підлітків, які можуть не розуміти важливості психотерапії?
- 5. Які етапи проходить психокорекційний процес при роботі з дітьми та підлітками?
  - Як визначити, на якому етапі лікування перебуває дитина або підліток?
  - Як проводити оцінку ефективності психотерапії в ході корекційної роботи?
- 6. Як працювати з поведінковими розладами, такими як агресія або опозиційно-викликаюча поведінка у дітей та підлітків?
  - Які техніки застосовуються для корекції поведінки в таких випадках?
  - Яка роль психоедукації для батьків у корекції поведінкових розладів?
- 7. Які труднощі можуть виникнути при лікуванні емоційних і поведінкових розладів у підлітків, і як їх подолати?
  - Як працювати з підлітками, які мають низьку мотивацію до змін або відмовляються від лікування?
  - Як враховувати вплив соціальних факторів (однолітки, школа, соціальні мережі) на психічний стан підлітка?
- 8. Які інноваційні підходи або нові методи використовуються в психотерапії для дітей і підлітків?
  - Як сучасні технології (наприклад, віртуальна реальність або онлайн-терапія) змінюють підхід до психотерапії для молодших клієнтів?
  - Які методи психотерапії найбільш ефективні для роботи з дітьми з посттравматичним стресовим розладом?

## *II. Виконання практичних завдань (робота в малих групах на вибір).*

1. Аналіз випадку:
  - Прочитати кейс або опис конкретної ситуації (наприклад, дитина з тривожним розладом, підліток з агресивною поведінкою).
  - Провести діагностику розладу, визначити можливі причини та обрати методи психотерапії або психокорекції, які можуть бути ефективними.
2. Розробка плану психотерапевтичного втручання:
  - Створити індивідуальний план лікування для дитини або підлітка з емоційним або поведінковим розладом (наприклад, план для роботи з депресією, тривожними розладами, опозиційно-викликаючою поведінкою).
  - Включити в план оцінку прогресу та методи корекції.
3. Робота з батьками:
  - Розробити психоедукаційну програму для батьків, яка б включала рекомендації щодо підтримки дитини або підлітка під час лікування.
  - Провести консультацію для батьків (у вигляді ролевої гри), обговорюючи важливість підтримки психотерапевтичного процесу вдома.
4. Створення та проведення вправ для дітей:
  - Розробити серію психотерапевтичних вправ для дитини (наприклад, дихальні вправи для заспокоєння при тривожності або вправи для розвитку емоційної грамотності).
  - Провести ці вправи в умовах імітації терапевтичної сесії, оцінити їх ефективність.
5. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) для дітей та підлітків:
  - Розробити вправи для когнітивно-поведінкової терапії, спрямовані на зміну негативних переконань у дітей або підлітків (наприклад, техніки для роботи з самооцінкою у підлітків).
  - Провести сесію КПТ у вигляді ролевої гри або через моделювання ситуації.
6. Психокорекція через ігри та арт-терапію:
  - Розробити арт-терапевтичні вправи (наприклад, малювання, лепка, створення колажів) для роботи з емоціями у дітей.

- Організувати гру, яка сприятиме корекції соціальних навичок (наприклад, рольові ігри для розвитку комунікації).
- 7. Робота з агресією у дітей та підлітків:
  - Розробити план корекції агресивної поведінки за допомогою психотерапевтичних методів (наприклад, розпізнавання та вираження емоцій, навчання стратегіям вирішення конфліктів).
  - Провести сесію, використовуючи вправи на регулювання агресії (наприклад, методи релаксації, візуалізація спокійних ситуацій).
- 8. Оцінка ефективності психотерапії:
  - Створити інструменти для оцінки результатів психотерапевтичного процесу у дітей та підлітків (наприклад, анкети для самооцінки емоційного стану або анкети для батьків).
  - Провести аналіз результатів терапевтичного втручання та на основі результатів коригувати подальший план лікування.
- 9. Психотерапія через віртуальні інструменти:
  - Розробити та протестувати віртуальний інструмент або гру для корекції поведінки, наприклад, вправи для зниження тривожності або для розвитку соціальних навичок через інтерактивні платформи.
  - Оцінити, наскільки ефективно ці інструменти працюють у психокорекції у дітей.
- 10. Психотерапевтичні прийоми для роботи з тривожністю у дітей та підлітків:
  - Провести сесію, в ході якої використовуються техніки для роботи з тривожними розладами, такі як методи релаксації, вправи на управління стресом, візуалізація безпечного місця.

***Самостійна робота 7. Психотерапія та психокорекція емоційних та поведінкових розладів у дітей та підлітків***

- Складіть таблицю «Типи емоційних та поведінкових розладів у дітей і підлітків – Основні прояви – Методи психокорекції».
- Опишіть клінічний випадок (вигаданий або з літератури) і запропонуйте план психокорекційної роботи з дитиною з тривожним або депресивним розладом.
- Порівняйте ефективність когнітивно-поведінкових, ігрових та арт-терапевтичних методів у роботі з підлітками з поведінковими розладами.
- Розробіть орієнтовний психокорекційний сеанс (цілі, методи, очікувані результати) для дитини молодшого шкільного віку з агресивною поведінкою.
- Напишіть есе (1–2 сторінки) на тему: «Роль сімейної підтримки та участі батьків у психотерапії дітей і підлітків».
- Підготуйте пам'ятку для педагогів та батьків «Як допомогти дитині контролювати емоції та поведінку у складних ситуаціях».
- Проаналізуйте наукову статтю 2020–2025 рр. з ефективності психотерапії при емоційних розладах у дітей і підлітків та складіть короткий огляд (0,5–1 сторінка).

**Література:**

1. Кляпець О. Я., Кудрявцева О. О. Психокорекція в дитячій та підлітковій практиці : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 312 с.
2. Волкова Н. П. Психологічне консультування сім'ї : навч. посіб. Київ : Логос, 2021. 256 с.
3. Сабліна Н. В. Психологічне консультування та психотерапія складних запитів: травма, ПТСР, насильство, горе, втрата. Робота з дітьми, підлітками, дорослими, військовими та їх сім'ями : навчально-терапевтичний посібник. Київ : Твори, 2024. 223 с.
4. Ялом І. Екзистенційна психотерапія. – Київ : КМ Академія, 2021. 416 с.
5. Corey G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. 11th ed. Belmont : Cengage Learning, 2021. 544 p.

6. Weisz J. R., Kazdin A. E. Evidence-Based Psychotherapies for Children and Adolescents. 3rd ed. – New York : Guilford Press, 2021. 624 p.
7. Stallard P. CBT with Children, Young People and Families. 2nd ed. London : Routledge, 2020. 342 p.
8. Rutter M., Bishop D., Pine D. et al. Rutter's Child and Adolescent Psychiatry. 7th ed. Hoboken : Wiley-Blackwell, 2022. 1248 p.
9. Murphy J. J., Duncan B. L., Sparks J. A. Strengths-Based Therapy: Distinctive Features. 2nd ed. New York : Routledge, 2022. 164 p.
10. Лаврентьева-Ірха Ю. О. Особливості використання технік психодрами в корекційній роботі психолога : кваліфікаційна робота. Кривий Ріг, 2023. 50 с.

**4. ПРОЄКТНЕ ЗАВДАННЯ**  
**З ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЇ»**  
(для заочної форми навчання)

**Проектне завдання: Розробка психотерапевтичної або психокорекційної програми**

**Мета завдання:**

Закріпити теоретичні знання з психотерапії та психокорекції, розвинути практичні навички планування, аналізу та обґрунтування психокорекційних втручань.

**Завдання:**

Створити психокорекційну програму для обраної вікової групи із конкретною проблемою (за власним вибором). Наприклад, діти 6–12 років із тривожністю (дефіцитом уваги тощо) або підлітки 13–17 років із агресивною поведінкою (депресивними симптоми тощо).

**Етапи виконання:**

**1. Опис проблеми**

- Короткий опис психічних або поведінкових особливостей обраної групи.
- Визначення актуальності проблеми.

**2. Цілі та завдання психокорекції**

- Формулювання мети програми.
- Визначення конкретних завдань для досягнення цієї мети.

**3. Вибір підходу та методів**

- Обґрунтування вибору психотерапевтичного напрямку (психодинамічний, поведінковий, когнітивно-поведінковий, гуманістичний, екзистенційний).
- Опис конкретних методів та технік (ігрові, арт-терапія, релаксація, техніки когнітивної корекції, групові вправи).

**4. Структура програми**

- Розробка етапів програми (знайомство, основна робота, підсумки).
- Тривалість сесій і кількість занять.
- Очікувані результати на кожному етапі.

**5. Оцінка ефективності та висновки**

- Методи оцінки результатів (тестування, спостереження, аналіз процесу та продуктів діяльності тощо).
- Короткий аналіз очікуваних результатів та рекомендації для подальшої роботи.

**Критерії оцінювання (максимум 40 балів):**

Критерій	Максимальна кількість балів	Опис критерію оцінювання
<b>1. Опис проблеми</b>	5	Чітко описана психічна або поведінкова проблема обраної вікової групи, зазначено актуальність.
<b>2. Цілі та завдання психокорекції</b>	5	Чітко сформульовані реалістичні та досяжні цілі програми, визначені конкретні завдання для досягнення мети.

<b>Критерій</b>	<b>Максимальна кількість балів</b>	<b>Опис критерію оцінювання</b>
<b>3. Вибір підходу та методів</b>	10	Обґрунтовано вибір психотерапевтичного/психокорекційного напрямку; описані відповідні методи та техніки.
<b>4. Структура програми</b>	10	Логічно побудована структура програми з етапами, тривалістю та кількістю занять; очікувані результати описані для кожного етапу.
<b>5. Оцінка ефективності та висновки</b>	10	Пропонуються реалістичні методи оцінки результатів; зроблені висновки та рекомендації для подальшої роботи.

**Форма виконання:**

- Письмова робота 5–7 сторінок, можна супроводжувати схемами, таблицями, малюнками.
- Виконання індивідуальне або в парах.

## 5. ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ З ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЇ»

### 1. Основна мета психотерапії:

- а) Лікування соматичних хвороб
- б) Корекція поведінки та психічних процесів
- в) Виключно навчання життєвим навичкам
- г) Проведення діагностики

**Правильна: б**

### 2. Психокорекція – це:

- а) Процес виховання
- б) Цілеспрямована зміна поведінки, емоцій і психічних процесів
- в) Медичне втручання
- г) Виключно робота з дорослими

**Правильна: б**

### 3. Психологічне консультування відрізняється від психотерапії тим, що:

- а) Включає діагностику
- б) Проводиться короткостроково і спрямоване на підтримку та поради
- в) Виключає методи психокорекції
- г) Виконується тільки групами

**Правильна: б**

### 4. Основні моделі психотерапії включають:

- а) Медикаментозну і фізіотерапевтичну
- б) Психодинамічну, поведінкову, когнітивно-поведінкову, гуманістичну, екзистенційну
- в) Біологічну та хіміко-генетичну
- г) Лише індивідуальну

**Правильна: б**

### 5. Принципи надання психологічної допомоги включають:

- а) Емпатію, конфіденційність, безоцінковість
- б) Пряме наказування
- в) Виключно групові методи
- г) Медикаментозне лікування

**Правильна: а**

### 6. Психологічне здоров'я включає:

- а) Фізичну витривалість
- б) Емоційну, когнітивну та соціальну складові
- в) Тільки когнітивні здібності
- г) Відсутність психічних розладів

**Правильна: б**

### 7. Основні види психокорекційних програм:

- а) Індивідуальні, групові, сімейні
- б) Медикаментозні
- в) Фізичні вправи
- г) Тільки діагностичні

**Правильна: а**

**8. Оцінювання ефективності психотерапевтичних заходів проводиться:**

- а) Лише після завершення терапії
- б) На початку, під час та після терапії
- в) Лише на початку
- г) Не проводиться

**Правильна: б**

**9. Показання для індивідуальної психотерапії:**

- а) Лише депресивні розлади
- б) Різноманітні емоційні та поведінкові проблеми
- в) Виключно соціальні конфлікти
- г) Тільки соматичні захворювання

**Правильна: б**

**10. Основні методи індивідуальної психокорекції:**

- а) Групові тренінги
- б) Ігрові, арт-терапевтичні, когнітивно-поведінкові техніки
- в) Лише медикаментозне лікування
- г) Фізичну терапію

**Правильна: б**

**11. Специфіка групової психотерапії:**

- а) Лікування фізичних хвороб
- б) Використання групової динаміки та взаємодії учасників
- в) Індивідуальний підхід
- г) Відсутність психолога

**Правильна: б**

**12. Особливості комплектування групи:**

- а) Вік, психічний стан, тип проблем
- б) Виключно вік
- в) Виключно стать
- г) Випадковий підбір

**Правильна: а**

**13. Психодинамічний напрямок базується на:**

- а) Поведінкових реакціях
- б) Розкритті несвідомих процесів та конфліктів
- в) Когнітивних помилок
- г) Гуманістичних принципах

**Правильна: б**

**14. Основні завдання психоаналізу:**

- а) Лікування соматичних хвороб
- б) Усвідомлення внутрішніх конфліктів та несвідомих мотивів
- в) Групова взаємодія
- г) Медикаментозне лікування

**Правильна: б**

**15. Психодинамічні методи для дітей:**

- а) Ігровий аналіз сновидінь, арт-терапія
- б) Медикаментозне лікування
- в) Лише когнітивні вправи



г) Лише фізичні вправи

**Правильна: а**

**16. Аналітична психотерапія К. Юнга:**

а) Поведінкова корекція

б) Колективне несвідоме, архетипи, індивідуація

в) Виключно групова терапія

г) Когнітивна корекція

**Правильна: б**

**17. Індивідуальна психотерапія А. Адлера:**

а) Акцент на ранніх травмах

б) Акцент на соціальному відчутті та життєвих цілях

в) Медикаментозна терапія

г) Поведінкова терапія

**Правильна: б**

**18. Техніка «аналіз ранніх спогадів»:**

а) Когнітивно-поведінкова

б) Адлерівська

в) Психодинамічна

г) Гуманістична

**Правильна: б**

**19. Тілесно-орієнтований підхід передбачає:**

а) Роботу з тілесними відчуттями для зміни емоцій

б) Медикаментозне втручання

в) Когнітивну корекцію

г) Лише групову взаємодію

**Правильна: а**

**20. Поведінковий напрямок базується на:**

а) Усвідомленні несвідомих конфліктів

б) Вивченні поведінки та її модифікації

в) Гуманістичних принципах

г) Медикаментозному лікуванні

**Правильна: б**

**21. Когнітивно-поведінкова терапія спрямована на:**

а) Усвідомлення несвідомих конфліктів

б) Зміну дисфункціональних думок і поведінки

в) Медикаментозне лікування

г) Виключно групову роботу

**Правильна: б**

**22. Основні поняття когнітивного підходу А. Бека:**

а) Автоматичні думки, когнітивні помилки

б) Колективне несвідоме

в) Арт-терапія

г) Групова динаміка

**Правильна: а**

**23. Раціонально-емотивна терапія А. Еліса включає:**

а) АБС-модель

- б) Аналіз сновидінь
- в) Арт-терапію
- г) Ігрову терапію

**Правильна: а**

**24. Реалістична терапія В. Гласера базується на:**

- а) Потребах та відповідальності особистості
- б) Усвідомленні несвідомих конфліктів
- в) Груповій динаміці
- г) Когнітивній корекції

**Правильна: а**

**25. Гуманістичний напрямок спрямований на:**

- а) Усвідомлення конфліктів
- б) Розкриття внутрішнього потенціалу людини
- в) Виключно медикаментозне лікування
- г) Виключно поведінкову модифікацію

**Правильна: б**

**26. Клієнт-центрований підхід К. Роджерса включає:**

- а) Конгруентність, емпатію, безумовне прийняття
- б) Лише когнітивну корекцію
- в) Медикаментозне лікування
- г) Аналіз сновидінь

**Правильна: а**

**27. Екзистенційний підхід передбачає:**

- а) Роботу з несвідомим
- б) Усвідомлення сенсу життя та свободи вибору
- в) Виключно поведінкову терапію
- г) Лише медикаментозне лікування

**Правильна: б**

**28. Логотерапія В. Франкла включає:**

- а) Роботу з сенсом життя та цінностями
- б) Когнітивні вправи
- в) Групові тренінги
- г) Тільки ігрові методи

**Правильна: а**

**29. Гештальт-терапія передбачає:**

- а) Роботу з контактами і перериваннями їх у поведінці
- б) Медикаментозне лікування
- в) Усвідомлення когнітивних помилок
- г) Виключно індивідуальні методи

**Правильна: а**

**30. Захисні механізми за Ф. Перлзом:**

- а) Переривання контакту, проєкція, заперечення
- б) Виключно медикаментозне лікування
- в) Ігрові методи
- г) Когнітивні вправи

**Правильна: а**

**31. Історія психотерапії дітей та підлітків охоплює:**

- а) Лише останні 5 років
- б) Розвиток психотерапевтичних методів з урахуванням вікових особливостей
- в) Тільки поведінкову терапію
- г) Виключно медикаментозне лікування

**Правильна: б**

**32. Основні напрямки психотерапії дітей та підлітків:**

- а) Індивідуальна, групова, сімейна
- б) Лише когнітивна
- в) Тільки медикаментозна
- г) Виключно арт-терапія

**Правильна: а**

**33. Показання до психотерапії дітей:**

- а) Тільки депресія
- б) Емоційні, поведінкові порушення, стресові стани
- в) Лише соматичні хвороби
- г) Виключно навчальні проблеми

**Правильна: б**

**34. Етапи психотерапії дітей та підлітків включають:**

- а) Діагностика, планування, проведення, оцінка результатів
- б) Лише проведення
- в) Тільки діагностика
- г) Виключно групові вправи

**Правильна: а**

**35. Психопатологічні розлади у дітей:**

- а) Тривожні, депресивні, агресивні, страхи, дефіцит уваги
- б) Лише тривожні
- в) Тільки депресивні
- г) Виключно поведінкові

**Правильна: а**

**36. Принципи побудови психокорекційних програм:**

- а) Врахування віку, розвитку, проблем, ресурсів дитини
- б) Тільки вікові особливості
- в) Виключно поведінкові методи
- г) Лише медикаментозна корекція

**Правильна: а**

**37. Стратегічна модель психотерапії за Оудсхоорном:**

- а) Підхід, що включає оцінку, планування та послідовне втручання
- б) Медикаментозна терапія
- в) Тільки когнітивні вправи
- г) Ігрові методи

**Правильна: а**

**38. Мультиmodalний профіль психотерапії за Лазарусом включає:**

- а) Комплексний підхід до поведінки, емоцій, фізіології та когніції
- б) Лише когнітивні вправи
- в) Виключно групові методи

г) Тільки медикаментозне лікування

**Правильна: а**

**39. Особливості психотерапії дітей у стресових станах:**

а) Орієнтація на стабілізацію емоцій та адаптацію

б) Виключно медикаментозна терапія

в) Лише поведінкова терапія

г) Тільки групові методи

**Правильна: а**

**40. Екстрена психологічна допомога дітям включає:**

а) Короткострокове втручання у кризових ситуаціях

б) Лише індивідуальну терапію

в) Медикаментозне лікування

г) Виключно арт-терапію

**Правильна: а**

**41. Арт-методи включають:**

а) Малювання, ліплення, колаж

б) Лише медикаментозне лікування

в) Виключно когнітивні вправи

г) Тільки тілесні методи

**Правильна: а**

**42. Психодіагностичні аспекти дитячого малюнка:**

а) Діагностика емоційного стану та особистісних особливостей

б) Лише поведінкова корекція

в) Виключно медикаментозне лікування

г) Лише групова взаємодія

**Правильна: а**

**43. Ігрова психокорекція включає:**

а) Використання рольових ігор для розвитку навичок та емоційної регуляції

б) Тільки медикаментозне лікування

в) Лише арт-терапію

г) Когнітивні вправи

**Правильна: а**

**44. Діти з дефіцитом уваги та гіперактивністю:**

а) Потребують спеціальних методів психокорекції та психотерапії

б) Виключно медикаментозного лікування

в) Лише групових методів

г) Не потребують втручання

**Правильна: а**

**45. Психотерапія депресивних розладів у дітей:**

а) Когнітивно-поведінкова, арт-терапія, підтримка сім'ї

б) Лише медикаментозна

в) Тільки поведінкова

г) Виключно групова

**Правильна: а**

**46. Психотерапія тривожних розладів у дітей включає:**

а) Когнітивно-поведінкові техніки, релаксацію, ігрову терапію

- б) Лише медикаментозне лікування
- в) Арт-терапію
- г) Виключно тілесно-орієнтовану терапію

**Правильна: а**

**47. Методи психотерапії агресивних розладів:**

- а) Релаксація, контроль поведінки, навчання соціальних навичок
- б) Виключно медикаментозне лікування
- в) Лише ігрові методи
- г) Арт-терапія

**Правильна: а**

**48. Поведінкова психотерапія страхів:**

- а) Систематична десенсибілізація, навчання релаксації, позитивне підкріплення
- б) Лише медикаментозне лікування
- в) Арт-терапія
- г) Ігрові вправи

**Правильна: а**

**49. Сучасні методи психотерапії страхів у дітей:**

- а) Використовують когнітивні, поведінкові та ігрові техніки
- б) Лише медикаментозне лікування
- в) Тільки арт-терапія
- г) Виключно тілесні методи

**Правильна: а**

**50. Теоретичне обґрунтування психотерапії емоційних розладів:**

- а) Підкреслює важливість комплексного підходу до поведінки, емоцій і когнітивних процесів
- б) Виключно медикаментозна терапія
- в) Лише ігрові методи
- г) Тільки тілесні вправи

**Правильна: а**

## 6. ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

### (для денної форми навчання)

1. Визначення психотерапії та психокорекції. Сутність психотерапії та психокорекції.
2. Співвідношення понять "психологічне консультування", "психотерапія" і "психокорекція".
3. Основні моделі психотерапії.
4. Принципи надання психологічної допомоги.
5. Психологічне здоров'я: компоненти та рівні.
6. Основні види психокорекційних програм та принципи їх побудови.
7. Оцінювання ефективності психотерапевтичних та психокорекційних заходів.
8. Сутність індивідуальної психотерапії та психокорекції. Показання для індивідуальної психотерапії та психокорекції.
9. Основні методи індивідуального психокорекційного впливу.
10. Специфіка групової форми психотерапії та психокорекції.
11. Особливості комплектування групи.
12. Сутність психодинамічного напрямку в психотерапії та психокорекції.
13. Ціль, завдання та техніки психоаналізу.
14. Психодинамічні методи в роботі с дітьми.
15. Основні теоретичні положення аналітичної психотерапії К. Юнга.
16. Основні теоретичні положення індивідуальної психотерапії А. Адлера.
17. Психотехніки в індивідуальній психотерапії А. Адлера. Техніка «аналіз ранніх спогадів».
18. Тілесно – орієнтований підхід у психотерапії та психокорекції.
19. Сутність поведінкового напрямку в психотерапії та психокорекції.
20. Основні поняття та сфери застосування поведінкової корекції.
21. Техніки біхевіоризму: "позитивне підкріплення", "негативне підкріплення"; "покарання", "гальмування", "тайм-аут".
22. Методи релаксації.
23. Систематична десенсибілізація за Вольпе.
24. Жетонна терапія. Система накопичення балів.
25. Сутність когнітивно-поведінкового підходу в психокорекції та психотерапії.
26. Сутність когнітивного підходу А. Бека. Автоматичні думки й основні когнітивні помилки за А.Беком.
27. Раціонально-емотивна терапія А. Еліса. Техніки РЕТ: АБС-модель, обговорення та спростування ірраціональних поглядів.
28. Реальнісна терапія В. Гласера.
29. Сутність гуманістичного напрямку в психокорекції та психотерапії.
30. Клієнт-центрований підхід К. Роджерса. Цілі та умови психотерапії, позиція психолога: конгруентність, позитивна оцінка, емпатичне сприймання клієнта.
31. Сутність екзистенційного підходу в психокорекції та психотерапії.
32. Сутність та техніки логотерапії В.Франкла.
33. Сутність та техніки гештальт-терапії. Захисні механізми (або механізми переривання контакту) за Ф.Перлзом.

34. Історія розвитку психотерапії дітей та підлітків.
35. Основні напрямки й методи психотерапії та психокорекції дітей та підлітків.
36. Показання та протипоказання до окремих видів психотерапії та психокорекції дітей та підлітків.
37. Особливості психотерапії та психокорекції дітей та підлітків.
38. Етапи психотерапії та психокорекції дітей та підлітків.
39. Основні психопатологічні розлади дітей і підлітків.
40. Основні види та принципи психокорекції дітей та підлітків.
41. Основні вимоги до побудови психокорекційних програм. Схема складання програми психокорекції.
42. Планування психотерапії та психокорекції дітей та підлітків. Стратегічна модель психотерапії за Оудсхоорном.
43. Планування психотерапії та психокорекції дітей та підлітків. Мультимодальний профіль психотерапії за Лазарусом.
44. Схема складання програми психокорекції.
45. Особливості психотерапії дітей в стресових та постстресових станах.
46. Екстренна психологічна допомога дітям.
47. Арт-методи психокорекції та психотерапії.
48. Психодіагностичні та психотерапевтичні аспекти дитячого малюнка.
49. Сутність та основні методи ігрової психокорекції та психотерапії.
50. Психологічні особливості дітей з дефіцитом уваги і гіперактивністю. Методи психотерапії дітей з дефіцитом уваги і гіперактивністю.
51. Сучасні підходи до психотерапії депресивних розладів і суїцидальної поведінки у дітей та підлітків.
52. Сучасні підходи до психотерапії тривожних розладів у дітей і підлітків.
53. Теоретичне обґрунтування психотерапії емоційних розладів та порушень поведінки дітей та підлітків.
54. Методи психотерапії агресивних розладів дітей і підлітків.
55. Сучасні методи психотерапії страхів у дітей.
56. Поведінкова психотерапія страхів.
57. Психотерапія та психокорекція дітей і підлітків з порушенням соціальної адаптації.
58. Особливості психотерапевтичної роботи з дітьми та підлітками у кризових та надзвичайних ситуаціях.
59. Інтегративний підхід у психотерапії та психокорекції: поєднання різних методів і технік.
60. Оцінка результативності психотерапевтичного впливу та корекції поведінкових і емоційних порушень у дітей та підлітків.

## 7. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ

Основними критеріями, що характеризують рівень сформованості компетентностей здобувача вищої освіти з дисципліни «Основи психотерапії та психокорекції» при оцінюванні результатів поточного та підсумкового контролю, є:

– глибина, системність і усвідомленість знань основних теоретичних підходів психотерапії та психокорекції, розуміння їхніх цілей, завдань, меж застосування й етичних принципів;

– повнота та якість виконання всіх видів навчальної роботи, передбачених програмою дисципліни (аналіз клінічних випадків, практичні завдання, рефлексивні роботи, моделювання психотерапевтичних ситуацій);

– здатність аналізувати психічні явища, поведінкові прояви та емоційні стани клієнта у контексті психотерапевтичного процесу, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, критично оцінювати доцільність обраних методів психотерапії та психокорекції, а також самостійність і аргументованість висновків;

– характер відповідей на поставлені запитання, що виявляється у професійній мові, логічності, послідовності, коректному використанні психотерапевтичної термінології, дотриманні етичних норм та меж компетенції;

– уміння застосовувати теоретичні положення психотерапії та психокорекції під час розв'язання практичних і ситуаційних задач, зокрема у виборі методів психологічної допомоги, формулюванні цілей втручання, доборі базових психокорекційних технік відповідно до запиту клієнта та рівня підготовки фахівця.

Оцінювання результатів *поточної роботи* (завдань, що виконуються на практичних, семінарських заняттях, результати самостійної роботи здобувачів) рекомендується проводити за критеріями:

Оцінка	Критерії оцінювання
<b>«відмінно»</b>	Ставиться за повні та міцні знання матеріалу в заданому обсязі, вміння вільно виконувати практичні завдання, передбачені навчальною програмою; за знання основної та додаткової літератури; за вияв креативності в розумінні і творчому використанні набутих знань та умінь.
<b>«добре»</b>	Ставиться за вияв здобувачем освіти повних, систематичних знань із дисципліни, успішне виконання практичних завдань, засвоєння основної та додаткової літератури, здатність до самостійного поповнення та оновлення знань. Але у відповіді здобувача освіти наявні незначні помилки.
<b>«задовільно»</b>	Ставиться за вияв знання основного навчального матеріалу в обсязі, достатньому для подальшого навчання і майбутньої фахової діяльності, поверхневу обізнаність із основною і додатковою літературою, передбаченою навчальною програмою. Можливі суттєві помилки у виконанні практичних завдань, але здобувач освіти спроможний усунути їх із допомогою викладача.
<b>«незадовільно»</b>	Виставляється здобувачу освіти, відповідь якого під час відтворення основного програмового матеріалу поверхнева, фрагментарна, що зумовлюється початковими уявленнями про предмет вивчення. Таким чином, оцінка «незадовільно» ставиться здобувачеві освіти, який неспроможний до навчання чи виконання фахової діяльності після закінчення закладу освіти без повторного навчання за програмою відповідної дисципліни.

**Підсумкова оцінка з дисципліни: шкала оцінювання національна та ECTS**



Оцінка за 100-бальною системою		Оцінка за національною шкалою		Оцінка за шкалою ECTS	
		Екзамен			
<b>90 – 100</b>	<i>відмінно</i>	<b>5</b>		<b>A</b>	<i>відмінно</i>
<b>82 – 89</b>	<i>добре</i>	<b>4</b>		<b>B</b>	<i>добре (дуже добре)</i>
<b>75 – 81</b>	<i>добре</i>	<b>4</b>		<b>C</b>	<i>добре</i>
<b>64 – 74</b>	<i>задовільно</i>	<b>3</b>		<b>D</b>	<i>задовільно</i>
<b>60 – 63</b>	<i>задовільно</i>	<b>3</b>		<b>E</b>	<i>задовільно (достатньо)</i>
<b>35 – 59</b>	<i>незадовільно</i>	<b>2</b>		<b>FX</b>	<i>незадовільно з можливістю повторного складання</i>