

**ВІННИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ім.М.І.ПИРОГОВА**

КАФЕДРА ПСИХІАТРІЇ, НАРКОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

ТЕХНОЛОГІЇ СУЧАСНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

ВИБІРКОВИЙ КУРС

СТАТУС ТА СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

2



➤ Предмет пропонується до вивчення здобувачам освіти спеціальності **«Психологія»**.

- Курс складається з лекцій, практичних занять та самостійної роботи студентів.
- Програма дисципліни «Технології сучасної психотерапії» включає 1 модуль, який у свою чергу поділяється на 7 тем.

Технології сучасної психотерапії



3

- це не просто навчальна дисципліна, а своєрідний міст між науковими знаннями та живою практикою допомоги людині. Вона розкриває сучасний ландшафт психотерапевтичних підходів, навчає критично мислити, аналізувати ефективність методик, а головне - бути уважним до внутрішнього світу іншої людини.

Ця дисципліна розвиває **професійну ідентичність** майбутнього психотерапевта, навчає адаптувати знання до реальних потреб клієнта, працювати з емпатією, повагою та на основі етичних стандартів. У наш динамічний час вона дає змогу інтегрувати традиційні терапевтичні школи з новітніми цифровими інструментами, що робить навчання не тільки актуальним, а й захопливим.

Актуальність предмету:



4

- 1. Психічне здоров'я — глобальний пріоритет:** У ХХІ столітті зростає усвідомлення важливості ментального благополуччя. Стрес, тривожність, депресія, наслідки травматичних подій (включаючи війну в Україні) стали звичними темами як у суспільстві, так і в медицині.
- 2. Розвиток психотерапевтичних підходів:** З'являються нові методики, зокрема когнітивно-поведінкова терапія, схема-терапія, EMDR, АСТ, а також використання технологій (VR, мобільні додатки, чат-боти). Ці новації вимагають професійного аналізу та навчання.
- 3. Мультидисциплінарність:** Сучасна психотерапія включає знання з нейронаук, соціології, філософії, медіа. Це створює простір для інтеграції теоретичних знань із практикою.

Актуальність предмету:

5



- 4. Попит на фахівців:** Потреба в кваліфікованих психологах та психотерапевтах зростає як у державному, так і в приватному секторі.
 - 5. Етичні виклики:** Цифровізація, штучний інтелект і онлайн-терапія створюють нові моральні дилеми, які теж аналізуються в рамках цієї дисципліни.
- ☐ Цей курс допомагає студентам не лише опанувати сучасні підходи, але й критично осмислити їх, вивчити ефективність, етику та практичне застосування.

Після успішного вивчення дисципліни здобувач зможе:

6



- 1. Орієнтуватися в основних напрямках сучасної психотерапії** — розуміти базові концепції, принципи та сфери застосування різних психотерапевтичних підходів (КПТ, психоаналітична терапія, гуманістична, системна, гештальт, тілесно-орієнтована тощо).
- 2. Критично аналізувати методи психотерапії** — оцінювати ефективність різних технік і підходів з урахуванням наукових доказів та специфіки клієнтських запитів.
- 3. Застосовувати психотерапевтичні інструменти на практиці** — адаптувати методи до контексту конкретного клієнта або ситуації в умовах симуляцій чи супервізій.

Після успішного вивчення дисципліни здобувач зможе:



7

4. **Використовувати сучасні цифрові технології** — базово орієнтуватися у використанні онлайн-платформ, мобільних застосунків та віртуальної реальності для психотерапевтичної роботи.
5. **Дотримуватись етичних норм та стандартів** — усвідомлювати значення конфіденційності, професійної відповідальності, інформованої згоди та коректної комунікації з клієнтами.
6. **Здійснювати саморефлексію і професійний розвиток** — аналізувати власні емоційні реакції, вміти працювати з професійним вигоранням і планувати подальше навчання чи супервізії.

ОТЖЕ,

8



- ❖ Цей курс відкриває широкі перспективи для здобувачів освіти, які прагнуть стати фаховими психологами чи психотерапевтами в сучасному, динамічному світі.



Під час вивчення предмету будуть розглянуті такі основні питання:



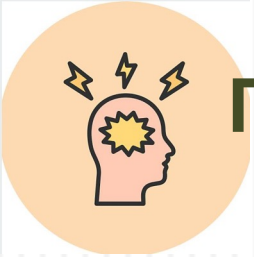
9

1. Історичний розвиток психотерапії:

- Етапи становлення основних шкіл психотерапії.
- Вплив соціокультурних змін на підходи до психічного здоров'я.

2. Класифікація сучасних психотерапевтичних напрямів:

- Психоаналітичні та психодинамічні методи.
- Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ).
- Гуманістичний та екзистенційний підходи.
- Гештальт-терапія, арт-терапія, тілесно-орієнтовані практики.
- Системна сімейна терапія, нарративна терапія.



Під час вивчення предмету будуть розглянуті такі основні питання:



10

3. Психотерапія в умовах цифровізації:

- Онлайн-терапія та етичні виклики.
- Використання мобільних застосунків та віртуальної реальності.
- Штучний інтелект у психотерапевтичній практиці.

4. Механізми психотерапевтичної дії:

- Зміни в когнітивних схемах, емоційній регуляції, поведінкових паттернах.
- Альянс терапевт-клієнт як фактор успіху.

5. Оцінка ефективності психотерапії:

- Методи наукового дослідження в психотерапії.
- Методи контролю якості психотерапевтичних втручань.



Під час вивчення предмету будуть розглянуті такі основні питання:



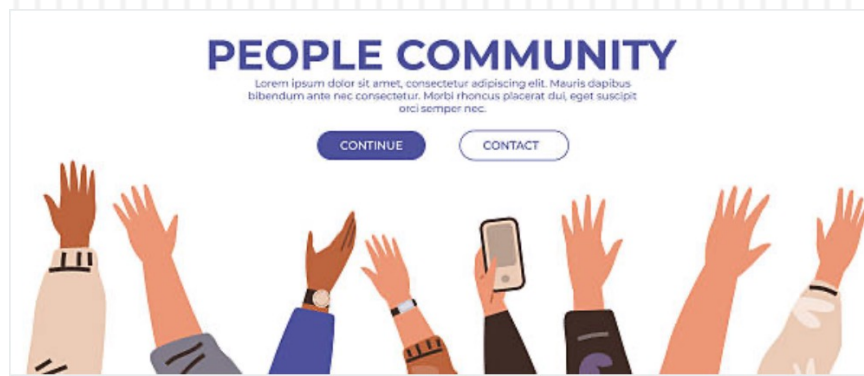
11

6. Крос-культурні та гендерні аспекти психотерапії:

- Адаптація методів до культурного контексту.
- Психотерапія ЛГБТ+ клієнтів, робота з травмами війни.

7. Професійна етика психотерапевта:

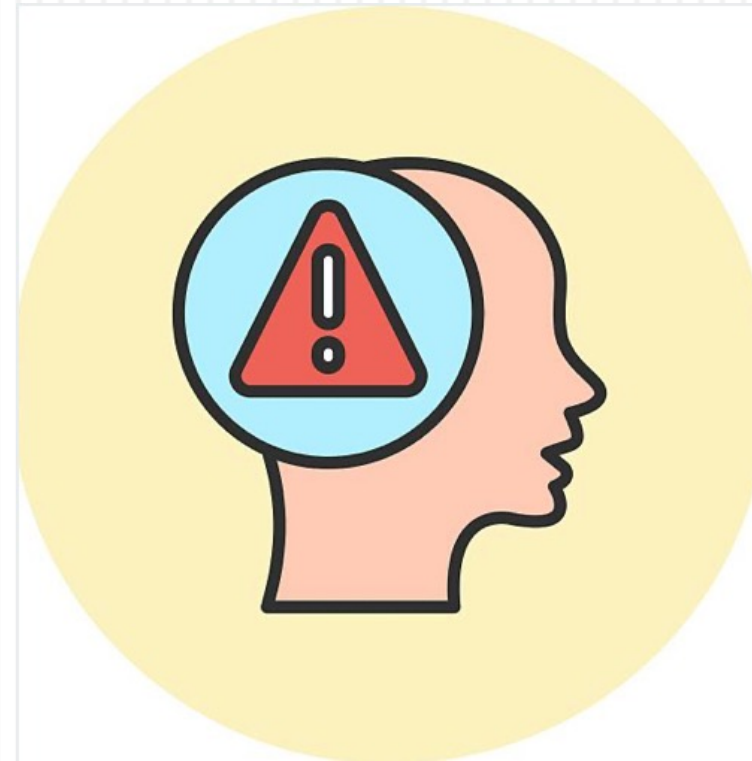
- Етичні принципи, стандарти, супервізія.
- Робота з професійним вигоранням.



Методи навчання:

12

- ❖ Мультимедійні презентації.
- ❖ Відеофільми про особливості виконання вправ.
- ❖ Спілкування з тематичними пацієнтами.
- ❖ Усне опитування.
- ❖ Дискусії зі студентами.
- ❖ Письмове тестування.



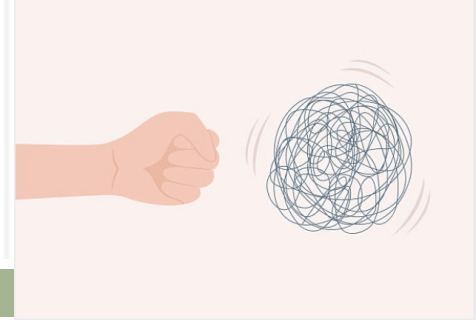
Основні види навчальних занять:

13

- ❖ ЛЕКЦІЇ;
- ❖ ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ;
- ❖ САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТІВ;
- ❖ КОНСУЛЬТАЦІЇ.



Практичні навички, засвоєні під час навчальних занять:



14

- **Проведення базового психотерапевтичного інтерв'ю:**
 - Встановлення контакту з клієнтом.
 - Збір анамнезу, визначення проблемного запиту.
 - Формування цілей терапії.
- **Навички активного слухання та емпатійного реагування:**
 - Відображення почуттів клієнта.
 - Використання відкритих запитань, перефразування, уточнення.
 - Підтримання безпечного простору для комунікації.

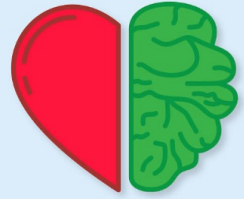
Практичні навички, засвоєні під час навчальних занять:



15

- **Моделювання психотерапевтичних технік у рольових іграх:**
 - Практика КПТ-методів (виявлення і перебудова дисфункціональних думок).
 - Використання гештальт-інструментів (техніка порожнього стільця, робота з емоціями).
 - Освоєння базових вправ тілесно-орієнтованої терапії.
- **Визначення меж професійної компетенції:**
 - Усвідомлення, коли слід направити клієнта до іншого фахівця.
 - Розпізнавання ознак емоційного вигорання у себе.

Практичні навички, засвоєні під час навчальних занять:



16

- **Планування короткострокових і довгострокових терапевтичних втручань:**
 - Встановлення реалістичних цілей.
 - Використання терапевтичного контракту.

- **Аналіз та саморефлексія практичного досвіду:**
 - Ведення щоденника практики або самоаналізу.
 - Робота під супервізією та отримання зворотного зв'язку.

Для поглиблення знань з дисципліни:

17

- Самостійна робота, яка передбачає опрацювання наукової літератури, підготовку творчих завдань.
- Виконання індивідуальної роботи у вигляді написання тематичних есе та підготовки презентацій.

ДО ЗУСТРІЧІ!



ДЯКУЄМО за
ЦІКАВІСТЬ!

