

КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

КАФЕДРА КЛІНІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Групова психотерапія

Освітній рівень II (магістерського) рівня вищої освіти / III (освітньо-науковий) рівень
(назва рівня вищої освіти)

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки /
C Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини
(шифр і назва галузі знань)

Спеціальність 053 Психологія / С4 Психологія
(код й найменування спеціальності)

Освітня програма Клінічна психологія / Психологія забезпечення ментального здоров'я /
Психологія


Розробник: Дар'я ТРОФІМОВА, канд. психол. наук, завідувач кафедри соціальної психології, Наталія ПІЛЬГУК, фахівець практик.

Робоча програма затверджена
на засіданні кафедр

клінічної психології та соціальної психології

протокол № 10 від 23 червня 2025 року

Завідувач кафедри
клінічної психології


(підпис)

Ірина ЛИСЕНКО
(ім'я та прізвище)

Завідувач кафедри
соціальної психології



(підпис)

Дар'я ТРОФІМОВА
(ім'я та прізвище)

Розглянуто на засіданні Ради якості вищої освіти

протокол № 5 від 30 червня 2025 року

Голова РЯВО


(підпис)

Наталія ЗАВ'ЯЗКІНА
(ім'я та прізвище)

ВСТУП

Робоча програма освітнього компонента «Групова психотерапія» розроблена на основі Методичних рекомендацій до розроблення і оформлення робочої програми освітньої компоненти, затвердженої Вченою Радою Київського інституту сучасної психології та психотерапії від 22 лютого 2024 року, протокол №7.

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Статус освітнього компонента – вибірковий.
Обсяг освітнього компонента– 3.0 кредитів ЄКТС.
Семестровий контроль – залік

Мета та завдання освітнього компонента

Освітнього компонента «Групова психотерапія» посідає важливе місце у формуванні фахових компетентностей, зокрема в галузі клінічної психології, фокусуючись на специфічному аспекті професійної діяльності психолога — роботі з клієнтами в груповому форматі.

Мета курсу: формування у здобувачів вищої освіти системного розуміння основ, цілей та видів сучасної групової психотерапії, опанування базових практичних навичок її проведення, а також засвоєння етичних аспектів роботи групового психотерапевта та розуміння сутності супервізійного процесу.

Результати навчання здобувачів за освітнім компонентом

Після завершення вивчення освітнього компонента здобувачі вищої освіти здатні:

Пояснювати теоретичні засади групової психотерапії, її місце серед психотерапевтичних підходів та відмінності від індивідуальної терапії.

Характеризувати основні моделі та напрями групової психотерапії (психодинамічні, гуманістичні, когнітивно-поведінкові, інтегративні).

Аналізувати закономірності групової динаміки та їх вплив на терапевтичний процес.

Розрізняти етапи розвитку терапевтичної групи та специфіку роботи на кожному з них.

Інтерпретувати ролі, взаємодії та міжособистісні процеси в терапевтичній групі.

Пояснювати терапевтичні фактори групової психотерапії та механізми психологічних змін.

Аналізувати типові клінічні та навчальні кейси групової психотерапії з урахуванням контексту та етичних вимог.

Розуміти роль та професійну позицію ведучого групи, межі його відповідальності та компетенції.

Дотримуватися етичних принципів, конфіденційності та правил безпечного простору у груповій психотерапевтичній роботі.

Оцінювати можливості, обмеження та ризики застосування групової психотерапії для різних категорій клієнтів.

Рефлексувати власну позицію та готовність до участі або роботи в терапевтичній групі (у навчальному форматі).

Аргументувати значення групової психотерапії для психічного здоров'я, міжособистісного розвитку та соціальної адаптації.

2. ПРОГРАМА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

Структура освітньої компоненти

№ теми	Назва розділів і тем	Кількість годин					
		Всього	Аудит.	у тому числі			
				Лекції	Прак.	Прак. конт./ сем.	С.р.
1	Принципи групової психотерапії	12	2	2			10
2	Фази розвитку терапевтичної групи	14	4	2	2		10
3	Механізми групової психотерапії	14	4	4			10
4	Техніки групової психотерапії	14	4	4			10
5	Особистість та вимоги до кваліфікації групового психотерапевта	17	5	4		1	12
6	Основи супервізії	19	7	4	2	1	12
Всього годин		90	26	20	4	2	64

Зміст освітнього компонента

Тема 1. Принципи групової психотерапії: поняття та етапи розвитку групової психотерапії; види групової терапії за терапевтичним підходом; види групової терапії за метою; психологічні механізми формування малих груп (формальні та неформальні групи); основні ідеї З. Фоулкса: поняття групової матриці; основні ідеї В. Р. Біона: групове мислення — групова культура; базові припущення; групи базових припущень; робоча група.

Тема 2. Фази розвитку терапевтичної групи: елементи групової динаміки: цілі групи, норми групи, згуртованість групи, структура групи та проблема лідерства, фази або стадії розвитку групи; основні правила роботи психотерапевтичної групи; показання та протипоказання до участі у психотерапевтичній групі; розмір групи, частота та тривалість зустрічей; етапи групової зустрічі: початок, основна частина, завершення; зміст та основні завдання на кожному етапі.

Тема 3. Механізми групової психотерапії: основні терапевтичні чинники взаємодії: універсальність досвіду, альтруїзм, катарсис, інсталяція надії, інтерперсональне навчання, розвиток соціальних навичок, рольові моделі, переосмислення сімейного досвіду, усвідомлення суб'єктності, згуртованість та єдність, обмін досвідом; переваги групової психотерапії; різниця між груповою та індивідуальною психотерапією.

Тема 4. Техніки групової психотерапії: мета технік групової психотерапії: активізувати взаємодію учасників, створити безпечний простір для вираження почуттів, сформувані нові моделі поведінки та забезпечити емоційне й когнітивне опрацювання досвіду; вербальні техніки: групова дискусія, зворотний зв'язок між учасниками, інтерпретація висловлювань та поведінки, відкрите обговорення переживань; когнітивно-поведінкові техніки: виявлення і корекція дисфункціональних переконань; тренінг соціальних навичок; поведінкові експерименти у групі; техніки підтримки та довіри: робота з груповими правилами; техніка емпатійного слухання; робота зі згуртованістю групи рольові та ігрові техніки; емоційно-експресивні техніки.

Тема 5. Особистість та вимоги до кваліфікації групового психотерапевта: вимоги до особистості та підготовка ведучого терапевтичної групи; стадії підготовки ведучого терапевтичної групи: 1. набуття теоретичних знань з основ групової психологічної роботи; 2. отримання власного досвіду як учасника групи; 3. практика спостерігача; 4. практика асистента кваліфікованого ведучого; 5. практика самостійного проведення групової роботи; основні принципи поведінки ведучого терапевтичної групи: принцип спостереження і корекції впливу; принцип орієнтації на спонтанність групи та ін.; З. Фоулкс: функції та позиція психотерапевта в групі.

Тема 6. Основи супервізії: поняття, мета та завдання супервізії; види супервізії: індивідуальна, групова, реєр-супервізія (колегіальна), очна (офлайн) та заочна (дистанційна); основні функції супервізії: навчальна (формувальна), підтримувальна (тонізувальна), консультативна, спрямовувальна (нормативна) та

ін.; етапи супервізійної зустрічі; етичні та правові аспекти супервізії; специфіка групової супервізії: робота з груповою динамікою, контрперенесення ведучого групи, аналіз взаємодії терапевта з групою як цілим.

Практичні заняття освітнього компонента

Тема: Розподіл ролей між учасниками групи. Проблема лідерства з погляду різних підходів.

Завдання: Визначте та опишіть типові ролі, які можуть виникати в групі (наприклад, "Цап відбувайло"). Порівняйте погляд на проблему лідерства у групі з позиції трьох підходів: психоаналітичного (лідер як об'єкт перенесення), гуманістичного (лідер як фасилітатор) та когнітивно-поведінкового (лідер як тренер/експерт). Розробіть стратегію поведінки ведучого, коли хтось з учасників групи відкрито кидає виклик його формальному лідерству.

Тема: Ко-партнерство у веденні групи: переваги та можливі проблеми у веденні групи двома ведучими. Особливості супервізії ко-терапевтичної пари.

Завдання: Назвіть та обґрунтуйте основні переваги роботи в ко-партнерстві (наприклад, моделювання здорових стосунків, можливість супервізії "тут і зараз", зменшення контрперенесення). Проаналізуйте потенційні проблеми у взаємодії ко-терапевтів, які можуть негативно впливати на групу (наприклад, конкуренція, відмінності в теоретичних підходах, "розщеплення" групи між ведучими). Складіть ключові пункти ко-терапевтичного контракту (угоди), який необхідно укласти перед початком групової роботи, щоб мінімізувати ризики для групи. Визначте особливості аналізу паралельних процесів під час супервізії ко-терапевтичної пари. Як саме конфлікт між співведучими може відобразити несвідомі процеси всередині самої групи?

Практичні контактні заняття (індивідуальні завдання)

1. Оберіть три найбільш значущі, на Вашу думку, терапевтичні чинники з класифікації І. Ялома (наприклад, згуртованість, універсальність досвіду, обмін досвідом або ін.). Надайте власне тлумачення кожного з обраних чинників, базуючись на прочитаній теорії.

2. Ідентифікуйте три особистісні якості (наприклад, толерантність до невизначеності, емпатія, емоційна стійкість), які Ви вважаєте критично важливими для успішної роботи групового психотерапевта. Поясніть, чому особиста терапія та супервізія є обов'язковими кваліфікаційними вимогами для

групового терапевта. Як ці процеси допомагають терапевту керувати контрперенесенням та підтримувати етичні межі у динаміці групи?

Самостійна робота освітньої компоненти

Тема: Історія розвитку групового аналізу.

Завдання: Підготуйте аналітичний огляд ключових історичних етапів становлення групового аналізу. Визначте основні відмінності між підходом З. Фоулкса та В. Р. Біона.

Тема: Фази розвитку терапевтичної групи з погляду К. Роджерса.

Завдання: Опишіть та порівняйте фази розвитку групи за К. Роджерсом з етапами розвитку групи за І. Яломом. Зробіть висновок про спільне та відмінне у фокусі уваги цих підходів.

Тема: Чинники, що сприяють та перешкоджають формуванню згуртованості в групі.

Завдання: Обґрунтуйте, чому згуртованість є терапевтичним чинником. Розробіть структуровану схему, що класифікує чинники, які впливають на групову згуртованість, за категоріями: внутрішні чинники (пов'язані з процесом та учасниками) та зовнішні чинники (пов'язані з впливом зовнішнього середовища).

Тема: Техніки групової психотерапії у гештальт-підході.

Завдання: Детально опишіть ключові гештальт-техніки (орієнтовно 2-3), що використовуються в групі. Проаналізуйте, як ці техніки сприяють усвідомленню контакту і границь у контексті групової взаємодії.

Тема: Особистість групового терапевта в арттерапії: специфічні професійні вимоги.

Завдання: Опишіть вимоги до особистості та професійної кваліфікації арттерапевта в груповій роботі, що поєднують загальні принципи групової терапії зі специфічними арттерапевтичними компетенціями (фасилітатор творчого процесу та свідок невербального вираження учасників).

Тема: Поняття супервізійної моделі. Особливості взаємодії супервізора та супервізованого в різних моделях.

Завдання: Розкрийте сутність супервізії, як важливої частини професійної діяльності. Опишіть одну зі специфічно орієнтованих моделей. (психодинамічна модель; поведінкова модель, модель, спрямована на рішення; роджеріанська модель та ін.) та визначте основну мету супервізора, що працює в даній моделі. Опишіть різницю між індивідуальною та груповою супервізією.

3. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Технічні засоби та обладнання: екранні (електронні презентації), комп'ютерні (комп'ютери, планшети, освітні платформи, електронні бібліотеки).

Програмне забезпечення: системне ПЗ (операційні системи, достатнє для дистанційного навчання з Moodle, Zoom, Google), освітні платформи для дистанційного навчання, керування курсами (Moodle, Zoom, Google тощо).

4. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Курс буде викладений у формі лекцій (20 год.) та практичних (4год.) / практичних контактних занять (2 год.), організації самостійної роботи студентів (64 год.).

В системі вивчення дисципліни використовується комплекс методів навчання, побудований на дієвому підході до навчання. А саме:

- 1) методи, які забезпечують опанування навчального предмета (словесні, візуальні, практичні, репродуктивні, проблемно-пошукові, індуктивні, дедуктивні);
- 2) методи, які стимулюють та мотивують навчально-наукову діяльність (навчальні дискусії, проблемні ситуації, професійно-орієнтовані ділові ігри, творчі завдання, пошук і дослідження, експерименти тощо);
- 3) методи контролю і самоконтролю (опитування, залік, індивідуальні завдання, питання для самоконтролю).

Організаційними формами наведених вище методів навчання є лекції, практичні заняття, індивідуальне завдання, залік.

Особливо зміцнюється творчо-пошукова самостійність здобувачів, застосовується проблемне та інтерактивне навчання з використанням комп'ютерних систем. Під час такого освітнього процесу здобувач може комунікувати з викладачем онлайн, вирішувати творчі, проблемні завдання, моделювати ситуації, застосовуючи аналітичне і критичне мислення, знання, пошукові здібності.

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА РЕЙТИНГОВА СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Методи поточного контролю. Поточне оцінювання проводиться з метою оцінювання результатів навчання протягом семестру і включає систематичний моніторинг навчальних досягнень здобувачів. Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських (практичних) занять у формі виконання практичних завдань, розв'язання кейсів, активної участі в обговореннях, в обсязі навчального матеріалу, визначеному для кожного заняття:

- виконання практичних задач (оцінюється під час практичних занять);
- виконання індивідуальних завдань (оцінюється під час поточного контролю теми);
- самостійна робота (оцінюється під час поточного контролю теми);
- виконання умов академічної дисципліни (оцінюється під час лекцій, практичних занять та під час поточного контролю теми).

Методи підсумкового контролю. Підсумковий контроль проводиться з метою оцінювання результатів навчання наприкінці семестру, відповідно до навчального плану у вигляді семестрового заліку, в терміни, встановлені графіком навчального процесу та в обсязі навчального матеріалу, визначеному робочою програмою дисципліни.

Критерії оцінювання результатів навчання

Практичні задачі. Максимальна оцінка за виконання практичної задачі становить 5 балів:

- **5 балів:** надано вичерпну, термінологічно точну та аргументовану відповідь; продемонстровано здатність до аналізу ситуації та вміння застосовувати теорію для розв'язання конкретної задачі;
- **3 бали:** завдання виконано відповідно до вимог, але відповідь містить незначні логічні похибки або недостатньо глибоку аргументацію;
- **0 балів:** відповідь відсутня, є помилковою або не відповідає змісту поставленого завдання.

Індивідуальні завдання оцінюються за такими критеріями:

- **5 балів:** завдання виконано в повному обсязі з високим рівнем самостійності; продемонстровано критичний підхід до опрацювання

джерел, логічність викладу та вміння формулювати обґрунтовані авторські висновки;

- **3 бали:** завдання виконано відповідно до вимог, проте робота має здебільшого репродуктивний характер (переказ матеріалу), містить незначні логічні похибки або недостатньо глибоку аргументацію;

«незадовільно» - **0 балів:** завдання не виконане, не відповідає вимогам академічної доброчесності або темі.

Оцінювання самостійної роботи здобувачів передбачає: систематичне опрацювання навчальної та наукової літератури, а також лекційного матеріалу відповідно до логічної структури курсу. Особлива увага приділяється здатності студента аналізувати та систематизувати вивчене, готуватися до практичних занять та підсумкового контролю (заліку) у чіткій послідовності опанування розділів дисципліни.

Критерії підсумкового оцінювання самостійної роботи:

- **10 балів:** здобувач системно опанував теоретичний матеріал, продемонстрував глибоке знання змісту дисципліни та рекомендованої літератури; під час занять вільно оперує набутими знаннями, виявляє самостійність суджень, здатність до аналізу складних проблем та високий рівень сформованості практичних навичок;

- **8 балів:** здобувач на належному рівні засвоїв навчальний матеріал та орієнтується в основних наукових джерелах; аргументовано викладає власні міркування та володіє практичними навичками, проте припускається незначних неточностей у логіці викладу або аналізі практичних кейсів;

- **4 бали:** здобувач загалом опанував базові теоретичні знання та знайомий з основною літературою, проте виявляє невпевненість у застосуванні практичних навичок; спостерігається плутанина в термінах, неточність в оцінці фактів та слабкий зв'язок теорії з майбутньою професійною діяльністю;

- **0 балів:** здобувач не опанував обов'язковий мінімум навчального матеріалу, майже не орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, відсутнє наукове мислення, практичні навички не виявляються.

Виконання умов академічної дисципліни: відвідування лекцій та активна участь у практичних заняттях.

Критерії оцінювання виконання умов академічної дисципліни:

- **20 балів:** здобувач відвідав 90–100% занять; виявляє високу залученість у навчальний процес, регулярно ініціює професійні дискусії, ставить доречні питання, пропонує власні обґрунтовані ідеї та якісно виконує всі завдання на практичних заняттях;

- **15 балів:** здобувач відвідав 75–89% занять; переважно активний під час роботи в аудиторії, бере участь в обговореннях, проте не завжди виявляє власну ініціативу або творчий підхід до виконання завдань;
- **10 балів:** здобувач відвідав 60–74% занять; демонструє низький рівень активності, переважно займає позицію пасивного слухача, фрагментарно долучається до обговорення тем;
- **0 балів:** здобувач відвідав менше ніж 60% занять; залученість у навчальний процес відсутня, активність на заняттях не виявлена.

Підсумковий контроль -залік: тестування . Контрольний тест передбачає 25 запитань. Кожна правильна відповідь оцінюється у 2 бали.

Оцінювання окремих видів навчальної роботи

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Кількість балів	Максимальна кількість балів (сумарна)
Практичні заняття	5	10
Індивідуальне завдання	5	10
Підсумкова оцінка самостійної роботи	10	10
Виконання умов академічної дисципліни	20	20
Залік	50	50
Всього		100

Критерії оцінювання підсумкового семестрового контролю

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Для оцінювання результатів навчання застосовується 100-бальна шкала оцінювання.

Сума балів	Оцінка ECTS	Національна оцінка	
		Екзамен	Залік
90-100	A	Відмінно	зараховано

82-89	B	Дуже добре (вище середнього рівня з кількома помилками)	
74-81	C	Добре (в загальному правильна робота з певною кількістю грубих помилок)	
64-73	D	Задовільно (непогано, але зі значною кількістю недоліків)	
60-63	E	Задовільно (задовольняє мінімальні критерії)	
35-59	FX	Незадовільно (із можливістю повторного складання)	
1-34	F	Незадовільно (із обов'язковим повторним вивченням дисципліни)	не зараховано

6. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

Підручники:

1. Андрушко Я. С. *Основи психологічного тренінгу та психокорекція*. Львів: Львівська політехніка, 2021. 236 с.;
2. *Практикум із групової психокорекції: підручник* / С. Д. Максименко, О. О. Прокоф'єва, О. В. Царькова, О. В. Кочкурова. Київ, 2018.

Навчальні посібники:

1. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. *Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навч. посіб.* Харків: ХНАДУ, 2015 - 315 с.;
2. Габріель В., Кут Г. *Супервізія та інтервізія в психотерапії: Навчальний посібник* / Пер. з нім. Київ: Асоціація психотерапевтів, 2018. 192 с.;
3. *Груповий психоаналіз: навч. посібник* / За ред. О. Фільца, Р. Гаубля, Ф. Лямотт. Львів: ВНТЛ-Класика, 2004. 192 с.;
4. Мілютіна К. Л. *Теорія та практика психологічного тренінгу. Навч. посіб.* Київ: МАУП, 2004. 192 с.;
5. Мушкевич М. І. *Супервізія [Текст]: навч. посіб.* (до курсу «Супервізія») / Мирослава Іванівна Мушкевич. – Луцьк : Вежа-Друк, 2022. – 188 с.;
6. Ушакова І. В. *Супервізія: навч. посіб.* [для студентів вищ. навч. закл.]. Миколаїв: Вид-во ЧДУ ім. Петра Могили, 2011. 228 с.

Монографії/теоретичні праці:

1. Годфруа А. *Супервізія: Теорія і практика*. Львів: Свічадо, 2019. 240 с.;

2. Приц А., Викукаль Е. *Груповий психоаналіз: Теорія. Техніка. Застосування.* / Пер. Галина Котовські; наук, редак.: Софія Грабовська і Галина Католик. Львів: Астролябія, 2006. 312 с.;
3. Федорчук В. М. *Тренінг особистісного зростання.* Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 250 с;
4. Фільц О. *Психотерапія: основи та сучасні підходи.* Львів: ВНТЛ-Класика, 2005.
5. Ялом І. *Групова психотерапія: теорія та практика.* Київ: Основи, 2000. 576 с.
6. Яценко Т. С. *Теорія і практика супервізії в психологічній практиці.* Київ: Ін-т психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, 2017. 280 с;
7. Bion, W. R. (1961). *Experiences in Groups and Other Papers.* London: Tavistock Publications;
8. Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Group Counseling.* Belmont: Brooks/Cole.
9. Corey, G., Corey, M. S., & Callanan, P. (2019). *Issues and Ethics in the Helping Professions.* Cengage Learning;
10. Foulkes, S. H. (1973). *The Group as Matrix of the Individual's Mental Life.* In: Wolberg L.R. and Schwartz E.K. (eds), *Group Therapy.* New York: International Medical Book Corp;
11. Foulkes, S. H. (1986). *Group Analytic Psychotherapy: Method and Principles.* London: Karnac.
12. Kernberg, O. F. (2007). *The therapist's experience of his group.* *International Journal of Group Psychotherapy*, 57(1), 1–17;
13. Lewin, K. (1948). *Resolving Social Conflicts: Selected Papers on Group Dynamics.* New York: Harper & Row;
14. Proctor, B. (2000). *Group Supervision: A Guide to Creative Practice.* Sage Publications.
15. Stoltenberg, C. D., McNeill, B. W., & Delworth, U. (1998). *IDM: A Comprehensive Model for Supervision.* John Wiley & Sons.