

СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

СХЕМА -ТЕРАПІЯ

Рівень вищої освіти	<u>II (магістерський) рівень вищої освіти / III (освітньо-науковий) рівень</u>
Освітньо-професійна програма	Клінічна психологія / Психологія забезпечення ментального здоров'я / Психологія
Кафедра	Клінічної психології
Кількість кредитів	3 кредити ЄКТС
Форма контролю	Залік
Мова викладання	Українська
Розробники курсу	Тетяна Ряховська
Контактна інформація	TLRyakhovska@gmail.com

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

	<p>Метою освітнього компонента є: формування системних знань про теоретичні засади та практичні інструменти схема-терапії для ефективної роботи зі стійкими психологічними проблемами, зокрема з розладами особистості, хронічною депресією та тривогою.</p> <p>Завданнями освітнього компонента є:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Сформувати цілісне уявлення про теоретичні основи схема-терапії, її інтегративний характер та місце серед сучасних психотерапевтичних підходів. – Забезпечити глибоке розуміння ключових концепцій: базові емоційні потреби, ранні дезадаптивні схеми, копінг-стратегії та схема-режими. – Проаналізувати зв'язок між незадоволенням базових потреб у дитинстві, типами прив'язаності та формуванням специфічних схем і режимів. – Сприяти розвитку професійної рефлексії та самоаналізу через призму схема-терапевтичної моделі. – Сприяння професійному розвитку шляхом підвищення якості роботи та розширення практичного інструментарію.
--	--

ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Тема 1. Концептуальна модель схема-терапії.

Лекція 1. Вступ у схема-терапію. Основи схема-терапії. Ключові теоретичні положення. Історичний контекст виникнення методу та його місце серед інших напрямів терапії.

Лекція 2. Походження схем. Етіологія ранніх дезадаптивних схем. Базові емоційні потреби дитини, як ключовий фактор у формуванні схем. Дитячий досвід, зокрема незадоволення базових емоційних потреб, взаємодія з батьками та значущими дорослими. Вроджений темперамент дитини.

Лекція 3-4. Ранні дезадаптивні схеми. Глибокий аналіз 18 ранніх дезадаптивних схем, згрупованих у п'ять сфер. Визначення, типові переконання та емоції, поведінкові прояви та вплив схем на життя людини.

Лекція 5-7. Концепція схема-режимів. Поняття схема-режимів, тимчасових емоційних станів та моделей поведінки, які активуються в конкретних ситуаціях. Дитячі, батьківські, копінгові та здорові режими, їх взаємодія. Діагностика та побудова терапевтичної стратегії.

Тема 2. Етапи та планування схема-терапії.

Лекція 8-10. Робота з режимами схем. Моделі режимів у схема-терапії. Ідентифікація та концептуалізація домінуючих режимів клієнта. Стратегії та техніки роботи з кожною групою режимів: валідація потреб вразливої дитини, протистояння вимогам караючих та вимогливих батьківських режимів, а також на подолання дезадаптивних копінгових стратегій.

ПОЛІТИКА КУРСУ

	<p>Курс реалізується у дистанційному форматі. У межах курсу передбачено прослуховування 10 лекцій. Контроль засвоєння теоретичного матеріалу здійснюється за рахунок виконання практичних завдань. Підсумковий контроль – усне опитування. Під час онлайн-комунікації здобувачі зобов'язані дотримуватися правил академічної етики, коректної професійної поведінки та принципів взаємної поваги. У процесі навчання забороняється плагіат, використання сторонньої допомоги під час тестування та передача власних відповідей іншим здобувачам.</p>
--	--

ОЦІНЮВАННЯ

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Кількість балів	Максимальна кількість балів (сумарна)
Поточне оцінювання		
Практична задача 1	4	20
Практична задача 2	40	40
Сума балів		60
Підсумкове оцінювання з формою контролю залік		
Виконання умов академічної дисципліни	20	20
Відповідь на питання підсумкового контролю	20	20
Сума балів		40
Загальна сума балів		100

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Курс буде викладений у формі лекцій (20 год.) та практичних (4 год.) занять, організації самостійної роботи студентів (64 год.). Протягом курсу передбачено проведення індивідуальних консультацій (2 год.).

Під час викладання дисципліни використовуються наступні методи навчання: словесні (лекція, пояснення, бесіда), наочні (ілюстрація, демонстрація), практичні (аналіз кейсів, виконання практичних завдань), а також інтерактивні техніки та методики.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Арнц, А., Якоб, Г. Практичний посібник зі схема-терапії (Schema Therapy in Practice: An Introductory Guide to the Schema Mode Approach). (Сучасний посібник, що фокусується на роботі з режимами).
2. Ван Вреесвік, М., Броерсен, Дж., Надау, М. Довідник зі схема-терапії: теорія та практика (Handbook of Schema Therapy: Theory, Research, and Practice). (Збірник статей, що містить детальний опис специфічних інтервенцій).
3. Рафалі, Е., Бернштейн, Д., Янг, Дж. Схема-терапія. Відмінні риси (Schema Therapy: Distinctive Features).
4. Фаррелл, Дж., Райсс, Н., Шоу, А. Досвід схема-терапії в групах: посібник для практиків (The Schema Therapy Clinician's Guide: A Complete Resource for Building and Delivering Individual, Group and Integrated Schema Mode Treatment Programs). (Особливо корисно для розуміння технік у груповому форматі).
5. Янг, Дж., Клоско, Дж. Прорвися крізь старі шаблони (Reinventing Your Life). (Книга, орієнтована на широке коло читачів, яка простою мовою пояснює концепції схем і дає практичні поради).
6. Янг, Дж., Клоско, Дж., Вайсхаар, М. Схема-терапія. Посібник для практиків (Schema Therapy: A Practitioner's Guide). (Це фундаментальна праця, яка є обов'язковою для глибокого розуміння методу).