

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



Факультет психології

Кафедра соціальної психології

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 37 ГРУПОВА ПСИХОТЕРАПІЯ

Рівень вищої освіти – __перший (бакалаврський)_____

Освітня програма __ОП «Психологія»__

Спеціалізація (за наявності)

Спеціальність __С4 «Психологія»_____

Галузь знань _ **С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»**

Затверджено на засіданні кафедри
Протокол № 1 від “26” серпня 2025р.

м. Івано-Франківськ – 2025 р.

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Групова психотерапія
Викладач (і)	Чуйко Оксана Михайлівна
Контактний телефон викладача	
E-mail викладача	oksana.chuiko@cnu.edu.ua
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год.
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua/
Консультації	Згідно розкладу

2. Анотація до навчальної дисципліни

Предметом вивчення є закономірності функціонування та розвитку психотерапевтичної/тренінгової групи як форми надання психологічної допомоги, психологічні механізми групової динаміки та психотерапевтичного впливу, а також принципи проєктування, організації та методичного забезпечення групових психотерапевтичних і психотренінгових програм.

3. Мета та цілі навчальної дисципліни

Метою освітнього компоненту є формування у здобувачів вищої освіти теоретичного розуміння закономірностей групової психотерапії та набуття базових професійних компетентностей з аналізу групової динаміки, проєктування та організації групових психотерапевтичних і психотренінгових програм у системі психологічної допомоги.

Освітній компонент спрямований на:

- засвоєння закономірностей групової динаміки, стадій розвитку групи, психотерапевтичних чинників;
- розуміння методологічних основ побудови тренінгової програми та її розробку;
- формування навичок процес-аналізу групової взаємодії та виявлення проблем особистості у групі;
- усвідомлення етичних принципів та професійних меж роботи з групою;

У результаті вивчення дисципліни студент має набутти здатності аналізувати групові процеси, оцінювати психотерапевтичний потенціал групи та усвідомлювати власну роль у груповій взаємодії як майбутнього фахівця у сфері психологічної допомоги.

4. Програмні компетентності та результати навчання

Інтегральна компетентність - здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів і характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями, мислити концептуально, системно, саногенно.

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії; володіння соціально-психологічними механізмами взаєморозуміння і взаємовпливу.

ЗК9. Здатність працювати в команді.

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема, в контексті організації заходів раннього втручання).

СК8. Здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.

ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПР 20. Виявляти і вирішувати соціально-психологічні проблеми особистості у великих і малих групах.

ПР 22. Здійснювати психологічні інтервенції (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу) з використанням індивідуальних та групових методів роботи).

5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття

Загальна кількість годин

лекції	12
семінарські	18
самостійна робота	60

Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
7	С4 Психологія	4	Нормативна

Тематика навчальної дисципліни			
Тема	кількість год.		
	лекції	Заняття	сам. Роб
Тема 1. Вступ до групової психотерапії. Етичні принципи групової роботи	2 денна / 0,5 заоч	2 денна / 1 заоч	6 денна / 9 заоч
Тема 2. Групова динаміка як психотерапевт	2 денна / 1 заоч	4 денна / 1 заоч	8 денна / 12 заоч
Тема 3. Створення та організація психотерапевтичної групи	2 денна / 0,5 заоч	2 денна	8 денна / 12 заоч
Тема 4. Психологічний тренінг як формат групової психотерапії: принципи розробки та проведення	2 денна / 1 заоч	4 денна / 2 заоч	14 денна / 17 заоч
Тема 5. Груповий психотерапевт: професійні та психологічні вимоги.	2 денна / 0,5 заоч	2 денна / 1 заоч	8 денна / 10 заоч
Тема 6. Труднощі, складні ситуації у веденні психологічних груп. Види клієнтів.	2 денна / 0,5 заоч	2 денна / 1 заоч	8 денна / 10 заоч
Тема 7. Основні напрями групової психотерапії		2 денна	8 денна / 10 заоч
ЗАГ.:	12 денна / 4 заоч	18 денна / 6 заоч	60 денна / 80 заоч

6. Система оцінювання навчальної дисципліни

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	Накопичування балів під час вивчення дисципліни ДЕННА ФОРМА	
	Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
	Лекція	
	Семінарське заняття	12
	Тести	10
	Практичне завдання 1	8
	Практичне завдання 2	10
	Контрольна робота	10
	Залік/Екзамен	50
	Максимальна кількість балів	100
	Накопичування балів під час вивчення дисципліни ЗАОЧНА ФОРМА	
	Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
	Лекція	
	Семінарське заняття	5
	Тести	12
	Практичне завдання 1	8
	Практичне завдання 2	10
	Контрольна робота	15
	Залік/Екзамен	50
	Максимальна кількість балів	100

У журналі оцінювання відбувається згідно Положення про [Порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти](#)

Шкала оцінювання:

Університетська	Національна		Шкала ЄКТС
90 - 100	5	відмінно	A
80 – 89	4	добре	B
70 – 79	4	Добре	C
60 – 69	3	задовільно	D
50 – 59	3	Задовільно	E
26 – 49	2	Не задовільно	Fx
1- 25	2	Не задовільно	F

Вимоги до письмових робіт (практичні завдання)

Денна форма:

Практичне завдання 1 - розробка тренінгової програми.

Завдання виконується у двійках (ко-тренерство).

ДЛЯ ДЕННОЇ ТА ЗАОЧНОЇ ФОРМ

Вимоги до тренінгової програми (10 балів), у журналі оцінки викладаються за 100-бальною системою

Вимоги до тренінгової програми

1. Самостійно обрати тему
2. Визначити мету, цілі (завдання) тренінгу. Цілі (завдання) мають відображати отримані учасниками результати участі у тренінгу.
Мета відповідає темі
3. Вказати аудиторію, кількість (для кого організовано тренінг, рекомендована кількість учасників);
4. Вказати тривалість тренінгу (не менше 3 академічних годин) та місце проведення тренінгу
5. Визначити методи аналізу ефективності тренінгової програми
6. Розробити саму програму тренінгу. Підібрати техніки, вправи, за допомогою яких відбувається реалізація завдань тренінгу.

7. Побудова програми тренінгу передбачає врахування основних блоків (етапів) тренінгу:

Вступна частина, знайомство – Знайомство, встановлення контакту, виявлення очікувань учасників, співвіднесення із цілями тренінгу, проговорення правил участі у тренінгу;

Основна частина – власне тренінг, підбір технік, які спрямовані на реалізацію завдань та досягнення результатів.

До технік, вправ вказати мету та результат, на досягнення кого вони спрямовані, а також орієнтовну тривалість проведення

Завершальна частина – підведення підсумків, зворотній зв'язок.

8. Вказати засоби, матеріали, шаблони тощо, необхідні для проведення тренінгу, а також вимоги до місця проведення тренінгу.

9. Список використаних джерел.

10. Робота виконується студентами самостійно.

Шкала оцінювання

90–100 балів – Відмінно (А)

Завдання виконано повністю, креативно, з високим рівнем самостійності. Програма логічна, методично обґрунтована, техніки підібрані вдало, враховано всі вимоги. Завдання виконано самостійно (без ШІ)

80–89 балів – Добре (В)

Завдання виконано якісно, з незначними недоліками (наприклад, неповний опис матеріалів чи слабкий список джерел). Завдання виконано самостійно (без ШІ)

70–79 балів – Добре (С)

Завдання виконане, але з помітними неточностями: мета й цілі недостатньо конкретні, вправи підібрані частково, є прогалини у логіці. Завдання виконано самостійно (без ШІ)

60–69 балів – Задовільно (D)

Завдання виконане частково: є тема, але слабо обґрунтована мета, відсутні деякі блоки програми або не розкриті методи оцінки.

50–59 балів – Задовільно (E)

Завдання поверхневе: основні вимоги формально виконані, але немає практичної цінності, логіка

тренінгу розірвана, матеріали та вправи підібрані безсистемно.

0–49 балів – Незадовільно (F)

Завдання не відповідає вимогам: відсутні ключові елементи програми, мета та цілі не сформульовані, немає структури чи доказів самостійної роботи.

Практичне завдання 2

ПРОЦЕС-АНАЛІЗ ТА РЕФЛЕКСІЯ УЧАСТІ

III

Виконується на основі участі студентів у навчальних психотерапевтичних групах, які проводяться на практичних заняттях. Передбачено проведення 3-х зустрічей, написання 4-х процес-аналізів роботи психотерапевтичної групи та рефлексій участі у них (до кожної зустрічі зокрема та загальний процес-аналіз та рефлексію щодо 3-х зустрічей).

ОРІЄНТОВНА СХЕМА ПРОЦЕС-АНАЛІЗУ РОБОТИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРУПИ

Загальна характеристика групи

Динамічні процеси у групі (СПК, конфлікти та конфронтація, конформізм, лідерство, процеси прийняття групового рішення, активність учасників тощо)

Стадії роботи групи (як кожної зустрічі зокрема, так і загалом)

Психотерапевтичні чинники

Особливості правил роботи групи та їх дотримання (загальноприйняті та запропоновані групою)

Дотримання етичних принципів роботи у групі

Стиль та техніки роботи ведучого

Опори роботі у групі

Проекції, переноси, механізми захисту учасників групи

Інше

РЕФЛЕКСІЯ УЧАСТІ У НАВЧАЛЬНІЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІЙ ГРУПІ

Я – ОСОБИСТІТЬ (учасник групи):

Що зі мною відбувалось у психотерапевтичній групі

Як відбувався психотерапевтичний вплив

Психотерапевтичні чинники
Вплив групової динаміки на власний стан, на мою участь у групі
Мої відкриття, усвідомлення
Наскільки ефективною була для мене участь у даній групі з врахуванням даних умов
Інше

Критерії оцінювання

90–100 балів (А) – Відмінно

Обов'язково наявні:

- процес-аналіз кожної зустрічі;
- рефлексія після кожної зустрічі;
- загальний процес-аналіз динаміки всіх зустрічей;
- загальна інтегративна рефлексія.

Аналіз глибокий, системний, з використанням професійної термінології.

Розкрито групову динаміку (стадії, лідерство, конфлікти, психотерапевтичні чинники, переноси, механізми захисту, роль ведучого).

Простежується розвиток групи у часі.

Рефлексія особистісно включена, аналітична, демонструє здатність до професійного самоспостереження.

80–89 балів (В) – Добре

Усі структурні компоненти наявні.

Процес-аналіз виконаний відповідно до вимог, однак окремі аспекти розкриті менш глибоко.

Загальна динаміка простежується, але без повної інтеграції.

Рефлексія змістовна, проте частково описова.

70–79 балів (С) – Добре

Наявні всі структурні частини, але:

- аналіз окремих зустрічей поверхневий або пропущено процес-аналіз та рефлексію 1 зустрічі;
- частково не розкрито рекомендовані пункти процес-аналізу;
- загальний аналіз динаміки носить переважно описовий характер;
- рефлексія без глибокого самоаналізу.

60–69 балів (D) – Задовільно

Виконано більшість обов'язкових частин, але:

	<ul style="list-style-type: none"> ● не відображено 3 і більше позиції процес-аналізу або не відображено 2 процес-аналізи та рефлексії ● слабе розуміння групових процесів; ● загальна динаміка майже не простежується; ● рефлексія формальна або поверхнева. <p>50–59 балів (E) – Задовільно Відсутній один із обов’язкових компонентів:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● або немає загального процес-аналізу чи 2 процес-аналізів та рефлексій 2 зустрічей ● або немає загальної рефлексії; ● або відсутні рефлексії до окремих зустрічей. <p>Аналіз фрагментарний, без системності.</p> <p>26–49 балів (Fx) – Незадовільно Відсутні два і більше обов’язкові компоненти. Процес-аналіз частковий або описовий. Не простежується розуміння групової динаміки.</p> <p>1–25 балів (F) – Незадовільно Подано лише факт участі або фрагментарні записи без структурованого аналізу і рефлексії.</p>
<p>Практичні заняття</p>	<p>Критерії оцінювання усних відповідей студентів на семінарських заняттях (100-бальна шкала) Семінарські заняття передбачають дві основні форми роботи студента:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вивчення та аналіз теоретичних питань 2. Підготовка практичних технік <p>Студент денної форми має отримати не менше трьох поточних оцінок за усні відповіді впродовж семестру. Студент заочної форми – 1 оцінку. До уваги береться активність студента під час проведення навчальної психотерапевтичної групи.</p> <p>90–100 балів – «Відмінно» (A) Тему засвоєно повністю, без прогалин. Студент вільно володіє поняттєвим апаратом, демонструє аналітичне та критичне мислення. Відповіді містять уміння аналізувати, диференціювати, узагальнювати інформацію, робити власні висновки. Продемонстровано навички оцінювання фактів, подій та прогнозування результатів рішень.</p>

Використано не лише лекційний матеріал і підручники, а й **посилання на сучасні наукові джерела, актуальні дослідження.**

Відповіді логічні, аргументовані, структуровані.

Студент бере активну участь у навчальній груповій роботі, здійснює її аналіз

80–89 балів – «Добре» (B)

Тема засвоєна повністю, без істотних прогалин.

Студент уміє аналізувати, систематизувати, узагальнювати інформацію.

Надано повну відповідь на всі питання плану семінару.

Можливі **незначні неточності** чи **несуттєві помилки**, які не спотворюють змісту.

Уміння працювати з практичними завданнями сформовані, але потребують подальшого вдосконалення.

Студент бере активну участь у навчальній груповій роботі, здійснює її аналіз

70–79 балів – «Добре» (C)

Відповідь здебільшого **репродуктивного характеру** (відтворення матеріалу без глибокого аналізу).

Відсутня цілісність у сприйнятті теми.

Допускаються неточності у використанні термінів та категорій.

Аналітичні вміння розвинені недостатньо, проте базове розуміння теми присутнє.

Студент бере участь у навчальній груповій роботі, здійснений аналіз поверхневий

60–69 балів – «Задовільно» (D)

Знання фрагментарні, з помітними прогалинами.

Відповіді неповні, нечіткі, часто позбавлені логічної послідовності.

Простежується **невміння інтегрувати матеріал**, застосовувати знання на практиці.

Не дано відповіді на окремі питання плану семінару.

Студент практично не виявляє активності у групових формах роботи на парах, не здійснює її аналіз

50–59 балів – «Задовільно» (E)

Знання поверхові, значні прогалини у засвоєнні матеріалу.

	<p>Відповідь здебільшого неповна або неструктурована. Студент проявляє лише мінімальний рівень репродуктивних знань. Відсутні приклади, аргументація, не продемонстровано практичного застосування знань. Студент присутній на груповій роботі, проте практично не виявляє активності, не здійснює аналізу</p> <p>0–49 балів – «Незадовільно» Основні питання теми не засвоєні. Відсутнє вміння аналізувати, систематизувати, узагальнювати інформацію. Відповідь фрагментарна або відсутня. Не виконано завдання семінару, не продемонстровано мінімальних навичок роботи з матеріалом.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	Студент допускається до екзамену, якщо виконає всі практичні та набере впродовж семестру не менше як 25 балів.
Підсумковий контроль	Екзамен. Передбачено письмові відповіді на білети. За умови дистанційного навчання (онлайн, заочна форма) екзамен проходитиме у тестовій формі на платформі дистанційного навчання d-learn.

7. Політика навчальної дисципліни

<p>Письмові роботи: Практичні завдання здається згідно визначених термінів. Практичне завдання 1 здається після вивчення теми 4. Практичне завдання 2 – після проведення навчальних психотерапевтичних груп викладачем на парах. Тести до тем виконуються впродовж 3 днів після відповідного практичного заняття. Якщо студент денної форми здає тестові та практичні завдання пізніше зазначених термінів, зокрема вкінці курсу – зниження балів на 15-20%.</p> <p>Студенти заочної форми навчання виконують всі завдання (тести до тем, практичні завдання, контрольну роботу) за тиждень до початку заліково-екзаменаційної сесії. Якщо студент заочної форми навчання не здає завдання вчасно – зниження балів (тести – на 15-20%, практичні завдання – на 15-20%).</p>
--

Відтермінування здачі практичних завдань у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомої для студента причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації (довідки і т.д.)/

Академічна доброчесність: Політика курсу ґрунтується на принципах академічної доброчесності, що забезпечує її прозорість та законність діяльності і здійснюється на основі відповідних нормативних документів:

Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника

(<https://efund.cnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/24/2024/02/34-04-kodeksu-chesti-prykarpatskoho-natsionalnoho-universytetu-imeni-vasylia-stefanyka.pdf>);

Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника

(https://efund.cnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/24/2023/11/34-06_2022-polozhennia-pro-zapobihannia-akademichnomu-plahiatu-ta-inshym-porushenniam-akademichnoi-dobrochesnosti-1.pdf);

Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника

(<https://efund.cnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/24/2024/02/34-05-polozhennia-pro-zapobihannia-akademichnomu-plahiatu.pdf>);

Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника

(<https://efund.cnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/24/2024/02/34-03-polozhennia-pro-komisiuu-z-pytan-etyky-ta-akademichnoi-dobrochesnosti.pdf>).

Відвідування занять:

Студент має виконати всі завдання курсу. Студент, який пропустив заняття без поважних причин, не отримує бали за усні відповіді, знижуються бали за виконання практичного завдання, яке проводилось на парі. Студент, який пропустив 65% занять без поважних причин – не допускається до іспиту. Студент, який пропустив заняття з поважної причини, має право відпрацювати його. **Пропуски без поважних причин не відпрацьовуються.**

Студенти, які навчаються за **індивідуальним графіком**, виконують всі завдання згідно вимог, проходять тестування за темами. Оцінки за роботу на семінарських заняттях отримують за підготовку презентації по темі (самостійна робота) або ж підготовкою тестів до теми, проте виставляється до 70 % від загальної оцінки.

Якщо студент денної форми **пропустив усі заняття та не виконує завдання курсу** – здати дисципліну можливо шляхом проходження **повторного курсу**

Передбачено додаткові бали за активну участь на семінарських заняттях чи іншу активність

Студент приєднується до курсу на платформу дистанційного навчання **впродовж 1 місяця навчання**. Вкінці семестру студенти не приєднуються на курс.

Неформальна освіта:

Можливі зарахування курсів, які відповідають змісту дисципліни загалом чи її окремих тем. Такі курси зараховуються відповідно як опрацьована тема чи як виконане практичне завдання.

Комунікація з викладачем відбувається посередництвом старости (з приводу актуальних питань), при особливій потребі в'яснити окремі питання індивідуально (які не відображені у силабусі) – через електронну пошту.

8. Рекомендована література

1. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навчальний посібник. 251с <http://surl.li/wbivfd>
2. Групи самопомоги: теорія і практика / Данилів Т. І., Дибайло В. Д., Мартинова Ю. Я., Маслич Б. В., Полякова К. О., Старовойтенко О. І. Київ, 2021. 70с. <https://www.undp.org/uk/ukraine/publications/hrupy-samodopomohy-teoriya-i-raktyka>
3. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / за заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с. <https://lib.iitta.gov.ua/723324/1/posibnyk-grupovi-formy.pdf>
4. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Теорія та практика психологічних тренінгів. К.- Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 209 с. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721625/1/Zlyvkov_Lukomska.pdf
5. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с. <http://surl.li/pxmmwn>
6. Мушкевич М. І., Чагарна С.Є. Основи психотерапії : навч. Посіб. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с <https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/2025/01/153588416.pdf>
7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2./ Л. Царенко, Т. Вебер, М. Войтович, Л. Гриценко, В. Кочубей, Л. Гридковець – Київ, 2018. – 240 с. <https://www.osce.org/files/f/documents/a/c/430829.pdf>

8. Карпенко Є. Методи сучасної психотерапії : навч. посібник. Дрогобич : Посвіт, 2015. с.115. <https://surl.li/hejrhe>
9. Матійків І.М. Тренерська майстерність: теорія і практика. Практикум для тренерів: метод. посібник. Львів : СПОЛОМ, 2021. 224с.
10. Практикум із групової психокорекції: підручник / С.Д. Максименко, О.О. Прокоф'єва, О.В. Царькова, О.В. Кочкурова. Мелітополь: Видавничополіграфічний центр «Люкс», 2015. 414 с. <https://surl.li/qazjrm>
11. Приц А., Викукаль Е. Груповий психоаналіз: Теорія. Техніка. Застосування [Текст]. Львів : Астролябія, 2006. 312 с.
12. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: активне соціально-психологічне навчання [Текст]: навч. Посібник. К. : Вища школа, 2004. 679 с.
13. Яцина О. Ф. Основи психотерапії: практикум. Навчально-методичний посібник. Ужгород, 2021. 80 с. https://books.ndcnangu.co.ua/books/praktykumpsykhoterapii_2021_Yatsyna.pdf

Викладач

Оксана ЧУЙКО,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри соціальної психології