

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра менеджменту охорони здоров'я

Силабус навчальної дисципліни
«Когнітивно-поведінковий підхід в консультуванні»

Обсяг навчальної дисципліни	Загальна кількість годин на дисципліну: 90 годин, 3 кредити ЄКТС. 1 рік навчання
Дні, час, місце проведення навчальної дисципліни	За розкладом занять. Кафедра менеджменту охорони здоров'я. Одеса, вул. Пастера, 2а.
Викладач(-і)	професор кафедри, д.псих.н., проф. Литвиненко Ольга Дмитрівна доцент кафедри, к.і.н., доц. Дружкова Ірина Сергіївна доцент кафедри, к.псих. н. Ковальова Марія Володимирівна асистент кафедри: магістр Терещенко Ольга Олегівна
Контактна інформація	Довідки за телефонами: Кусик Наталія Львівна, канд.ек.наук, доц., відповідальна за навчально-методичну роботу кафедри, E-mail: nataliia.kusyk@onmedu.edu.ua . Лаборант кафедри E-mail: moz@onmedu.edu.ua Очні консультації: з 14.00 до 16.00 кожного четверга Онлайн - консультації: з 16.30 до 18.30 кожного четверга. Посилання на онлайн - консультацію надається кожній групі під час занять окремо.

КОМУНІКАЦІЯ

Комунікація зі здобувачами буде здійснюватися аудиторно (очно).

Під час дистанційного навчання комунікація здійснюється через платформу Microsoft Teams, а також через листування електронною поштою, месенджери Viber (через створені у Viber групи для кожної групи, окремо через старосту групи).

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Предмет вивчення дисципліни. Дисципліна ознайомлює здобувачів із когнітивно-поведінковим підходом у психологічному консультуванні. Дисципліна формує розуміння ключових понять КПТ, навички побудови консультативного процесу, застосування базових технік та етичних принципів роботи консультанта. Опанування дисципліни забезпечує підготовку до ефективного використання когнітивно-поведінкових стратегій у професійній практиці.

Мета дисципліни: ознайомитись із сутністю консультування в когнітивно-поведінковому підході та формування навичок психологічної практики у даному підході.

Завдання дисципліни:

1. Сформувати у здобувачів вищої освіти цілісне уявлення про сутність когнітивно-поведінкового підходу в психологічному консультуванні та його місце серед інших психотерапевтичних напрямів.
2. Ознайомити з методологічними та теоретичними засадами когнітивно-поведінкової терапії, її ключовими концептами, поняттями та структурами.
3. Засвоїти базові моделі формування та підтримання психологічних проблем у межах КПТ та механізми впливу когнітивних і поведінкових стратегій на емоційний стан клієнта.

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра менеджменту охорони здоров'я

4. Ознайомити з сучасними модифікаціями КПТ («третя хвиля») та етичними аспектами практики консультанта.

Очікувані результати навчання:

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен:

Знати:

1. Основні поняття, категорії, моделі та принципи когнітивно-поведінкового підходу.
2. Структуру консультативного процесу, особливості формулювання запиту, побудови цілей та взаємодії з клієнтом.
3. Базові техніки когнітивно-поведінкової терапії.

Вміти:

1. Проводити первинну діагностику запиту клієнта, створювати базову концептуалізацію випадку, формувати структуру консультації та план інтервенції.
2. Використовувати базові інструменти КПТ у рамках рольових ігор та симуляцій.
3. Застосовувати навички психоедукації, самоспостереження та формулювання домашніх завдань у межах психоконсультативної практики.
4. Оцінювати межі власної компетентності, етичні ризики та необхідність супервізійного супроводу.

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Форми і методи навчання.

Дисципліна буде викладатися у формі лекцій; практичних занять; організації самостійної роботи здобувача.

Методи навчання.

Лекція.

Практичні заняття: словесні методи: бесіда, пояснення, дискусія, обговорення проблемних ситуацій; наочні методи: ілюстрація (у тому числі мультимедійні презентації); практичні методи: виконання тестових завдань, вирішення ситуаційних завдань.

Самостійна робота: самостійна робота з рекомендованою основною та додатковою літературою, з електронними інформаційними ресурсами, підготовка до практичних занять; самостійне виконання індивідуального завдання, підготовка доповіді та презентації для захисту індивідуального завдання.

Зміст навчальної дисципліни:

ТЕМА 1. Теоретичні основи когнітивно-поведінкового підходу

Історія становлення когнітивно-поведінкової терапії (КПТ). Базові принципи та концептуальні положення когнітивно-поведінкового підходу в психологічній практиці. Змістовий аналіз і практичне застосування класифікація когніцій у КПТ - підході. Базові припущення когнітивно-поведінкового підходу щодо формування та підтримання психологічних труднощів. Місце КПТ серед інших підходів у психологічному консультуванні

ТЕМА 2. Структура та процес когнітивно-поведінкового консультування

Етапи та структура проведення сесій у когнітивно-поведінковому консультуванні. Психоедукація як інструмент підвищення обізнаності клієнта про природу психологічних труднощів. Застосування техніки сократичного діалогу в роботі з автоматичними думками та глибинними переконаннями. Поведінковий експеримент і щоденники самоспостереження як засоби активної участі клієнта в консультативному процесі. Роль міжсесійної активності клієнта у забезпеченні ефективності психологічного консультування.

ТЕМА 3. Робота з автоматичними думками та когнітивними спотвореннями у консультуванні

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра менеджменту охорони здоров'я

Механізми формування автоматичних думок та їх вплив на емоційний стан і поведінку особистості. Алгоритми роботи з автоматичними думками к процесі консультування. Поширені форми когнітивних викривлень та їх роль у формуванні емоційних розладів. Когнітивні викривлення як мішені психологічного консультування.

ТЕМА 4. Робота з глибинними переконаннями та поведінковими реакціями у когнітивно-поведінковому консультуванні

Видами дезадаптивних переконань, механізмами виникнення та їх ролі в підтриманні проблемних емоційних і поведінкових реакцій. Психологічні підходи до ідентифікації глибинних переконань. Психологічна модель підтримуючих циклів: взаємозв'язок переконань, емоцій та поведінки. Підходами до роботи з дезадаптивними поведінковими реакціями: поведінкова активація, експозиція та підкріплення.

ТЕМА 5. Сучасні модифікації когнітивно-поведінкового підходу (КПТ третьої хвилі)

Застосування діалектично поведінкової терапії (DBT) у консультуванні клієнтів із складними емоційними станами. Терапія прийняття та відповідальності (АСТ). Огляд ключових процесів АСТ: когнітивну дефузію, прийняття, усвідомленість, цінності та зобов'язання як основи консультативної практики. Схема-терапія, як підхід до трансформації ранніх дезадаптивних схем у консультуванні дорослих клієнтів Розгляд концепції схем, модальностей та стратегій роботи з глибинними емоційними структурами особистості.

Перелік рекомендованої літератури:

Основна:

1. Психотерапія за Габбардом: посібник: 2-е видання / за ред. Голлі Крісп, Глена О. Габбарда. Видавництво: Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина». 2024. 912 с.
2. Тривоги, травми та obsесивно-компульсивні розлади: посібник Американської психіатричної асоціації: 3-є видання / за ред. Наомі М. Саймон, Еріка Голландера, Барбари О. Ротбаум, Дена Дж. Стайна. Видавництво: Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина». 2025. 855 с.
3. Ліхі Р. Техніки когнітивної терапії. Посібник психотерапевта. Київ: Науковий світ. 2023. 748 с.
4. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів: Галицька видавнича спілка, 2021. 416 с.

Додаткова:

1. Абрамовіч Дж. С., Джейкобі Раян Джейн. Obsесивно-компульсивний розлад у дорослих. Львів: Свічадо, 2018. 156 с.
2. Ентоні М., Рова К. Розлад соціальної тривоги. Львів: Свічадо, 2018. 122 с.
3. Рем Л. Депресія. Львів: Свічадо, 2022. 112 с.
4. Батлер Д. Подолати соціальну тривогу. Львів: Свічадо, 2014. 96 с.
5. Вайтгед Л. Подолати розлад харчової поведінки. Львів: Свічадо, 2014. 112 с. 11
6. Вестбрук Д. Подолати депресію. Львів: Свічадо, 2014. 92 с.
7. Вестбрук Д., Моррісон Н. Подолати obsесивно-компульсивний розлад. Львів: Свічадо, 2016. 80 с.
8. Вестбрук Д., Рауф Х. Подолати панічний розлад. Львів: Свічадо, 2014. 74 с.
9. Клонські Д., Дженніфер Дж. Несуїцидна самоушкоджувальна поведінка. Львів: Свічадо, 2022. 152 с.
10. Маркер К., Ейлворд Е. Генералізований тривожний розлад. Львів: Свічадо, 2017. 123 с.
11. Сандерс Д. Подолати фобію. Львів: Свічадо, 2014. 88 с.
12. Арнц А., Якоб Г. Схема-терапія: модель роботи з частками. Львів: Свічадо, 2014. 264 с.

Інформаційні ресурси:

1. Актуальні проблеми психології». Наукові праці Інституту психології імені Г.С. Костюка

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра менеджменту охорони здоров'я

- НАПН України. Режим доступу: <http://appspsychology.org.ua/index.php/ua/dlia-avtoriv>
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/>
3. Психологічна бібліотека Київського Фонду сприяння розвитку психічної культури. Режим доступу: <http://psylib.kiev.ua/>
4. American Psychologist. Journal of American Psychological Association. Режим доступу: <https://www.apa.org/pubs/journals/amp>
5. Journal of Personality and Social Psychology. Journal of American Psychological Association. Режим доступу: <https://www.apa.org/pubs/journals/psp/>
6. Science: (AAAS). Режим доступу: <http://www.sciencemag.org> Taylor & Francis. Режим доступу: <http://www.informaworld.com>
7. ScienceDirect. Режим доступу: www.sciencedirect.com

ОЦІНЮВАННЯ

Форми і методи поточного контролю: усний контроль: індивідуальне опитування за питаннями відповідної теми; письмовий контроль: оцінювання розв'язання ситуаційних завдань (в т.ч. розрахункових), оцінювання виконання індивідуального завдання; тестовий контроль: оцінювання виконання тестових завдань за темами.

Критерії поточного оцінювання на практичному занятті

Оцінка	Критерії оцінювання
Відмінно «5»	Здобувач бере активну участь на занятті; демонструє глибокі знання, дає повні та детальні відповіді на запитання; бере активну участь у обговоренні проблемних ситуацій, користується додатковою навчально-методичною та науковою літературою; вміє сформулювати своє ставлення до певної проблеми; висловлює власні міркування, наводить доцільні приклади; вміє знаходити найбільш адекватні форми розв'язання суперечностей. Тестові завдання виконані в повному обсязі, всі 100% відповідей на запитання є правильними, відповіді на відкриті питання – повні та обґрунтовані. Здобувач вільно вирішує ситуаційні завдання, впевнено демонструє практичні навички за темою заняття та вірно інтерпретує отримані дані, висловлює власну креативну думку з теми завдання, демонструє творче мислення.
Добре «4»	Здобувач бере участь на занятті; добре володіє матеріалом; демонструє необхідні знання, але дає відповіді на запитання з деякими помилками; бере участь у обговоренні проблемних ситуацій, користується основною навчально-методичною та науковою літературою; висловлює власну думку з теми заняття. Тестові завдання виконані в повному обсязі, не менш ніж 70% відповідей на запитання є правильними, відповіді на відкриті питання - загалом правильні, проте наявні деякі помилки у визначеннях. Здобувач вірно вирішує ситуаційні завдання, але допускає незначні неточності та демонструє більш стандартизовані практичні навички за темою заняття при вірній інтерпретації отриманих даних, висловлює власну думку з теми завдання, демонструє критичне мислення.
Задовільно «3»	Здобувач іноді бере участь на занятті; частково виступає і задає питання; допускає помилки під час відповідей на запитання; показує пасивну роботу на практичних заняттях; показує фрагментарні знання понятійного апарату і літературних джерел. Тестування виконано в повному обсязі, не менш ніж 50% відповідей є правильними, відповіді на відкриті питання - не логічні, з явними суттєвими помилками у визначеннях. Здобувач не достатньо володіє матеріалом для

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра менеджменту охорони здоров'я

	вирішення ситуаційних завдань, невпевнено демонструє практичні навички за темою заняття та інтерпретує отримані дані з суттєвими помилками, не висловлює свою думку з теми ситуаційного завдання.
Незадовільно «2»	Здобувач не бере участь на занятті, є лише спостерігачем; ніколи не виступає і не задає питання, незацікавлений у вивченні матеріалу; дає неправильні відповіді на запитання, показує незадовільне знання понятійного апарату і літературних джерел. Тестування не виконано. Ситуаційне завдання не виконано.

Форми і методи підсумкового контролю: залік.

Залік виставляється здобувачу, який виконав усі завдання робочої програми навчальної дисципліни, приймав активну участь у практичних заняттях, виконав індивідуальне завдання та має середню поточну оцінку не менше ніж 3,0 і не має академічної заборгованості.

САМОСТІЙНА РОБОТА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Самостійна робота: самостійна робота з рекомендованою основною та додатковою літературою, з електронними інформаційними ресурсами, підготовка до практичних занять; самостійне виконання індивідуального завдання, підготовка презентації для захисту індивідуального завдання.

ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Політика щодо дедлайнів та перескладання:

- Пропуски занять з неповажних причин відпрацьовуються за розкладом черговому викладачу.
- Пропуски з поважних причин відпрацьовуються за індивідуальним графіком з дозволу деканату.

Політика щодо академічної доброчесності:

Обов'язковим є дотримання академічної доброчесності здобувачами, а саме:

- самостійне виконання всіх видів робіт, завдань, форм контролю, передбачених робочою програмою даної навчальної дисципліни;
- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;
- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

Неприйнятними у навчальній діяльності для учасників освітнього процесу є:

- використання родинних або службових зв'язків для отримання позитивної або вищої оцінки під час здійснення будь-якої форми контролю результатів навчання або переваг у науковій роботі;
- використання під час контрольних заходів заборонених допоміжних матеріалів або технічних засобів (шпаргалок, конспектів, мікро-навушників, телефонів, смартфонів, планшетів тощо);
- проходження процедур контролю результатів навчання підставними особами.

За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності:

- зниження результатів оцінювання індивідуального опитування, виконання тестових завдань, оцінки за розв'язання ситуаційних завдань, виконання індивідуального завдання, заліку тощо;
- повторне проходження оцінювання (тестових завдань, ситуаційних завдань, індивідуального завдання, заліку тощо);
- призначення додаткових контрольних заходів (додаткові ситуаційні завдання, індивідуальні

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра менеджменту охорони здоров'я

завдання, тести тощо);

- проведення додаткової перевірки інших робіт авторства порушника.

Політика щодо відвідування та запізнь:

Стан здоров'я: здобувачі хворі на гострі інфекційні захворювання, у тому числі на респіраторні хвороби, до заняття не допускаються. Запізнення на заняття – не припустимі. Здобувач, який спізнився на заняття, може бути на ньому присутній, але якщо в журналі викладач поставив «нб», він повинен його відпрацювати у загальному порядку.

Використання мобільних пристроїв:

Використання будь-яких мобільних пристроїв заборонено. При порушенні даного пункту здобувач має покинути заняття та в журналі викладач ставить «нб», яку він повинен відпрацювати у загальному порядку.

Мобільні пристрої можуть бути застосовані здобувачами з дозволу викладача, якщо вони потрібні для виконання завдання.

Поведінка в аудиторії:

Поведінка здобувачів та викладачів в аудиторіях має бути робочою та спокійною, суворо відповідати правилам, встановленим Положенням про академічну доброчесність та етику академічних взаємин в Одеському національному медичному університеті, у відповідності до Кодексу академічної етики та взаємин університетської спільноти Одеського національного медичного університету, Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату у науково-дослідній та освітній роботі здобувачів вищої освіти, науковців та викладачів Одеського національного медичного університету.