

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ОДЕСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені І. І. МЕЧНИКОВА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ І СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Групова психотерапія

Електронні методичні рекомендації
до курсу для студентів
другого (магістерського) рівня вищої освіти

ОДЕСА
ОНУ
2023

УДК 159.98
Г61

Укладач:

М.Е. Білова, кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології Одеського національного університету імені І. І. Мечникова;

Рецензенти:

О.І. Кононенко, доктор психологічних наук, професор, завідувача кафедрою соціальної психології ФПСР ОНУ імені І.І. Мечникова.

М.К. Кременчуцька, кандидат психологічних наук, професор кафедри диференціальної і спеціальної психології ФПСР ОНУ імені І.І. Мечникова.

*Рекомендовано вченою радою факультету
психології та соціальної роботи ОНУ імені І. І. Мечникова.
Протокол № 1 від 13. 09. 2023 р.*

Групова психотерапія [Електронний ресурс] : електрон. метод. рекомендації з курсу «Групова психотерапія» для студ. другого (магістерського) рівня вищої освіти / уклад. М. Е. Білова. – Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2023. – 28 с. – 0,5 МБ.

Методичні рекомендації містять зміст та основні питання щодо засвоєння дисципліни «Групова психотерапія» для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія»

Методичні рекомендації призначено для студентів денної та заочної форми навчання факультету психології та соціальної роботи ОНУ імені І.І. Мечникова і можуть бути використані студентами й викладачами факультету для вдосконалення та поширення професійних компетентностей. Ціль методичних рекомендацій – надати методичну допомогу студентам в організації учбово-дослідницької та практичної професійної діяльності.

УДК 159.98

© Одеський національний університет
імені І. І. Мечникова, 2023

ЗМІСТ

Вступ	4
Тематичний план дисципліни «Групова психотерапія»	6
Зміст практичних занять	8
Теми для самостійного засвоєння матеріалів курсу	14
Методичні рекомендації до вивчення курсу «Групова психотерапія»	16
Методичні вказівки до виконання рефератів.	16
Методичні вказівки до виконання есе.	18
Методичні вказівки до виконання презентацій.	19
Питання до підсумкового контролю	21
Список рекомендованої літератури	23
Додаток 1	26
Додаток 2	27

ВСТУП

Курс «Групова психотерапія» є компонентом в структурі базової психологічної освіти і поряд з іншими курсами закладає основи професійної підготовки студентів. Курс має, перш за все, теоретичну спрямованість, розкриваючи значення основних теоретичних понять, пов'язаних з вивченням методології та методів групової психотерапевтичної роботи. Курс в значній мірі пов'язаний і з прикладними завданнями сучасної психологічної практики. Групова психотерапія – це відносно нова галузь професійної діяльності психолога-практика, яка порівняно недавно – в першій половині ХХ сторіччя - зародилася та виділилася з психотерапії як самостійний напрям психологічної практики. Групова психотерапія - це дієвий інструмент для подолання різноманітних проблем, особистісного зростання та розвитку її учасників, розкриття внутрішніх ресурсів і сильних сторін. Групова робота буває ефективнішою за індивідуальну терапію тому що учасники відпрацьовують нові навички як у групі, так і в повсякденних стосунках, отримують зворотній зв'язок та підтримку від інших членів групи, а також від психотерапевта, поліпшують та поширюють індивідуальний рольовий репертуар та набувають новий опит соціальної взаємодії. Сьогодні група психотерапія - один з провідних та активно розроблюваних напрямів сучасної психології, який характеризується високою затребуваністю серед людності та вимагає спеціальної професійної підготовки фахівців, яка дозволе ефективно організувати та впроваджувати психотерапевтичну допомогу різним категоріям клієнтів.

Вивчення дисципліни допоможе студентами засвоїти професійно-важливі теоретичні знання щодо здійснення професійної діяльності; сформувати практичні навички роботи з групою; розвинути особисті якості, необхідні в роботі психолога-практика.

Теоретичною основою курсу є такі дисципліни як загальна психологія, соціальна психологія, вікова психологія, диференціальна психологія,

психологія родини, клінічна психологія, патопсихологія, психодіагностика, основи психотерапії, теоретичні основи психологічного тренінгу та інші.

Мета курсу: створення умов для засвоєння студентами основних загальних уявлень щодо методологічних, науково-методичних та прикладних проблем групової психотерапевтичної роботи з точки зору їх впровадження в практичну діяльність.

Завдання курсу:

- ознайомити здобувачів з сучасними підходами до групової психотерапевтичної роботи;
- сформулювати знання основних методів і технологій групової психотерапії;
- сформулювати знання особливостей групового психотерапевтичного процесу.
- сформулювати навички володіння методами впливу в процесі групової психотерапії;
- розвинути навички діагностики, розуміння, використання і управління особливостями групової динаміки.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен **знати:**

- світові тенденції сучасної групової психотерапії;
- можливості, основні переваги та обмеження групової психотерапії;
- сфери застосування групової психотерапії;
- особливості групового психотерапевтичного процесу.

вміти:

- формулювати загальні та спеціальні цілі групової психотерапії;
- будувати програми проведення групової психотерапії відповідно до цілей конкретної терапевтичної групи;
- демонструвати навички діагностики та впливу на різних стадіях роботи психотерапевтичної групи.

Тематичний план дисципліні «Групова психотерапія».

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ГРУПОВА ПСИХОТЕРАПІЯ ЯК НАПРЯМОК ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА-ПРАКТИКА.

Тема 1. Специфічні особливості групової психологічної роботи. Історія становлення та розвитку групової психотерапії. Групова психотерапія в широкому та вузькому розумінні. Завдання психотерапії. Моделі психотерапії: медична, психологічна, філософська та соціальна, педагогічна еkleктична. Теоретико-методологічні підходи до вивчення групової психотерапії. Поняття «Групова психотерапія», «психотерапевтична група». Цілі групової психотерапії. Можливості групової психотерапії. Основні переваги групової роботи у психотерапії. Обмеження групової психотерапії. Сфери застосування групової психотерапії.

Тема 2. Особливості психотерапевтичної взаємодії групи. Типологія психотерапевтичних груп. Аналіз критеріїв класифікації та види психотерапевтичних груп. Основні критерії класифікації груп у груповій психотерапії (з погляду різних дослідників). Види психотерапевтичних груп з точки зору реалізації цілей. Види психотерапевтичних груп з точки зору різних теорій особистості. Основні компоненти впливу в процесі групової психотерапії. Основні терапевтичні чинники взаємодії. Заохочення надії. Універсальність. Інформування. Альтруїзм. Корекція досвіду первинної сім'ї. Вдосконалення соціальних навичок. Імітаційна поведінка. Міжособистісне навчання. Згуртованість групи. Інсайт як психотерапевтичний фактор групи.

Тема 3. Особистісні професійної діяльності групового психотерапевта.

Вимоги до особистості групового психотерапевта. Професійно важливі якості і риси; професійні знання, вміння, навички групового психотерапевта. Особливості підготовки групового психотерапевта. Роль власного психотерапевтичного досвіду у становленні групового психотерапевта як фахівця. Саморозкриття групового психотерапевта в психотерапевтичній групі:

завдання та межі. Стили та техніки роботи групового психотерапевта. Професійні здібності групового терапевта: активне слухання, переформулювання тверджень (перефразування), пояснення, узагальнення, питання, інтерпретація, конфронтація, відображення почуттів, надання підтримки, емпатія, фасилітація та ін. Особливості вираження почуттів терапевта як фактор ефективності групової психотерапії. Найчастіші помилки у використанні навичок терапевта у групі.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ОСОБЛИВОСТІ ГРУПОВОГО ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОГО ПРОЦЕСУ.

Тема 4. Робота групи на різних стадіях терапевтичного процесу. Основні правила роботи психотерапевтичної групи. Діагностика групового процесу на перших етапах роботи терапевтичної групи. Рефлексія терапевта як чинник ефективної роботи групи. Кризові ситуації у психотерапевтичній групі. Відбір учасників психотерапевтичної групи. Протипоказання до участі у психотерапевтичній групі. Розмір групи. Частота та тривалість зустрічей психотерапевтичної групи. Загальна тривалість роботи. Короткострокова групова психотерапія. Конфлікти учасників групи із терапевтом: основні причини. Конфлікти між учасниками групи. Чотири основні джерела конфліктів між учасниками групи. Підгрупи у терапевтичній групі. Попередня зустріч: основні завдання. Перша зустріч психотерапевтичної групи: зміст, основні завдання. Основні характеристики перехідної стадії групи. Продуктивна стадія групи: основні компоненти. Основні чинники динаміки групи на продуктивній стадії. Особливості завершальної стадії роботи терапевтичної групи. Завдання терапевта на завершальній стадії. Контрольна зустріч терапевтичної групи. Оцінка ефективності роботи психотерапевтичної групи.

Тема 5. Сучасні технології групової психотерапії. Умови та механізми реалізації психотерапевтичного потенціалу терапевтичної групи. Опір у роботі терапевтичної групи. Форми опору. Основні методи прояви опору: мовчання, пасивність, поради учасників, втіха, монополістична поведінка, залежність,

моральна перевага та інших. Основні причини відходу учасника із групи. Перенос і контрперенесення в психотерапевтичній групі. Основні методи групової психотерапії. Допоміжні методи групової психотерапії. Психодіагностична та психотерапевтична функції групових методів. Невдачі групової психотерапії. Основні принципи етики у груповій психотерапії.

Зміст практичних занять.

Практичне заняття 1. Тема: «Визначення цілей психотерапевтичної групи відповідно до тривалості роботи групи, категорії учасників».

Питання для обговорення:

1. Терапевтичні чинники впливу у психотерапевтичній групі.
2. Групова динаміка в психотерапевтичній групі та її характеристика.
3. Цілі та завдання, норми групи. Структура групи, групові ролі та проблеми лідерства.
4. Фази розвитку психотерапевтичної групи.
5. Проблема співвідношення професійних навичок та особистісних особливостей психотерапевта.
6. Основні ролі групового психотерапевта (Ялом, Кратохвіл).

Практичне завдання.

Вправа 1. «Психотерапевтичне середовище».

Ціль вправи: уточнення загальних та індивідуальних уявлень про зміст та організацію групової психотерапевтичної роботи.

Матеріали та обладнання: ручка, зошити для практичних занять, папери, фломастери, маркери чи кольорові олівці для малювання.

Зміст вправи. Студентам пропонується уявити, що кожен з них - груповий терапевт і йому необхідно обладнати приміщення для проведення групової психотерапевтичної роботи: в деталях описати технічне та естетичне оформлення приміщення, накреслити схему чи намалювати свої уяви щодо розташування обладнання, інтер'єру, кольорової гами тощо. Далі – по черзі

кожен студент презентує, обґрунтовує та демонструє групі свій варіант організації психотерапевтичного простору.

Вслід, у загальному колі студенти обговорюють індивідуальне бачення кожного та складають загальний перелік необхідного і достатнього обладнання приміщення для групової психотерапевтичної роботи.

Зворотній зв'язок.

Вправа 2. «Самоаналіз власних можливостей».

Ціль вправи: рефлексія професійної самоідентифікації; вдосконалення розуміння власних можливостей використання психологічних знань у груповій психотерапевтичній практиці.

Зміст вправи. Кожен студент розповідає про своє особисте бачення організації та реалізації роботи терапевтичної групи: освітлює тематику, цільову аудиторію, цілі, завдання, коло питань, з якими, на його власний погляд, було б цікаво та доцільно (з урахуванням власного опиту та рівня знань) працювати в якості групового психотерапевта.

Зворотній зв'язок.

Домашнє завдання для підготовки к практичному заняттю 1.

1. Опрацювати навчально-методичну літературу та підготуватися до відповіді на пропоновані запитання. [1, 2, 6].

Практичне заняття 2. Тема: «Критерії відбору учасників групи, способи підготовки учасників до групової роботи, методи експрес-діагностики групової динаміки в процесі роботи».

Питання для обговорення:

1. Підготовчі процедури, комплектування психотерапевтичної групи.
2. Показання та протипоказання участі в терапевтичній групі.
3. Форми роботи в груповій психотерапії: міні-лекції, дискусії, питання, вправи, психогімнастика, релаксація.
4. Можливості застосування групової психотерапії для зміни установок та адаптації особистості.

5. Типові проблеми групового провідного групи.
6. Співбесіди із кандидатами на участь у терапевтичній групі.

Практичне завдання:

Вправа 1. «Рефлексія навичок професійного спостереження».

Ціль вправи. Відпрацювання певних професійних навичок групової взаємодії; формування практичного досвіду керівництва групою; розвиток навичок сприйняття групи як цілісного організму.

Зміст вправи. Група поділяється на підгрупи по 5 – 6 чоловік. У підгрупі один з учасників виступає в якості ведучого. Він пропонує, обговорити довільну тему, наприклад, поговорити про те, що таке добро та зло, про здоровий спосіб життя, про сучасні відношення до виховання дітей та ін.. Темі пропонуються з урахуванням особливостей контингенту учасників групи. Ведучий не втручається у те, що відбувається. Його завдання описувати вголос усе, що він помічає у поведінці учасників: просторове розташування, пози, жести, вербальну активність, вербальні та невербальні взаємодії. До змісту розмови вникати не обов'язково. Основне завдання ведучого описувати то, що він спостерігає та не відхилятися на оцінювання та інтерпретації помічених фактів (наприклад, «учасник А. агресивний», «спілкування йде дуже повільно», «учасниця Б. не входить у розмову, тому що вона дуже невпевнена у собі»). Водночас, ведучий намагається спостерігати за власними мислями, почуттями. Поведінкою.

Зворотній зв'язок.

Вправа 2. «Групова дискусія».

Ціль вправи. Розвиток навичок організації внутрішньогрупової взаємодії.

Зміст вправи. У групі студентів обирається ведучий, якому необхідно організувати дискусію на одну з пропонованих тем: «Що відбувається у нашій групі?», «Чому людина йде в терапевтичну групу?», «Ефективний групової терапевт, - який він?» і т. п.. Ведучий прагне максимально залучити до обговорення всіх учасників та використовує для цього певні техніки:

інформування, надання підтримки, вислуховування, емпатія та ін.. Ведучий спостерігає за часом проведення вправи та динамікою групових процесів.

Зворотній зв'язок.

Домашнє завдання для підготовки к практичному заняттю 2.

1. Опрацювати навчально-методичну літературу та підготуватися до відповіді на пропоновані запитання. [1, 3, 5].
2. У зошитах для практичних занять описати способи експрес-діагностики учасників групи.

Практичне заняття 3. Тема: «Теоретичні моделі роботи психотерапевтичної групи. Підбір можливих технік роботи у групі з опорою на певний психотерапевтичний напрям».

Питання для обговорення:

1. Психоаналітичний підхід. Основні положення. Методи та техніки у роботі з групами.
2. Тілесно-орієнтована терапія В. Райха. Основні положення. Методи та техніки у роботі з групами.
3. Терапія, центрована на групі (клієнти) К. Роджерса. Основні положення. Методи та техніки у роботі з групами.
4. Когнітивно-поведінкова психотерапія. Основні положення. Методи та техніки у роботі з групами.
5. Гештальт-терапія. Основні положення. Методи та техніки у роботі з групами.
6. Психодраматичний підхід у роботі з групами. Основні процедури. Методи та техніки терапії.
7. Екзистенційна психотерапія. Основні положення. Методи та техніки у роботі з групами.
8. Позитивна психотерапія. Основні положення. Методи та техніки у роботі з групами.
9. Арт-терапія. Основні положення. Методи та техніки у роботі з групами.

Практичне завдання.

Вправа «Психотерапевтичний інструментарій».

Ціль вправи. Відпрацювання певних навичок роботи групового терапевта.

Зміст вправи. Кожен студент обирає один з напрямків психотерапії, докладає про її основні положення, методи та техніки, особливості групової роботи в руслі цього напрямку, готує вправи, які проводить зі студентами у групі.

Приклади тематики доповідей та вправ:

1. Техніки та прийоми психоаналітичної психотерапії: інтерпретація, використання метафор та символів, аналіз опору, аналіз переносу та контрпереносу, аналіз асоціацій та фантазій, аналіз сновидінь та спогадів.
2. Техніки та прийоми символдрами: переживання образу, робота з рисунками, робота зі стандартними мотивами.
3. Техніки та прийоми клієнт-центрованої терапії К. Роджерса: вербалізація (перефразування), відображення емоцій, встановлення конгруентності.
4. Техніки та прийоми раціонально-емотивної терапії А. Елліса: раціонально-емотивна уява, обговорення та спростування ірраціональних поглядів, когнітивне домашнє завдання, рольова гра.
5. Техніки та прийоми поведінкової терапії: методика «скіл-терапії», негативного впливу, методики, засновані на принципах позитивного та негативного підкріплення.
6. Техніки та прийоми гештальт-терапії Ф. Перлза: експериментальне перебільшення, порожній стілець, гарячий стілець, робота на межі контакту.
7. Техніки та прийоми екзистенційної терапії: відношення з часом, метод парадоксальної інтенції; метод дерефлексії.
8. Техніки та прийоми транзактного аналізу: аналіз індивідуальних проявів его-станів, аналіз транзакцій, аналіз життєвих позицій.

9. Техніки та прийоми нейролінгвістичного програмування: постановка якорів, коло сили, рефреймінг.

Зворотній зв'язок.

Домашнє завдання для підготовки к практичному заняттю 3.

1. Опрацювати навчально-методичну літературу та підготуватися до відповіді на пропоновані запитання. [2, 10, 11, 12].

2. Підготувати доклад, презентацію та практичні вправи для проведення в групі з обраного напрямку групової психотерапії.

Практичне заняття 4. Тема: «Особливості групової психотерапії».

Питання для обговорення:

1. Загальні вимоги до комплектування груп: склад групи (чисельність; віковий, статевий, психологічний склад), критерії однорідності-різномірності тощо.
2. Показання та протипоказання участі у психотерапевтичній групі
3. Відкрита та закрита психотерапевтична група.
4. Місце та умови роботи психотерапевтичній групі.
5. Частота та тривалість занять психотерапевтичній групі.

Практичне завдання:

Вправа 1. «Презентація терапевтичній групі».

Ціль вправи. Розвиток навичок презентації цілей роботи та можливих змін особистісних якостей учасників терапевтичній групі.

Зміст вправи. Кожному студенту пропонується уявити, що він готується проводити нову психотерапевтичну групу. Завдання - представитися та інформувати учасників про цілі групи, форми роботи, можливі результати. Основна мета - зацікавити присутніх участю у групі. Особливу увагу бажано приділити встановленню попереднього контакту, проясненню цілей та процедур групової роботи, потребам конкретної групи.

Зворотній зв'язок.

Домашнє завдання для підготовки к практичному заняттю 4.

1. Опрацювати навчально-методичну літературу та підготуватися до

відповіді на запропоновані запитання. [5,6, 7, 9].

2. У зошиті для практичних занять скласти план роботи психотерапевтичної групи. Теоретично обґрунтувати напрямок психотерапії в руслі якого планується групова робота; прописати: мету, завдання, методи роботи, контингент учасників (вік, статус, стать, кількість і так далі) матеріально-технічне обладнання. Описати очікувані результати.

Теми для самостійного засвоєння матеріалів курсу.

Розподіл завдань відбувається за тематикою курсу таким чином:

Змістовий модуль 1. Групова психотерапія як напрямок діяльності психолога-практика.

Тема 1. Специфічні особливості групової психологічної роботи.

1. Історія розвитку групової психотерапії (реферат).
2. Суть групової психотерапії, як методу практичної психології (реферат).
3. Відмінності групової психотерапії від інших методів психологічної практики (порівняльний аналіз, складання таблиці).
4. Сфери застосування групової психотерапії (презентація).

Тема 2. Особливості психотерапевтичної взаємодії групи.

1. Класифікації груп у груповій психотерапії за різними критеріями (порівняльний аналіз, складання таблиці).
2. Види психотерапевтичних груп з точки зору реалізації цілей (презентація).
3. Види психотерапевтичних груп з точки зору різних теорій особистості (презентація).
4. Основні компоненти впливу в процесі групової психотерапії (презентація).
5. Основні терапевтичні чинники взаємодії (презентація).

Тема 3. Особистісні професійної діяльності групового психотерапевта.

1. Роль власного психотерапевтичного досвіду у становленні групового психотерапевта як фахівця (написання есе).
2. Стили та техніки роботи групового психотерапевта (реферат).
3. Описати і продемонструвати наступні навички: активне слухання, перефразування, пояснення, узагальнення, питання, інтерпретація, конфронтація, відображення почуттів, надання підтримки, емпатія, фасилітація та ін (практичне завдання).
4. Перенесення і контрперенесення в психотерапевтичній групі (реферат).

Змістовий модуль 2. Особливості групового психотерапевтичного процесу.

Тема 4. Робота групи на різних стадіях терапевтичного процесу.

1. Описати і продемонструвати наступні навички: активне слухання, перефразування, пояснення, узагальнення, питання, інтерпретація, конфронтація, відображення почуттів, надання підтримки, емпатія, фасилітація та ін. (практичне завдання).
2. Рефлексія терапевта як чинник ефективної роботи групи (есе).
3. Кризові ситуації у психотерапевтичній групі (презентація).
4. Розробити програму роботи короткострокової групової психотерапії за самостійно обраним напрямком (практичне завдання).
5. Основні методи групової психотерапії (реферат).

Тема 5. Сучасні технології групової психотерапії.

1. Особливості групової динаміки у психотерапевтичній групі (презентація).
2. Описати і продемонструвати навички протидії опору терапії: мовчання, пасивність, поради учасників, втіха, монополістична поведінка, залежність, моральна перевага та інших (практичне завдання).
3. Основні причини відходу учасника із групи (реферат).
4. Описати допоміжні методи групової психотерапії в рамках обраного напрямку (практичне завдання).

5. Психодіагностична та психотерапевтична функції групових методів (написання есе).

Методичні рекомендації до вивчення курсу «Групова психотерапія»

В процесі викладання курсу «Групова психотерапія» студентам пропонуються лекційні та практичні заняття, самостійна робота з літературою і в інформаційних мережах, виконання самостійних завдань – учбових чи наукових, індивідуально-консультативна робота з викладачем. Індивідуально-консультативна робота передбачає взаємодію студентів з викладачем, по-перше, для співбесід по матеріалах, які не засвоєні студентами чи викликають певні труднощі; по-друге, для контакту зі студентами, які виконують творчі завдання, проявляють інтерес і здібності до наукової роботи, по-третє - для відробки пропущених занять.

Для оцінювання знань студентів використовується два види контролю: поточний і підсумковий. Поточний контроль здійснюється у формі оцінок за різні види аудиторної та самостійної роботи – активність на практичних заняттях (участь у обговоренні питань, виконання та презентація вправ, участь у дискусіях тощо), результати виконання творчих завдань, підготовки доповідей, рефератів, презентації, есе, таблиць та виконання практичних вправ.

Підсумковий контроль здійснюється на засаді виконання завдання із самостійного опрацювання певних питань курсу, які оговорюються та оцінюються на практичних заняттях та результату складання заліку.

Методичні вказівки до виконання рефератів.

Реферат — короткий виклад (огляд) змісту однієї або декількох наукових робіт або книг з певної тематики. У рефераті повинно бути якнайповніше розкрито зміст теми, основні теоретичні та фактичні відомості. Розширений, або зведений (за декількома джерелами, оглядовий) реферат містить відомості

про певну кількість робіт з одної теми, викладені у вигляді добре структурованого тексту.

Реферат — перший ступінь на шляху освоєння навиків проведення науково-дослідної роботи, оскільки він є однією з початкових форм подання наукових результатів письмово. Це робота теоретичного характеру із джерелами інформації по аналізу, порівнянню і узагальненню даних, одержаних іншими дослідниками обраної теми. Важливо, що в процесі написання реферату формується власний погляд на проблему.

Оформлення та структура реферату.

Оптимальним вважається обсяг реферату у 10-15 сторінок друкарського тексту. Формат паперу — А 4. Поля: ліворуч - 3 см., справа - 1,5 см., зверху –2,0 см., знизу — 2,0 см.. Кегль - *Times New Roman*. Розмір шрифту - 14. Абзац 1,25 см., міжрядковий інтервал — 1,5.

Реферат повинен мати титульний аркуш (Додаток 1), зміст, вступ, основну частину, висновок та список використаної літератури, який розміщується на останній сторінці рукопису реферату.

На останній сторінці рукопису реферату ставиться підпис його автора і дата закінчення роботи.

Критерії оцінки реферату

Реферати в рамках навчального процесу у вузі оцінюються за наступними головними критеріями:

- уміння підібрати наукову літературу по темі;
- інформаційна насиченість, новизна, оригінальність викладу питань;
- простота і дохідливість викладу;
- структурна організованість, логічність, граматична правильність і стилістична виразність;
- переконливість, аргументованість, практична значущість і теоретична обґрунтованість пропозицій і висновків, зроблених в рефераті.

Методичні вказівки до виконання есе.

Есе - це прозаїчний твір невеликого обсягу та вільної композиції, в якому автор визначає індивідуальні враження та міркування з певної проблематиці або питання.

При написанні есе студент повинен продемонструвати змістовно-теоретичний рівень наукового психологічного знання за темою, що обрав.

Есе повинно відображати особисту думку автора з обраної проблематиці, тобто включати оцінювальні судження - думки, засновані на переконаннях чи поглядах на наукові психологічні дослідження.

Текст есе повинен бути збалансованим: - якщо виражена одна точка зору, бажано, щоб у тексті була проаналізована й протилежна їй.

Оформлення та структура есе.

Оптимальний обсяг есе – 6 -8 сторінок друкарського тексту. Формат паперу — А 4. Поля: ліворуч - 3 см., справа - 1,5 см., зверху –2,0 см., знизу — 2,0 см.. Кегль - Times New Roman. Розмір шрифту - 14. Абзац 1,25 см., міжрядковий інтервал — 1,5.

Зміст есе слід продумувати, логічно будувати та структурувати. Воно повинно мати титульний аркуш (Додаток 2), зміст, вступ, основну частину, висновок, список використаної літератури.

На останній сторінці рукопису есе ставиться підпис його автора і дата закінчення роботи.

Структура есе.

1. Вступ - це стартова ідея (проблема), що пов'язана з певною темою. Вступ визначає тему есе і містить визначення основних понять.

2. Основна частина – це аргументоване викладення основних тез, що базується на аналітичній роботі, в тому числі на основі аналізу фактів.

3. Висновки - це остаточні судження, які логічно випливають з аргументів, висунутих автором, до яких він прийшов у результаті міркувань. Висновки узагальнюють основні ідеї.

Критерії оцінки есе.

- зміст роботи повністю відповідає темі;
- глибоко та аргументовано розкривається тема, що свідчить про знання проблеми;
- чітко сформульована проблема есе, логічно та послідовно викладенні думки;
- написано літературною мовою та стилістично відповідає змісту;
- досягнуто смислової єдності тексту;
- висновки містять судження, що логічно випливають із змісту основної частини.

Методичні вказівки до виконання презентації.

Електронна презентація – це електронний документ, що є набором слайдів, призначених для демонстрації виконаної роботи.

Метою презентації є візуальне уявлення праці автора з розкриття обраної теми.

Схема презентації:

1. Титульний слайд (відповідає титульному аркушу роботи).
2. Цілі та завдання роботи.
3. Основна частина;
4. Висновки;
5. Подяка аудиторії за увагу.

Вимоги до оформлення слайдів

Титульний слайд

Презентація починається зі слайду-титулу, що містить назву учбового закладу, факультету, кафедри; назву дисципліни, з якої складена дана робота; тему роботи; прізвище та ім'я студента, курс та форму навчання; науковий

ступень, посаду, прізвище та ім'я викладача. Як фон першого слайду можна використовувати малюнок або фотографію, що має безпосереднє ставлення до теми презентації, проте текст поверх такого зображення повинен читатися легко. Подібне правило дотримується і для фону інших слайдів. (Додаток 3).

Загальні вимоги

Середня кількість слайдів – 12 - 15.

Дизайн має бути простим та лаконічним.

Оформлення слайду не повинно відволікати увагу слухачів від його змістовної частини.

Завершувати презентацію слід коротким резюме, що містить її основні положення, важливі дані, які було подано у змісті.

Оформлення слайдів.

Всі слайди повинні бути виконані в єдиному стилі (колір, шрифт, розмір, зображення).

Рекомендований розмір одного інформаційного блоку – не більше 1/2 розміру слайду.

Ключові слова в інформаційному блоці потрібно виділити.

Логіка пред'явлення інформації на слайдах у презентації має відповідати логіці її викладу.

Для оформлення презентації слід використовувати стандартні, широко поширені шрифти, такі як Arial, Times New Roman, Calibri та ін.

Розмір шрифту для інформаційного тексту – 18 - 22.

Колірна гама та фон.

Для фону бажано використовувати кольори пастельних тонів.

Колірна гама тексту повинна складатися не більше ніж із двох-трьох кольорів.

Необхідно враховувати поєднання кольору фону і тексту.

Стиль викладання тексту.

На одному слайді слід використовувати мінімум тексту: - чим більше тексту на одному слайді аудиторії, тим з меншою ймовірністю аудиторія його прочитає. Рекомендується поміщати на слайд лише одну тезу.

Критерії оцінки презентації.

- кількість слайдів відповідає змісту;
- наявність титульного слайду та слайду з висновками;
- ілюстрації гарної якості, з чітким зображенням, текст легко читається;
- використовуються засоби наочності інформації (таблиці, схеми, графіки, малюнки тощо);
- оформлення слайдів відповідає темі, не перешкоджає сприйняттю змісту, для всіх слайдів презентації використовується один і той же шаблон оформлення;
- презентація містить повну, зрозумілу інформацію за темою роботи;
- орфографічна та пунктуаційна грамотність.

**Питання до підсумкового контролю з курсу
«Групова психотерапія»**

1. Психотерапія як наукова дисципліна.
2. Психотерапія як напрямок практичної психології.
3. Психологічні основи психотерапії.
4. Психологія груп. Переваги групових форм роботи.
5. Основні напрями сучасної групової психотерапії.
6. Концепції «норми» та «патології» у психотерапії.
7. Сучасні моделі психотерапії: медична та психологічна.
8. Визначення понять "групова психотерапія" та "психотерапевтична група".
9. Класифікація методів групової психотерапії.
10. Співвідношення понять «психотерапія» та «психологічне консультування».
11. Загальні цілі психотерапевтичної групи.
12. Переваги групової психотерапії.

13. Обмеження групової психотерапії.
14. Можливості клінічного застосування групової психотерапії.
15. Класифікація психотерапевтичних груп (К. Рудестам).
16. Особливості аналітичної групової психотерапії.
17. Особливості тілесно-орієнтованої групової психотерапії.
18. Когнітивно-поведінкова групова психотерапія.
19. Гештальт-терапія у групах.
20. Транзактний аналіз як метод групової психотерапії.
21. Особливості особистісно-орієнтованої групової психотерапії.
22. Особливості використання інструментарію нейролінгвістичного програмування у груповій психотерапії.
23. Організація групового психотерапевтичного процесу.
24. Основні умови ефективності психотерапевтичного групового процесу.
25. Динаміка та взаємодія психотерапевтичних факторів у роботі групи.
26. Вимоги до особистості групового терапевта.
27. Підготовка та кваліфікація групового терапевта.
28. Теоретичні основи роботи із групою.
29. Професійні навички групового терапевта.
30. Стили роботи психотерапевта групи.
31. Особливості встановлення контакту психотерапевта із учасниками групи.
32. Особливості прояву переносу у психотерапевтичних групах.
33. Особливості прояву контрпереносу у психотерапевтичних групах.
34. Саморозкриття терапевта як прийом терапевтичного впливу у груповій психотерапії.
35. Ко-терапія: види, переваги, недоліки.
36. Підготовка терапевта до організації психотерапевтичної групи.
37. Відбір учасників психотерапевтичної групи.
38. Протипоказання до роботи у психотерапевтичній групі.
39. Основні засоби організації психотерапевтичної групи.
40. Місце та умови роботи психотерапевтичної групи.

41. Кількісний та якісний склад психотерапевтичної групи.
42. Відкрита та закрита психотерапевтичні групи.
43. Тривалість роботи психотерапевтичної групи.
44. Оплата участі у групі як один із факторів ефективних змін.
45. Основні правила та норми роботи психотерапевтичної групи.
46. Передумови ефективної участі у психотерапевтичній групі.
47. Спротив у роботі групи та його форми.
48. Навички ефективної участі у групі.
49. Групова динаміка як фактор ефективності групового терапевтичного процесу.
50. Групова згуртованість та групова напруга як фактори ефективності роботи психотерапевтичної групи.
51. Етапи роботи психотерапевтичної групи.
52. Початкова стадія роботи психотерапевтичної групи.
53. Перехідна стадія роботи психотерапевтичної групи.
54. Продуктивна стадія роботи психотерапевтичної групи.
55. Завершальна стадія роботи психотерапевтичної групи.
56. Невдачі групової психотерапії.
57. Завершення групової психотерапії.
58. Виключення учасника із групи.
59. Недобровільна участь у групі.
60. Основні принципи етики у груповій психотерапії.

Список літератури до курсу

«Групова психотерапія».

Основна

1. Білова М. Е. Теоретичні основи психологічного тренінгу : конспект лекцій / М. Е. Білова. – Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2020. – 70 с.
2. Білова М.Е. Навчально-методичний посібник з спецкурсу

«Соціально-психологічний тренінг». - Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2015.- 113 с.

3. Білова М.Е., Кременчуцька М. К., Коваль Г. Ш. Психологічна проникливість як складова професійної компетентності майбутніх психологів// Габітус. №16. 2020. С. 71-75.

4. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика / А. Ф. Бондаренко. – К. : Освіта України, 2007. – 332 с.

5. Груповий психоаналіз [Текст]: навч. посібник / За ред. О. Фільца, Р. Гаубля, Ф. Лямотт. – Львів : ВНТЛ-Класика, 2004. – 192 с.

6. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна ; за ред. М. І. Мушкевич. – Вид. 3-тє. – Луцьк : Вежа-Друк, 2017. - с.

7. Каліна Н. Ф. Психотерапія: підручник / Н. Ф. Каліна. – К.: Академвидав, 2010. – 288 с.

8. Особистісно-професійне зростання: психологічні тренінги: навчально методичний посібник / За ред. проф. Л.В. Долинської, проф. О.В. Темрук. К.: Каравела, 2017. 560 с.

9. Практикум із групової психокорекції: підручник / С.Д. Максименко, О.О. Прокоф'єва, О.В. Царькова, О.В. Кочкурова. – Мелітополь: Видавничо-поліграфічний центр «Люкс», 2015. – 414 с.

Додаткова

10. Лефтеров, В. О. Психологічні тренінгові технології в органах внутрішніх справ : монографія: у 2 т. – Т. I : Методологія психотренінгу та його використання у професійно-психологічному розвитку персоналу, задіяного в екстремальних видах діяльності / В. О. Лефтеров./ – Донецьк : ДЮОІ, 2007. – 247 с.

11. Мельничук О.Б. Психологічна діагностика: Навч. посібник. 3-тє вид. - К.: Каравела, 2013. - 316 с.

12. Приходько Ю.О. Практична психологія: Введення у професію: Навч. посібник. 3-тє вид. - К.: Каравела, 2012. - 248 с.

13. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція : навч. посібн., модульно-рейтинговий курс / Цимбалюк І. М. – [2-е вид., випр. і доп.]. – К. : Професіонал, 2007. – 544 с.

15.Електронні інформаційні ресурси

1. <http://nbuv.gov.ua>
2. <http://psylib.kiev.ua/>
3. <https://onlinelibrary.wiley.com/journal/20448309>
- 4 <https://www.apa.org/pubs/journals/psp>

Зразок оформлення титульного листа реферату

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА

Факультет психології та соціальної роботи

кафедра соціальної психології

Самостійна робота з курсу

«Групова психотерапія»

Реферат на тему «_____»

Виконав/ла: студент/ка _____ курсу
денної/заочної форми навчання
спеціальності 053 Психологія
освітня програма «Психологія»

Прізвище Ім'я, По батькові

Керівник: к. психол. н., доц. Білова М. Е.

Одеса 20_____

Зразок оформлення титульного листа есе

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА

Факультет психології та соціальної роботи

кафедра соціальної психології

Самостійна робота з курсу

«Групова психотерапія»

Есе на тему «_____»

Виконав/ла: студент/ка _____ курсу
денної/заочної форми навчання
спеціальності 053 Психологія
освітня програма «Психологія»

Прізвище Ім'я, По батькові

Керівник: к. психол. н., доц. Білова М. Е.

Одеса 2023

Навчальне видання

Групова психотерапія

Електронні методичні рекомендації
до курсу для студентів другого
(магістерського) рівня вищої освіти

Електронне практичне видання

Укладач

Білова Маргарита Едуардівна

В авторській редакції

Затвердж. авт. 28. 08. 2023. Шрифт Times New Roman. Системні вимоги: операційна система сумісна з програмним забезпеченням для читання файлів формату PDF.
Обсяг 0,5 МБ. Зам. № 2555.

Видавець і виготовлювач
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4215 від 22.11.2011
р. 65082, м. Одеса, вул. Єлісаветинська, 12, Україна
Тел.: (048) 723 28 39, e-mail: druk@onu.edu.ua