

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра менеджменту охорони здоров'я та психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор науково-педагогічної роботи

Едуард БУРЯЧКІВСЬКИЙ

01 вересня 2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ПОЗИТИВНА ПСИХОТЕРАПІЯ»

Рівень вищої освіти: другий (магістерський)

Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»

Спеціальність: 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма: Практична психологія

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми «Практична психологія» підготовки фахівців другого (магістерського) рівня вищої освіти зі спеціальності 053 «Психологія» галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки», ухваленою Вченою Радою ОНМедУ (протокол № 8 від 24 квітня 2024 року).

Розробники:

професор кафедри, д.псих.н., проф. Литвиненко Ольга Дмитрівна

доцент кафедри, к.псих.н Ковальова Марія Володимирівна

доцент кафедри, к.псих.н., доц. Цибух Людмила Миколаївна

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри менеджменту охорони здоров'я
Протокол № 1 від 25.08.2025 р.

Завідувач кафедри



Олена РУДІНСЬКА

Погоджено із гарантом ОПП



Ольга ЛИТВИНЕНКО

Схвалено предметною цикловою методичною комісією з гуманітарних дисциплін
ОНМедУ

Протокол № 1 від 27.08.2025 р.

Голова предметної циклової методичної комісії з гуманітарних дисциплін ОНМедУ



Володимир ХАНЖИ

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри _____

Протокол № ____ від “ ____ ” _____ 20__ р.

Завідувач кафедри _____
(підпис) (Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри _____

Протокол № ____ від “ ____ ” _____ 20__ р.

Завідувач кафедри _____
(підпис) (Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

1. Опис навчальної дисципліни:

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, спеціалізація, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
Загальна кількість: Кредитів: 4 Годин: 120 Змістових модулів: немає	Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» Спеціальність 053 «Психологія» Рівень вищої освіти другий (магістерський)	<i>Денна форма навчання</i>	<i>Заочна форма навчання</i>
		<i>Обов'язкова дисципліна</i>	<i>Обов'язкова дисципліна</i>
		<i>Рік підготовки: II</i>	<i>Рік підготовки: II</i>
		<i>Семестр: III</i>	<i>Семестр: III</i>
		<i>Лекції (10 год.)</i>	<i>Лекції (6 год.)</i>
		<i>Семінарські (0 год.)</i>	<i>Семінарські (0 год.)</i>
		<i>Практичні (20 год.)</i>	<i>Практичні (8 год.)</i>
		<i>Лабораторні (0 год.)</i>	<i>Лабораторні (0 год.)</i>
		<i>Самостійна робота (90 год.)</i>	<i>Самостійна робота (106 год.)</i>
		<i>у т.ч. індивідуальні завдання (0 год.)</i>	<i>у т.ч. індивідуальні завдання (0 год.)</i>
		<i>Форма підсумкового контролю – залік</i>	<i>Форма підсумкового контролю – залік</i>

2. Мета та завдання навчальної дисципліни, компетентності, програмні результати навчання.

Мета дисципліни: формування у студентів системних знань про позитивну психотерапію за Н. Пезешкіаном та розвиток умінь застосовувати її принципи, моделі й методи у професійній діяльності психолога і психотерапевта

Завдання дисципліни:

1. Ознайомити студентів з теоретико-методологічними засадами позитивної психотерапії.
2. Розкрити базові принципи, моделі та ключові поняття підходу Н. Пезешкіана.
3. Сформувати навички використання методів позитивної психотерапії в індивідуальній, сімейній та груповій роботі.
4. Розвинути здатність інтегрувати підхід у консультативну, психотерапевтичну та освітню практику.
5. Сприяти розвитку особистісних і професійних компетентностей психолога через застосування ресурсно-орієнтованого підходу.
6. Виховувати повагу до міжкультурного діалогу та гуманістичних цінностей у практиці психотерапії.

Процес вивчення дисципліни спрямований на формування елементів наступних компетентностей:

Інтегральна компетентність (ІК): Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.

Загальних (ЗК):

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК2. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.
- ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
- ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК11. Здатність до самоосвіти та саморозвитку.

Спеціальних (СК):

СК2. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та / або практичної значущості.

СК3. Здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну) з використанням науково верифікованих методів.

СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики.

СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

СК11. Здатність реалізовувати різноманітні способи психологічного супроводу на етапах профілактики, діагностики та консультування щодо відновлення ментального здоров'я.

Програмні результати навчання (ПРН):

ПРН2. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.

ПРН4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПРН5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПРН6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх.

ПРН8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

ПРН9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

ПРН11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

ПРН12. Застосовувати відповідну наукову інформацію щодо вирішення проблем профілактики, збереження, відновлення ментального здоров'я.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен:

Знати:

1. теоретичні засади позитивної психотерапії за Н. Пезешкіаном;
2. основні принципи, моделі та поняття (баланс-модель, концепція актуальних здібностей, модель «п'яти етапів» тощо);
3. особливості застосування методу в індивідуальній, сімейній та груповій психотерапії;
4. транскультурний та гуманістичний вимір позитивної психотерапії;
5. можливості інтеграції підходу в сучасну психотерапевтичну та консультативну практику.

Вміти:

1. застосовувати техніки та інструменти позитивної психотерапії у роботі з клієнтами;
2. аналізувати психологічні проблеми крізь призму ресурсно-орієнтованого підходу;
3. використовувати баланс-модель для діагностики та планування психотерапевтичної роботи;
4. будувати інтервенції з урахуванням актуальних здібностей та ціннісних орієнтацій клієнта;
5. інтегрувати метод позитивної психотерапії в професійну діяльність психолога й психотерапевта.

3. Зміст навчальної дисципліни

Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.

Методичні рекомендації до вивчення теми: Історія виникнення позитивної психотерапії: від диференціального аналізу (1968) до Позитивної та транскультуральної психотерапії (1977); еволюція ідей; розширення до «позитивної та транскультуральної психотерапії» (2016). Н.Пезешкіан і інтелектуальні впливи: гуманістична психологія (Франкл, Роджерс), психодрама (Морено), психодинаміка. Відмінність Позитивної та транскультуральної психотерапії від позитивної психології (Селігман, 1998): об'єкт, метод, інструментарій. Критерії науковості методу: теорія—концепція людини—методика. Базові інструменти ППТ: модель Балансу; модель Відносин; позитивна інтерпретація; 5-крокова модель. Місце Позитивної та транскультуральної психотерапії серед психотерапевтичних модальностей: визнання ЕАР/WCP; інтегративність. Етика та культуральна чутливість: застосування кодексів; комунікація з клієнтами з різних культурних контекстів.

Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.

Позитивна психотерапія як метатеорія. Місце ППТ у сучасній психотерапії: універсальність, простота, транскультуральність. Основні принципи ППТ: головні принципи (Принцип надії, принцип балансу, принцип консультування) та п'ять допоміжних принципів (самопоміа, унікальність особистості, простота й універсальність, транскультуральність, спрямованість на розвиток і майбутнє). Основні техніки ППТ: позитивна інтерпретація симптомів, використання метафор, притч і східних історій як інструментів зміни перспективи, робота з концепціями. Етичні принципи у ППТ та їх узгодженість із міжнародними етичними документами в сфері психотерапії.

Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.

Поняття транскультуральності у позитивній психотерапії: витоки, розвиток і сучасне значення. Проблеми та переваги життя в мультикультурному світі. Вплив культурних моделей і цінностей на формування ідентичності. Інструменти транскультурального підходу: притчі, історії, мета-комунікація, аналіз традицій. Типи реакцій на традиції та їх значення в терапії. Культурні цінності, сімейні концепції. Транскультуральні бар'єри у психотерапії: мовні, невербальні, стереотипи та упередження. Вплив культурних цінностей на консультаційні відносини (динаміка «терапевт – клієнт» у мультикультурному контексті). Значення транскультурального підходу для сучасної психотерапії.

Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.

Поняття базових здатностей: здатність любити та пізнавати. Модуси розвитку базових здібностей. Взаємодія базових здібностей та їх роль у розвитку особистості. Актуальні здібностей: поняття, функції, універсальність та культурна обумовленість. Основні функції актуальних здібностей у психотерапії. Первинні актуальні здібності: сутність, онтогенетична ієрархія, роль у формуванні емоційної сфери. Вторинні актуальні здібності: соціальні категорії, зв'язок із нормами виховання, навчання і соціалізації. Активний і пасивний вимір актуальних здібностей. Рівні розвитку актуальних здібностей. Інструменти діагностики та дослідження здібностей. Значення концепції базових та актуальних здібностей для розуміння конфліктів, діагностики й терапевтичної практики.

Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.

Модель балансу: зміст, індикатори реалізованості в кожній сфері. Динаміка стресу: енергія стресу, тривога/воодушевлення, механізми «втечі»; культурні акценти однобічності. Актуальний конфлікт: зіткнення очікувань із реальністю та зв'язок із дисбалансом сфер. Модель наслідування: Я, Ти, Ми, Пра-Ми — зміст, як формуються через традиції, приклади впливу на любов/пізнання. Оцінювання клієнта: запитання -

скринінги для кожної сфери моделі балансу та моделі наслідування. Використання моделі балансу та наслідування в психологічному консультуванні.

Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.

Поняття конфлікту в позитивній психотерапії: конфлікт як зіткнення очікувань і реальності, форма звернення за допомогою, джерело розвитку й можливість трансформації. Типи конфліктів: ключовий конфлікт, актуальний конфлікт, базовий конфлікт, внутрішній конфлікт. Ключовий конфлікт: сутність, прояви, баланс між прямою та ввічливістю, вплив страху й агресії, моделі поведінки. Актуальний конфлікт: умови виникнення, прояви у чотирьох сферах моделі балансу. Базовий і внутрішній конфлікти: їхній зв'язок з моделями для наслідування, вплив на формування особистості та стратегії подолання. Діагностика конфліктів: роль диференційно-аналітичного опитувальника (ДАО), визначення функцій симптомів, виявлення дефіцитів у розвитку актуальних здібностей. Реакції на конфлікт

Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.

Модель консультування в ППТ; відмінність п'ятиетапної моделі від традиційного консультування; роль терапевтичного альянсу. Стадія спостереження та дистанціювання. Стадія Інвентаризації. застосування Диференційно-аналітичного опитувальника (ДАО), первинне інтерв'ю, цілі та завдання стадії інвентаризації. Стадія ситуативного підбадьорення (заохочення): позитивна реєнтритація симптому, спрямованість на ресурси. Стадія вербалізації як етап інтеграції нових поведінкових альтернатив. Стадія розширення цілей: постановка нових цілей і перспектив розвитку; та закріплення терапевтичних результатів. Функції та компетентності консультанта в процесі консультування.

Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.

Поняття наративного підходу в ППТ. Культурна спадщина як ресурс у консультативному процесі: міфи, притчі, метафори. Транскультуральний контекст: вплив традицій, релігії та цінностей на консультування. Бар'єри у міжкультурній взаємодії: мовні, невербальні, стереотипи, релігійні відмінності – та способи їх подолання. наратив як інструмент для розширення цілей клієнта та переосмислення життєвих концепцій. Ефективність наративного підходу: дослідження і практичні приклади у мультикультурному середовищі..

4. Структура навчальної дисципліни

Денна форма навчання

Назви тем	Кількість годин			
	Усього	у тому числі		
		лекції	практичні	СРС
Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.	12	2	0	10
Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.	14	2	2	10
Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.	14	0	4	10
Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.	16	2	2	12

Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.	16	2	2	12
Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.	16	0	4	12
Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.	18	0	4	14
Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.	14	2	2	10
Усього годин	120	10	20	90

Заочна форма навчання

Назви тем	Кількість годин			
	Усього	у тому числі		
		лекції	практичні	СРС
Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.	12	2	0	10
Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.	14	2	0	12
Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.	14	0	0	14
Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.	16	2	2	12
Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.	16	0	2	14
Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.	16	0	2	14
Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.	18	0	2	16
Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.	14	0	0	14
Усього годин	120	6	8	106

5. Теми лекційних /семінарських /практичних /лабораторних занять

5.1. Теми лекційних занять

Денна форма навчання

№	Назва теми	Денна форма Кількість годин
1.	Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.	2
2.	Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.	2
3.	Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.	0
4.	Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.	2
5.	Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.	2
6.	Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.	0
7.	Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.	0
8.	Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.	2
	Разом	10

Заочна форма навчання

№	Назва теми	Заочна форма Кількість годин
1.	Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.	2
2.	Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.	2
3.	Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.	0
4.	Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.	2
5.	Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.	0
6.	Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.	0
7.	Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.	0
8.	Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.	0
	Разом	6

5.2. Теми семінарських занять

Семінарські заняття не передбачені.

5.3. Теми практичних занять

Денна форма навчання

№	Назва теми	Денна форма Кількість годин
1.	Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.	0
2.	Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.	2
3.	Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.	4
4.	Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.	2
5.	Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.	2
6.	Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.	4
7.	Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.	4
8.	Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.	2
	Разом	20

Заочна форма навчання

№	Назва теми	Заочна форма Кількість годин
1.	Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.	0
2.	Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.	0
3.	Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.	0
4.	Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.	2
5.	Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.	2
6.	Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.	2
7.	Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.	2
8.	Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.	0
	Разом	8

5.4. Теми лабораторних занять

Лабораторні заняття не передбачені.

6. Самостійна робота здобувача вищої освіти

Денна форма навчання

№	Назва теми	Денна форма Кількість годин
1.	Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.	10
2.	Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.	10
3.	Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.	10
4.	Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.	12
5.	Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.	12
6.	Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.	12
7.	Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.	14
8.	Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.	10
	Разом	90

Заочна форма навчання

№	Назва теми	Заочна форма Кількість годин
1.	Тема 1. Історія виникнення позитивної психотерапії та інтеграція її у клінічну практику.	10
2.	Тема 2. Введення в позитивну психотерапію як в метатеорію. Основні поняття, техніки та етичні принципи ППТ.	12
3.	Тема 3. Транскультуральний підхід у позитивній психотерапії.	14
4.	Тема 4. Концепція базових та актуальних здібностей в позитивній психотерапії.	12
5.	Тема 5. Моделі балансу та наслідування у позитивному консультуванні.	14
6.	Тема 6. Конфліктологія в позитивній психотерапії.	14
7.	Тема 7. Етапи та структура психодіагностики та консультування в ППТ.	16
8.	Тема 8. Наративний підхід ППТ з використанням спадщини різних культур та його ефективність у консультативному процесі.	14
	Разом	106

7. Методи навчання

Лекції.

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.

8. Форми контролю та методи оцінювання (у т.ч. критерії оцінювання результатів навчання)

Поточний контроль:

- усний контроль: індивідуальне опитування за питаннями відповідної теми;
- письмовий контроль: оцінювання розв'язання ситуаційних завдань за відповідними темами, оцінювання виконання індивідуального завдання;
- тестовий контроль: оцінювання виконання тестових завдань за темами.

Підсумковий контроль: залік.

Оцінювання поточної навчальної діяльності на практичному занятті:

1. Оцінювання теоретичних знань з теми заняття:
 - методи: індивідуальне опитування за питаннями відповідної теми, участь здобувачів в обговоренні проблемних ситуацій
 - максимальна оцінка – 5, мінімальна оцінка – 3, незадовільна оцінка – 2.
2. Оцінка теоретичних знань за темою заняття:
 - методи: оцінювання виконання тестових завдань за відповідною темою
 - максимальна оцінка – 5, мінімальна оцінка – 3, незадовільна оцінка – 2.
3. Оцінка практичних навичок з теми заняття:
 - методи: оцінювання розв'язання ситуаційних завдань за відповідною темою
 - максимальна оцінка – 5, мінімальна оцінка – 3, незадовільна оцінка – 2.

Оцінка за одне практичне заняття є середньоарифметичною за всіма складовими і може мати лише цілу величину (5,0 - 4,0 - 3,0 – 2,0), яка округлюється за методом статистики.

Критерії поточного оцінювання на практичному занятті

Оцінка	Критерії оцінювання
Відмінно «5»	Здобувач бере активну участь у практичному 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 практичні 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 думку з теми завдання, демонструє творче мислення.
Добре «4»	Здобувач бере участь у практичному 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 розв'язання практичних ситуацій з теми заняття. Тестові завдання виконані в повному обсязі, не менш ніж 80% 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 у практичному 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 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 у практичному 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.

Оцінювання індивідуального завдання:

- Оцінювання якості виконання індивідуального завдання:
 - максимальна оцінка – 5, мінімальна оцінка – 3, незадовільна оцінка – 2.
- Оцінка доповіді, презентації та захисту індивідуального завдання
 - максимальна оцінка – 5, мінімальна оцінка – 3, незадовільна оцінка – 2.
- Оцінка участі здобувача в оцінці інших індивідуальних завдань та їх критичний аналіз:
 - максимальна оцінка – 5, мінімальна оцінка – 3, незадовільна оцінка – 2.

Оцінка за індивідуальне завдання є середньоарифметичною за всіма складовими і може мати лише цілу величину (5,0 - 4,0 - 3,0 – 2,0), яка округлюється за методом статистики.

Критерії оцінювання індивідуального завдання та самостійної роботи здобувачів

Оцінка	Критерії оцінювання
Відмінно «5»	Індивідуальне завдання та презентація виконані самостійно та оригінально, оформлення відповідає вимогам, власний проєкт повністю розроблений за запропонованою структурою; аналіз ґрунтовний та самостійний, здобувач вільно презентує матеріал; зміст презентації не перевантажений слайдами з текстовим матеріалом; здобувач формулює самостійні ґрунтовні судження, які підкріплені фактичними доказами та розрахунками, інформація на слайдах подана переважно схематично із використанням самостійно розроблених схем, малюнків, графіків, містить

	посилання на джерела, які відповідно оформлені та є актуальними. Здобувач пропонує власні пропозиції щодо методології психологічного консультування, тренінгу, розвитку психологічної інфраструктури.
Добре «4»	Індивідуальне завдання та презентація виконані частково самостійно та оригінально, оформлення відповідає вимогам, власний проєкт повністю розроблений за запропонованою структурою; аналіз ґрунтовний та самостійний, здобувач вільно презентує матеріал; здобувач формулює дослідження та пропозиції інших авторів, які підкріплені фактичними доказами та розрахунками, інформація на слайдах подана переважно схематично із використанням самостійно розроблених схем, малюнків, графіків, містить посилання на джерела, які відповідно оформлені та є актуальними.
Задовільно «3»	Здобувач пояснює матеріал не впевнено, формулює лише загальні висновки (або взагалі не може їх сформулювати), інформація у презентації подана з посиланням на джерела, однак вони оформлені із помилками. Здобувач бере пасивну участь в практичних результатах проєкту, не здатний критично їх проаналізувати.
Незадовільно «2»	Індивідуальне завдання не виконано. Не зараховуються індивідуальні завдання та презентації, які виконані не самостійно або запозичені з мережі Інтернет.

Здобувач допускається до заліку, якщо він виконав усі завдання робочої програми навчальної дисципліни, приймав активну участь у практичних заняттях, виконав та захистив індивідуальне завдання та має середню поточну оцінку не менше ніж 3,0 і не має академічної заборгованості.

Здобувачі заочної форми навчання допускаються до участі в екзаменаційній сесії, якщо вони не мають заборгованості за попередній семестр і до початку екзаменаційної сесії виконали види робіт, передбачені робочою програмою навчальної дисципліни (виконання індивідуального завдання).

Оцінка за залік є середньоарифметичною за всіма складовими за традиційною чотирибальною шкалою і має величину, яка округлюється за методом статистики з одним десятковим знаком після коми.

9. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти

Бали за навчальну дисципліну для здобувачів, які успішно опанували робочу програму навчальної дисципліни, конвертуються з традиційної чотирибальної шкали за абсолютними критеріями у бали за 200-бальною шкалою, які наведено у таблиці:

Таблиця конвертації традиційної оцінки у багатобальну шкалу

Традиційна чотирибальна оцінка	Багатобальна шкала
Відмінно («5»)	185 – 200
Добре («4»)	151 – 184
Задовільно («3»)	120 – 150
Незадовільно («2»)	Нижче 120

Багатобальна шкала (200-бальна шкала) характеризує фактичну успішність кожного здобувача із засвоєння освітньої компоненти. Конвертація традиційної оцінки в 200-бальну виконується інформаційно-технічним відділом Університету програмою «Контингент».

10. Методичне забезпечення

- Робоча програма навчальної дисципліни
- Силабус навчальної дисципліни
- Методичні рекомендації з навчальної дисципліни
- Мультимедійні презентації
- Ситуаційні завдання за темами дисципліни
- Тестові завдання за темами дисципліни

Навчально-методична література:

- Литвиненко О., Терещенко О. Методичні рекомендації до навчальної дисципліни «Позитивна психотерапія» / О. Литвиненко. – Одеса, 2025, с. 62.
- Lytvynenko O., Tereshchenko O. Working with transgenerational trauma in Positive and Transcultural Psychotherapy // The Global Psychotherapist. – 2024. – Vol. 4, No. 2. – P. 62–67.

11. Питання для підготовки до підсумкового контролю

1. Як позитивна психотерапія еволюціонувала від німецького методу до міжнародного підходу?
2. Як сьогодні виглядає статус ППТ у світі та в Україні?
3. У чому полягає інтегративна суть позитивної психотерапії?
4. Які три основні принципи ППТ та як вони застосовуються на практиці?
5. Які п'ять допоміжних принципів ППТ ви знаєте і в чому їхнє значення?
6. Як етичні принципи ППТ узгоджуються з законодавством України?
7. Що таке транскультуральний підхід і чому він є ключовим у ППТ?
8. У чому полягає мультикультурна чутливість у консультуванні?
9. Які переваги та виклики виникають при використанні транскультурального підходу?
10. У чому полягає суть "Диференціальної аналітичної теорії" Н. Пезешкіана?
11. Яке значення має концепція первинних і вторинних здібностей?
12. У чому полягає практична цінність концепції актуальних здібностей для діагностики і терапії?
13. Які чотири сфери життєдіяльності поділяються у моделі балансу ППТ?
14. Яким чином розподіл енергії пов'язаний з базовими потребами людини?
15. Як ресурси клієнта враховуються в консультуванні?
16. Яка структура психодинамічної моделі конфлікту в ППТ?
17. Чим відрізняються базовий та актуальний конфлікти?
18. Як формуються ключові конфлікти в контексті сімейної культури?
19. Яке значення мають мікротравми та макротравми у формуванні особистості?
20. Які етапи включає модель консультування у позитивній психотерапії?
21. У чому полягає суть кожного з 5 етапів: спостереження, інвентаризація, заохочення, вербалізація, розширення?
22. Які стадії міжособистісної взаємодії описані у ППТ?
23. Як використовується 5-крокова система у роботі з конфліктами?
24. Які функції історії виконують у терапевтичному процесі?
25. Як нарративні техніки сприяють розвитку актуальних здібностей?
26. Яку роль відіграє Міжнародна асоціація позитивної психотерапії (WAPP) у розвитку методу?
27. Як застосовується модель навчання ППТ відповідно до етичних норм і законодавства України?
28. Яким чином симптоми розглядаються як потенціал до розвитку в позитивній психотерапії?
29. Як терапевт використовує метафори, казки та притчі для встановлення контакту з

клієнтом?

30. Як концепція «неусвідомленого конфлікту» пояснює виникнення психосоматичних симптомів?

12. Рекомендована література

Основна:

1. Бьоссманн У., Реммерс А. (ред.) Позитивна психодинамічна психотерапія: підручник. – Вісбаден : WAPP Press, 2024. – 370 с. – ISBN 978-3-910225-06-0, ISBN 978-3-910225-07-7 (електронна кн.).
2. Всесвітня Федерація психотерапії (WFP). (н.д.). Взято з <https://wfpsychotherapy.org/>
3. Гордієнко-Митрофанова І., Гоголь Д. Позитивна психотерапія: навч. посіб. з психотерапевт. практик розвитку усвідомленої стресостійкості. – Київ : ГО «МНГ», 2022.
4. Корнбіхлер Т. Носсрат Пезешкіан. Схід – Захід: позитивна психотерапія в діалозі культури / за участі М. Пезешкіан та Х. Пезешкіана ; пер. з нім., 2-е вид., доп. – Полтава : Астроя, 2024. – 197 с.
5. Опанасенко Л. А. Основи психологічного консультування: у схемах і таблицях. – 2019.
6. Пезешкіан Н., Азіз А. Лексикон позитивної психотерапії : довідник / пер. з нім. М. В. Отенка ; за ред. С. А. Отенко. – Київ : Талком, 2019. – 192 с. – ISBN 617-7685-59-2.
7. Сердюк Л. Вісбаденський опитувальник позитивної терапії і сімейної терапії (WIPPF 2.0) Н. Пезешкіана для діагностики внутрішніх ресурсів особистості // Організаційна психологія. Економічна психологія. – 2022. – № 3(27). – С. 130–141. – DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.13>
8. Lytvynenko O., Tereshchenko O. Working with transgenerational trauma in Positive and Transcultural Psychotherapy // The Global Psychotherapist. – 2024. – Vol. 4, No. 2. – P. 62–67.
9. Messias E., Peseschkian H., Cagande C. (Eds.). Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology – Clinical Applications. – Cham (Switzerland) : Springer International Publishing, 2020. – ISBN 978-3-030-33264-8.
10. Peseschkian H. Positive psychotherapy: Core principles // Current Psychiatry. – 2023. – Vol. 22, No. 1. – P. 5–9.
11. Peseschkian H., Remmers A. Life balance with positive psychotherapy // Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology / eds. E. Messias, H. Peseschkian, C. Cagande. – Cham (Switzerland) : Springer, 2020. – P. 91–99.
12. Peseschkian H., Remmers A. Positive psychotherapy: An introduction // Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology: Clinical Applications / eds. E. Messias, H. Peseschkian, C. Cagande. – Cham : Springer, 2020. – P. 11–32.
13. World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy. Ethical Guidelines of the World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy (WAPP) [Електронний ресурс]. – 2021. – Режим доступу: https://www.positum.org/wp-content/uploads/2021/04/wapp_ethical_guidelines.pdf

Додаткова:

1. Карикаш В. Формування базової самоідентичності на основі соціально-психологічних моделей суспільства від Е. Фромма (1900–1980) до Н. Пезешкіана (1933–2010) / В. Карикаш. // Позитум Україна. — 2015. — № 6. — Черкаси.
2. Abebe S. W. Positive Interpretation as a Tool in Psychotherapy / S. W. Abebe. // In: E. Messias, H. Peseschkian, C. Cagande (Eds.), Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology. — Cham: Springer, 2020. — P. 417–422.
3. Badecka P. The Possibilities of Transcultural Positive Psychotherapy in Supporting the Development of Post-Traumatic Growth (PTG) / P. Badecka. // The Global Psychotherapist. —

2023. — Vol. 3, № 1. — P. 98–103. — URL: <https://doi.org/10.52982/lkj187> (дата звернення: 08.07.24).
4. Cesco E. Four Aspects of the Quality of Life, the Balance Model and Sexual Disorders / E. Cesco. // *The Global Psychotherapist*. — 2023. — Vol. 3, № 1. — P. 104–114. — URL: <https://doi.org/10.52982/lkj188>.
 5. Cesko E., Sinici E. *Positive psychotherapy in different cultures* // In: Messias E., Peseschkian H., Cagande C. (Eds.) *Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology*. – 2020.
 6. Damian O., Hum G. *Facing The Mirror: Positive Psychotherapists Revisiting Their Past* / O. Damian, G. Hum. — Wiesbaden: WAPP Press, 2023. — ISBN 978-3910225244.
 7. Dobiała E. Positive Group Psychotherapy / E. Dobiała. // In: E. Messias, H. Peseschkian, C. Cagande (Eds.), *Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology: Clinical Applications*. — Cham: Springer, 2020. — P. 11–32.
 8. Dobiała E., Winkler P. Positive Psychotherapy According to Seligman and Positive Psychotherapy According to Peseschkian: A Comparison / E. Dobiała, P. Winkler. // *International Journal of Psychotherapy*. — 2016. — Vol. 20, № 3. — P. 3.
 9. Kryvokon N. I. Difficulties and Dilemmas of Supervisors in Ukraine / N. I. Kryvokon. // *Psychological Counseling and Psychotherapy*. — 2021. — Vol. 16. — P. 53–62.
 10. Peseschkian N. Learning from the Massai: Why Psychotherapy Must Be Transcultural / N. Peseschkian. // *The Global Psychotherapist*. — 2023. — Vol. 3, № 1. — P. 65–69.
 11. Remmers A. Five Capacities of a Psychotherapist / A. Remmers. // 1st World Conference on Positive Psychotherapy, St. Petersburg, 2016. — URL: <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3243.5604>.
 12. Remmers A. To Be or Not to Be – Hamlet and the Psychotherapeutic Technique: About Therapeutic Alliance, Growth and Effective Therapy / A. Remmers. // *The Global Psychotherapist*. — 2021. — Vol. 1, № 1. — P. 39–44.
 13. Remmers A. Transference and Countertransference / A. Remmers. // *The Global Psychotherapist*. — 2023. — Vol. 3, № 1. — P. 75–79.
 14. Werringloer R.-C. Living A Fulfilled Life: Self-Exploration and Personal Growth with Positive Psychotherapy after Prof. Dr. Nossrat Peseschkian / R.-C. Werringloer. — Wiesbaden: WAPP Press, 2023. — ISBN 978-3910225138.
 15. Yordanova-Karageorgieva E. Client's Personality Structure as a Guide to Their Attitude Towards Conflict / E. Yordanova-Karageorgieva. // *The Global Psychotherapist*. — 2024. — Vol. 4, № 2. — P. 10–22.

13. Електронні інформаційні ресурси

1. American Psychologist. Journal of American Psychological Association. Взято з <https://www.apa.org/pubs/journals/amp/> (n.d.)
2. Актуальні проблеми психології. Наукові праці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Взято з <http://appspsychology.org.ua/index.php/ua/dlia-avtoriv> (n.d.)
3. EAP Statement of Ethical Principles. Взято з <https://www.europsyche.org/quality-standards/eap-guidelines/statement-of-ethical-principles> (n.d.)
4. Health Psychology Review. Взято з <https://www.tandfonline.com/journals/rhpr20> (n.d.)
5. Journal of Personality and Social Psychology. Journal of American Psychological Association. Взято з <https://www.apa.org/pubs/journals/psp/> (n.d.)
6. Journal of Psychosomatic Research. Взято з <https://www.sciencedirect.com/journal/journal-of-psychosomatic-research> (n.d.)
7. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. Взято з <http://www.nbuv.gov.ua/> (n.d.)
8. Психотерапія в Україні. ДЕКЛАРАЦІЯ. Взято з <https://usp.community/14-advertisement/264-psykhoterapiia-v-ukraini-deklaratsiya> (n.d.)
9. Психологічна бібліотека Київського Фонду сприяння розвитку психічної культури. Взято

- з <http://psylib.kiev.ua/> (n.d.)
10. Science: (AAAS). Взято з <http://www.sciencemag.org> (n.d.)
 11. Taylor & Francis. Взято з <http://www.informaworld.com> (n.d.)
 12. World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy. Взято з <https://www.positum.org/> (n.d.)