

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІНФРАСТРУКТУРИ ТА ТЕХНОЛОГІЙ

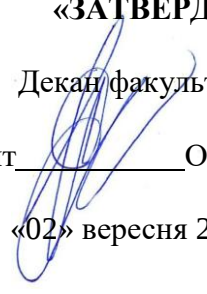
КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ ВОДНОГО ТРАНСПОРТУ
ІМЕНІ ГЕТЬМАНА ПЕТРА КОНАШЕВИЧА-САГАЙДАЧНОГО

ФАКУЛЬТЕТ СУДНОВОДІННЯ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИХ ДИСЦИПЛІН

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Декан факультету

к.ю.н., доцент  Олександр ЄЛІАЗАРОВ

«02» вересня 2024 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ЕМОЦІЙНО-ФОКУСОВАНА ПСИХОТЕРАПІЯ»

РІВЕНЬ ВИЩОЇ ОСВІТИ

другий (магістерський)

ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ

05 «Соціальні та поведінкові науки»

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ

053 «Психологія»

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА

« Практична психологія»

2024-2025 навчальний рік

Робоча програма з дисципліни «Емоційно-фокусована психотерапія» для здобувачів денної та заочної форм навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти, галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» спеціальності 053 Психологія ОПП «Практична психологія». Київ: ДУІТ, 2024. – 13 с.

Розробники:

Скляренко Інна Юріївна,

к.п.н., доцент, доцент кафедри психології та соціально-гуманітарних дисциплін

Буковська Валентина Миколаївна,

асистент кафедри психології та соціально-гуманітарних дисциплін

Робочу програму схвалено на засіданні психології та соціально-гуманітарних дисциплін
Протокол № 1 від « 2 » вересня 2024 року

Гарант ОПП «Практична психологія» ОС Магістр

К.псих.н., доцент

Олена ТИРОН

@ Скляренко І.Ю., Буковська В.М., 2024 рік

@ Скляренко І.Ю., Буковська В.М., 2025 рік

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, рівень, ступінь освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»	Вибіркова	
	Спеціальність: 053 Психологія		
Змістових модулів – 2	Освітня програма: «Практична психологія»	Рік підготовки	
Загальна кількість годин – 120		1-й	1-й
		Семестр	
		2-й	2-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи – 4	Рівень вищої освіти: другий (магістерський) Ступінь вищої освіти: магістр	Лекції	
		16 год.	12
		Практичні, семінарські	
		24 год.	8
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
		80 год.	108 год.
		Вид контролю:	
		іспит	іспит

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить (%):

для денної форми навчання – 33/67

для заочної форми навчання – 11/89

1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Предметом навчальної дисципліни «Емоційно-фокусована психотерапія» є дослідження ролі емоцій та емоційної обізнаності у формуванні функціональних і дисфункціональних станів, а також їхній вплив на загальну психологічну стійкість та благополуччя особистості.

Метою навчальної дисципліни «Емоційно-фокусована психотерапія» є формування у здобувачів вищої освіти знань та вмінь використовувати процесуальний діагноз в емоційно-фокусованому підході з метою виявлення адаптивних і дезадаптивних емоцій та застосування цих знань для корекційної та терапевтичної роботи.

Основні завдання дисципліни:

1. Навчитися розпізнавати різні типи емоційних виразів, а також розрізняти їхню роль у психотерапевтичному процесі.
2. Зрозуміти, коли доцільно регулювати емоції, а коли – звертатися до них для поглибленої роботи з клієнтом.
3. Освоїти методику диференційного втручання в емоції, що дозволяє підвищити ефективність психотерапії.
4. Навчитися звертатися до адаптивних емоцій для ініціювання позитивних змін у клієнта.
5. Оволодіти вмінням ідентифікувати фази процесу формування емоційної реакції, що дозволить глибше зрозуміти динаміку емоційного переживання клієнта.

Очікувані результати навчання:

Здобувач вищої освіти повинен знати:

- Роль і функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю особистості.
- Основні характеристики емоційних станів, які виникають у процесі діяльності.
- Особливості різних почуттів та їхній вплив на емоційний стан.
- Види емоційної поведінки у спілкуванні та їхню значущість у психотерапевтичній практиці.
- Професійні, вікові та статеві особливості емоційно-почуттєвої сфери людини.
- Сучасні методики для діагностики емоційної сфери людини.

Здобувач вищої освіти повинен уміти:

- Застосовувати отримані теоретичні знання та практичні навички, отримані під час вивчення дисципліни.
- Ефективно аналізувати та пояснювати сутність емоційного реагування як на когнітивному, так і на поведінковому рівні.
- Розуміти власні емоції та емоції інших людей, що є ключовою навичкою для успішної професійної діяльності психолога.
- Застосовувати знання з психології емоцій у практичних ситуаціях та психотерапевтичній роботі.
- Використовувати розуміння емоцій для підвищення ефективності подальшої професійної діяльності.
- Самостійно застосовувати методи діагностики різних видів емоційного реагування людини, що сприяє індивідуалізації психотерапевтичного процесу.

Ця дисципліна формує цілісне уявлення про емоційний світ людини і дозволяє здобувачам глибше зрозуміти значущість емоцій у психотерапевтичному контексті.

2. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1.

Емоційно-фокусована психотерапія: основні поняття та загальні проблеми

ТЕМА 1. ВСТУП ДО ЕМОЦІЙНО-ФОКУСОВАНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

Ознайомлення з базовими принципами та історичним розвитком емоційно-фокусованої психотерапії (ЕФТ). Розгляд концептуальних основ підходу, його місця серед інших психотерапевтичних напрямків. Основні засади ЕФТ, якісна відмінність емоційно-фокусованого підходу від інших методів психотерапії.

ТЕМА 2. РОЛЬ І ФУНКЦІЇ ЕМОЦІЙ У ПСИХІЧНОМУ ЖИТТІ ЛЮДИНИ

Загальні функції та роль емоцій у регуляції поведінки та прийнятті рішень. Види емоцій: базові та вторинні, адаптивні й дезадаптивні емоції. Вплив емоцій на психологічний стан та міжособистісні стосунки. Значення емоційної обізнаності та її роль у формуванні здорової самооцінки та стійкості.

ТЕМА 3. ПРОЦЕСУАЛЬНИЙ ДІАГНОЗ В ЕМОЦІЙНО-ФОКУСОВАНІЙ ПСИХОТЕРАПІЇ

Процесуальний діагноз як ключовий інструмент у роботі емоційно-фокусованого терапевта. Методи визначення адаптивних та дезадаптивних емоцій, етапи проведення діагностики емоційного стану клієнта. Як правильно використовувати діагностичні результати для планування терапевтичного процесу.

ТЕМА 4. ТИПИ ЕМОЦІЙНИХ ВИРАЗІВ ТА ЇХ РОЗПІЗНАВАННЯ

Розрізнення різних типів емоційних виразів у процесі терапії. Види емоційних реакцій, типові патерни емоційної поведінки. Методи розпізнавання прихованих емоційних виразів та розуміння їх значення в терапевтичному процесі. Роль невербальних сигналів у роботі з клієнтом.

Змістовий модуль 2.

Практичне застосування теоретичних знань та формування навичок роботи з емоціями

ТЕМА 5. РЕГУЛЯЦІЯ ТА УПРАВЛІННЯ ЕМОЦІЯМИ В ТЕРАПЕВТИЧНОМУ ПРОЦЕСІ

Методи регуляції емоцій для досягнення терапевтичних цілей. Коли слід регулювати емоції, а коли – звертатися до них. Використання регуляційних стратегій для покращення психоемоційного стану клієнта. Практичні методи та інструменти, які допомагають клієнтам навчитися краще керувати своїми емоціями.

ТЕМА 6. ДИФЕРЕНЦІЙНЕ ВТРУЧАННЯ В ЕМОЦІЙНУ СФЕРУ

Концепція диференційного втручання: специфіка втручання залежно від типу емоцій. Вибір стратегії втручання відповідно до особливостей емоційного стану клієнта. Практичні підходи до підтримки адаптивних емоцій та зміни дезадаптивних емоційних патернів.

ТЕМА 7. РОБОТА З АДАПТИВНИМИ ЕМОЦІЯМИ ТА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ У ТЕРАПІЇ

Важливість адаптивних емоцій для особистісного зростання та психологічного здоров'я. Методи звернення до адаптивних емоцій з метою ініціювання позитивних змін. Розгляд конкретних практик та технік, які допомагають клієнтам використовувати власні ресурси для подолання емоційних труднощів.

ТЕМА 8. ФАЗИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНИХ РЕАКЦІЙ

Розгляд етапів формування емоційної реакції та їх значення для терапевтичного процесу. Ідентифікація ключових фаз: тригерна, процесуальна та фазова фаза завершення емоційної реакції. Аналіз емоційних реакцій у контексті терапевтичного прогресу.

ПРОГРАМНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ

Інтегральна компетентність, загальні компетентності, спеціальні (фахові) компетентності

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.

ЗК6. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК10. Здатність встановлювати, підтримувати ділові та міжособистісні комунікації у галузі психології та інших сферах життя.

ЗК11. Здатність у професійній діяльності вирішувати завдання з обов'язковим дотриманням вимог охорони праці, використанням останніх досягнень науково-технічного прогресу та міжнародного досвіду безпеки, збереження життя, здоров'я та працездатності, відповідальності за особисту та колективну безпеку в повсякденних умовах та під час надзвичайних ситуацій, особливого, воєнного стану.

Спеціальні компетентності (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.

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 професійної діяльності.

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

СК11. Здатність надавати психологічну допомогу особистості під час переживання життєвих і професійних криз з використанням спеціальних прийомів та методів.

Програмні результати навчання

Після вивчення дисципліни здобувач повинен продемонструвати набуті результати навчання:

ПРН1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно- комунікаційних технологій.

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

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.

ПРН12. Надавати психологічну допомогу особистості під час переживання життєвих і професійних криз з використанням спеціальних прийомів та методів.

ПРН16. Вирішувати професійні завдання з обов'язковим дотриманням вимог охорони праці, використанням останніх досягнень науково-технічного прогресу та міжнародного досвіду безпеки, збереження життя, здоров'я та працездатності, відповідальності за особисту та колективну безпеку в повсякденних умовах та під час надзвичайних ситуацій, особливого, воєнного стану.

4. Структура навчальної дисципліни «Емоційно-фокусована психотерапія»

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього о	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	ла б	ін д	с.р.		л	п	ла б	ін д	с.р. .
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовий модуль 1. Емоційно-фокусована психотерапія: основні поняття та загальні проблеми												
Тема 1 Вступ до емоційно-фокусованої психотерапії	15	2	3			10	15	2				13
Тема 2 Роль і функції емоцій у психічному житті людини	15	2	3			10	14					14
Тема 3 Процесуальний діагноз в емоційно-фокусованій психотерапії	15	2	3			10	15	2				13
Тема 4 Типи емоційних виразів та їх розпізнавання	15	2	3			10	16		2			14
Разом за змістовним модулем 1	60	8	12			40	60	4	2			54
Змістовий модуль 2. Практичне застосування теоретичних знань та формування навичок роботи з емоціями												
Тема 5 Регуляція та управління емоціями в терапевтичному процесі	15	2	3			10	15		2			13
Тема 6 Диференційне втручання в емоційну сферу	15	2	3			10	16	2				14
Тема 7 Робота з адаптивними емоціями та їх використання у терапії	15	2	3			10	13					13
Теми 8 Фази формування емоційних реакцій	15	2	3			10	16	2				14
Разом за змістовим модулем 2	60	8	12			40	60	4	2			54
Усього годин з дисципліни	120	16	24			80	120	8	4			108

5. ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ (не передбачено планом)

6. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Д.ф.н .	З.ф.н.
Змістовий модуль 1 Емоційно-фокусована психотерапія: основні поняття та загальні проблеми			
1	Ознайомлення з основними принципами емоційно-фокусованої психотерапії	2	
2	Визначення та аналіз емоційних станів	2	
3	Розпізнавання адаптивних та дезадаптивних емоцій	2	
4	Техніки процесуального діагнозу в ЕФТ	2	
5	Навички розпізнавання типів емоційних виразів	2	
6	Регуляція емоцій: техніки та підходи	2	2
	Разом за змістовим модулем 1	12	2
Змістовий модуль 2. Практичне застосування теоретичних знань та формування навичок роботи з емоціями			
1	Управління емоціями в терапевтичному процесі	2	2
2	Диференційне втручання в емоційну сферу	2	
3	Робота з адаптивними емоціями для позитивних змін	2	
4	Ідентифікація фаз формування емоційних реакцій	2	
5	Використання невербальних сигналів у роботі з емоціями	2	
6	Практичне застосування методів діагностики емоцій	2	
	Разом за змістовим модулем 2	12	2
	Разом	24	4

7. ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ (не передбачено планом)

8. САМОСТІЙНА РОБОТА

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Д.ф.н .	З.ф.н.
Змістовий модуль 1. Емоційно-фокусована психотерапія: основні поняття та загальні проблеми			
1	Історичний розвиток емоційно-фокусованої психотерапії	6	8
2	Порівняння емоційно-фокусованої терапії з іншими психотерапевтичними підходами	5	8
3	Емоції як основа психотерапевтичної роботи	6	7
4	Теоретичні основи адаптивних та дезадаптивних емоцій	5	8
5	Емоційна обізнаність та її значення у терапії	6	7
6	Процесуальний діагноз: структура та методи	6	8
7	Способи розпізнавання базових емоцій у клієнтів	6	8
Змістовий модуль 2. Практичне застосування теоретичних знань та формування навичок роботи з емоціями			

1	Техніки розвитку навичок емоційної регуляції	6	8
2	Роль невербальних проявів у вираженні емоцій	5	8
3	Психологічні моделі емоційної реакції	6	7
4	Застосування технік диференційного втручання	5	8
5	Стратегії роботи з дезадаптивними емоційними патернами	6	7
6	Використання адаптивних емоцій для особистісного зростання	6	8
7	Етичні аспекти роботи з емоціями в психотерапії	6	8
	Разом	80	108

Підсумкова тека: контрольна робота. Залік.

9. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Проведення лекційних і практичних занять, слайдові презентації (у програмі Power Point) з кожної теми, роздатковий матеріал, дискусійне обговорення проблемних питань.

11. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Виконання модульних контрольних робіт, індивідуальних завдань, самостійне вивчення окремих тем курсу.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів за усіма видами навчальних робіт проводиться за поточним, модульним проміжним та підсумковим контролюми. Поточний контроль знань здобувачів з навчальної дисципліни здійснюється у формі усного опитування, письмового експрес-контролю, виступів здобувачів під час обговорення теоретичних питань. Модульний проміжний контроль проводиться з метою визначення стану поточної успішності студентів за певний період навчання. Контрольні завдання за змістовим модулем включають тестові питання.

Контроль самостійної роботи здійснюється:

з лекційного матеріалу — шляхом перевірки конспектів;

з практичних занять — за допомогою перевірки виконаних завдань.

Усі контрольні заходи включено до 100-бальної шкали оцінювання.

Підсумковий контроль здійснюється з метою оцінювання результатів навчання здобувачів за семестр. Підсумковий семестровий контроль знань відбувається на заліку у письмовій формі. Екзаменаційний білет включає 4 питання.

ОЦІНЮВАННЯ					
Форми поточного та підсумкового контролю			Поточний контроль – 100 балів		
КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ					
Підсумкові бали з навчальної дисципліни визначаються як сума балів, отриманих здобувачем протягом семестру.					
	Залік				
	Питання 1	Питання 2	Питання 3	Питання 4	СУМА
	10 балів	10 балів	10 балів	10 балів	40 балів
Практичні заняття					

	п/р 1	п/2	п/р 3	п/р 4	п/р 5,6	п/р 7,8	СУМА
	5 балів	5 балів	5 балів	5 балів	5 балів	5 балів	30 балів

Підсумкова оцінка виставляється з урахуванням суми всіх балів, з додаванням 10 балів за ведення конспекта.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: НАЦІОНАЛЬНА ТА ECTS			
Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		Оцінка	Пояснення
90—100	Відмінно («зараховано»)	A	«Відмінно» — теоретичний зміст курсу освоєний цілком, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом сформовані, всі навчальні завдання, які передбачені програмою навчання виконанні в повному обсязі, відмінна робота без помилок або з однією незначною помилкою.
80—89		B	«Дуже добре» — теоретичний зміст курсу освоєний цілком, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, всі навчальні завдання, які передбачені програмою навчання виконанні, якість виконання більшості з них оцінено числом балів, близьким до максимального, робота з двома - трьома незначними помилками.
75—79		C	«Добре» — теоретичний зміст курсу освоєний цілком, практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, всі навчальні завдання, які передбачені програмою навчання виконанні, якість виконання жодного з них не оцінено мінімальним числом балів, деякі види завдань виконані з помилками, робота з декількома незначними помилками, або з однією - двома значними помилками.
65—74	Задовільно («зараховано»)	D	«Задовільно» — теоретичний зміст курсу освоєний не повністю, але прогалини не носять істотного характеру, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, більшість передбачених програмою навчання навчальних завдань виконано, деякі з виконаних завдань, містять помилки, робота з трьома значними помилками.
60—64		E	«Достатньо» — теоретичний зміст курсу освоєний частково, деякі практичні навички роботи не сформовані, частина передбачених програмою навчання навчальних завдань не виконані, або якість виконання деяких з них

			оцінено числом балів, близьким до мінімального, робота, що задовольняє мінімум критеріїв оцінки.
21—59	Незадовільно («не зараховано»)	FX	«Умовно незадовільно» — теоретичний зміст курсу освоєний частково, необхідні практичні навички роботи не сформовані, більшість передбачених програм навчання, навчальних завдань не виконано, або якість їхнього виконання оцінено числом балів, близьким до мінімального; при додатковій самостійній роботі над матеріалом курсу можливе підвищення якості виконання навчальних завдань (з можливістю повторного складання), робота, що потребує доробки
1—20		F	«Безумовно незадовільно» — теоретичний зміст курсу не освоєно, необхідні практичні навички роботи не сформовані, всі виконані навчальні завдання містять грубі помилки, додаткова самостійна робота над матеріалом курсу не приведе до значимого підвищення якості виконання навчальних завдань, робота, що потребує повної переробки

ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

- Що таке емоційно-фокусована психотерапія (ЕФТ) і в чому її основні особливості?
- Які основні принципи емоційно-фокусованої психотерапії?
- У чому полягає роль емоцій у формуванні психологічного здоров'я людини?
- Чим адаптивні емоції відрізняються від дезадаптивних?
- Яку роль відіграє емоційна обізнаність у психотерапевтичному процесі?
- Які етапи має процесуальний діагноз у ЕФТ?
- Чому важливо розпізнавати базові емоції у клієнта?
- Що таке емоційний тригер і як він впливає на емоційну реакцію?
- Як класифікуються емоції у контексті емоційно-фокусованої терапії?
- Які є види емоційної поведінки, що виникають у міжособистісних взаємодіях?
- Яка роль адаптивних емоцій у процесі терапії?
- Що таке диференційне втручання в емоції і коли воно використовується?
- Як визначити дезадаптивний емоційний патерн у клієнта?
- Які особливості має регуляція емоцій у терапевтичному процесі?
- У чому відмінність між емоційно-фокусованою терапією та когнітивно-поведінковою терапією?
- Які методи можна використовувати для підвищення емоційної обізнаності?
- Які є основні фази формування емоційної реакції?
- Які практичні методи існують для ідентифікації адаптивних емоцій?
- Як відрізнити емоційний вираз від емоційної реакції?
- Які функції виконують емоції у регуляції поведінки людини?
- Як аналізуються емоційні вирази у процесі терапії?
- У чому полягає значення невербальної комунікації в роботі з емоціями?
- Що таке емоційний патерн, і як його можна змінити?
- Які техніки використовуються для роботи з адаптивними емоціями?
- Чим важливий етап формування емоційної реакції для терапевтичної роботи?
- Яка роль терапевта у процесі управління емоціями клієнта?
- Яким чином емоції впливають на процес прийняття рішень?
- Як емоції можуть впливати на міжособистісні стосунки?
- Які є способи регуляції емоцій у контексті психотерапії?

- Як розуміння власних емоцій впливає на професійну діяльність терапевта?
- Що таке емоційний контекст і як він впливає на терапію?
- Які методи діагностики емоцій використовуються у емоційно-фокусованій терапії?
- Як терапевт може розпізнавати приховані емоції у клієнта?
- Які вправи допомагають клієнтам покращити розуміння власних емоцій?
- Чому важливий аналіз емоційних станів у терапевтичній практиці?
- Як визначаються професійні особливості емоційно-почуттєвої сфери людини?
- Яка специфіка роботи з емоційними реакціями у дитячій психології?
- Що таке емоційна безпека і як вона досягається у терапевтичному процесі?
- Які ризики існують у роботі з дезадаптивними емоціями?
- Як етичні норми впливають на роботу з емоціями в ЕФТ?
- Які переваги надає робота з адаптивними емоціями?
- Як клієнт може навчитися розпізнавати та регулювати власні емоції?
- Що таке емоційне зцілення і як воно досягається у ЕФТ?
- У чому полягає значення фазової моделі емоцій для терапії?
- Як можна підтримувати позитивні зміни, ініційовані через адаптивні емоції?
- Які стратегії можна використовувати для попередження рецидиву дезадаптивних емоцій?
- Які методи використовуються для оцінки ефективності емоційно-фокусованої терапії?
- Як соціальні та культурні фактори впливають на емоційне вираження у клієнтів?
- Як емоційна близькість та емпатія допомагають у терапевтичному процесі?
- Які навички є важливими для успішного проведення емоційно-фокусованої психотерапії?

12. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ВИКОРИСТАННЯ

- 1. Джонсон, С. Емоційно-фокусована терапія для пар: створення зв'язку / С. Джонсон; пер. з англ. – К.: Наш формат, 2021. – 348 с.
- 2. Greenberg, L. Emotion-Focused Therapy: Coaching Clients to Work Through Their Feelings / L. Greenberg. – Washington: American Psychological Association, 2015. – 206 p.
- 3. Джонсон, С. Емоційний інтелект в терапії: практика емоційно-фокусованого підходу / С. Джонсон. – М.: Інститут Психотерапії, 2018. – 256 с.
- 4. Greenberg, L. S., Watson, J. C. Emotion-Focused Therapy for Depression / L. S. Greenberg, J. C. Watson. – Washington, DC: American Psychological Association, 2006. – 220 p.
- 5. Елліс, А., Гарпер, Р. Новий погляд на емоції: емоційно-фокусована терапія / А. Елліс, Р. Гарпер. – Львів: Априорі, 2016. – 198 с.
- 6. Johnson, S. M., Greenberg, L. S. Emotionally Focused Therapy for Couples / S. M. Johnson, L. S. Greenberg. – New York: Guilford Press, 2003. – 416 p.
- 7. Віталій, Г. Сучасна емоційно-фокусована терапія: теорія та практика / Г. Віталій. – Харків: Психологічна наука, 2020. – 215 с.
- 8. Greenberg, L., Goldman, R. Emotion-Focused Couples Therapy: The Dynamics of Emotion, Love, and Power / L. Greenberg, R. Goldman. – Washington: American Psychological Association, 2008. – 240 p.
- 9. Гриншпун, І. Б. Емоційно-фокусована терапія: практичні підходи та техніки / І. Б. Гриншпун. – М.: Інститут Психотерапії, 2004. – 232 с.
- 10. Johnson, S. M. The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy: Creating Connection / S. M. Johnson. – 3rd ed. – New York: Routledge, 2019. – 384 p.
- 11. Greenberg, L. Emotion-Focused Therapy: Theory and Application / L. Greenberg. – New York: Springer, 2017. – 299 p.
- 12. Лісевич, А. В. Емоційно-фокусована терапія як метод роботи з кризовими станами особистості / А. В. Лісевич // Психологія та соціальна робота. – 2016. – № 3. – С. 45-51.
- 13. Greenberg, L., Rice, L., Elliott, R. Facilitating Emotional Change: The Moment-by-Moment Process / L. Greenberg, L. Rice, R. Elliott. – New York: Guilford Press, 1993. – 324 p.

14. Павлова, І. Емоційно-фокусована психотерапія: наукові основи та застосування / І. Павлова // Психологічний часопис. – 2019. – № 2. – С. 32-39.

Додаткові:

1. Джонсон С. М. (2004). Емоційно фокусована терапія пар: Створення зв'язку. *Routledge*.
2. Джонсон С. М., Грінберг Л. С. (1985). Емоційно фокусована терапія для пар. *The Guilford Press*.
3. Грінберг Л. С., Джонсон С. М. (1988). Емоційно фокусована терапія для пар: Процеси лікування та результати. *The Guilford Press*.
4. Грінберг Л. С. (2015). Емоційно-фокусована терапія: Тренування клієнтів для роботи з їхніми почуттями. *American Psychological Association*.
5. Джонсон С. М. (2019). Теорія прив'язаності на практиці: Емоційно фокусована терапія з індивідами, парами та сім'ями. *The Guilford Press*.
6. Джонсон С. М., Брюбакер Л. Л. (2016). Дорога ЕФТ до резилієнтності. *The Guilford Press*.
7. Ферроу Дж. Л., Джонсон С. М., Бредлі Б. (2011). Емоційно-фокусований кейсбук: Нові напрями в терапії пар. *Routledge*.
8. Грінберг Л. С. (2017). Емоційно-фокусована терапія депресії. *American Psychological Association*.
9. Бредлі Б., Ферроу Дж. (2004). Емоційно фокусована терапія пар: Для "чайників". *John Wiley & Sons*.
10. Вібі С. А., Джонсон С. М. (2016). Емоційно фокусована терапія для пар з травматичним досвідом: Зміцнення прив'язаності. *The Guilford Press*.

Інформаційні:

1. Грінман П. С., Джонсон С. М. (2013). "Процес дослідження емоційно фокусованої терапії (ЕФТ) для пар". *Journal of Marital and Family Therapy*.
2. Джонсон С. М., Зуккаріні Д. (2010). "ЕФТ для пар: Практика, заснована на доказах". *Journal of Clinical Psychology*.
3. Дентон В. Г., Джонсон С. М., Берлсон Б. Р. (2009). "Емоційно фокусована терапія (ЕФТ) для пар: Стан доказової бази". *Journal of Couple & Relationship Therapy*.

Розробники:

Доцент кафедри ПСГД к.п.н., доцент

Інна СКЛЯРЕНКО

Асистент кафедри ПСГД

Валентина БУКОВСЬКА