

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
 Факультет здоров'я, психології, фізичної культури і спорту
 Кафедра психології та педагогіки



СИЛАБУС

Навчальна дисципліна **Когнітивно-поведінкова терапія**

Освітньо-професійна програма **Психологія**

Рівень вищої освіти **Другий (магістерський)**

Загальна інформація

Позиція	Зміст інформації
Викладач(і)	Ігумнова Ольга Борисівна
Профайл викладача	Ігумнова Ольга Борисівна – Кафедра психології та педагогіки (khmnu.edu.ua)
E-mail викладача(ів)	ihumnovao@khmnu.edu.ua
Контактний телефон	+380679000833
Сторінка дисципліни в ІСУ	https://msn.khnu.km.ua/course/view.php?id=2417
Навчальний рік	2021-2022
Консультації	Очні: згідно розкладу; он-лайн: за необхідністю та попередньою домовленістю

Загальна характеристика дисципліни

Статус дисципліни	Форма навчання	Курс	Семестр	Загальний обсяг		Кількість годин						Форма семестрового контролю			
				Кредити ЄКТС	Години	Аудиторні заняття				Індивідуальна робота студента	Самостійна робота, в т.ч. ІРС	Курсовий проект	Курсова робота	Залік	Іспит
						Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття						
В	Д	1	2	4,0	120	48	16		32		72			+	
В	З	1	2	4,0	120	8	4		4		112			+	

Анотація навчальної дисципліни

Когнітивно-поведінкова терапія є одним з найбільш ефективних та досліджених методів допомоги з науковою базою і доведеною результативністю. Використання когнітивно-поведінкової терапії дозволяє швидко та ефективно долати більшість розладів (тривожні розлади, залежності, нав'язливості, посттравматичний стресовий розлад, фобії, сексуальні розлади, неврози, депресії, панічні атаки тощо). У західній психотерапії є найбільш поширеним напрямком психотерапії, що засвідчує високі результати у відносно короткий термін. Когнітивно-поведінкова терапія є ефективним інструментом самопомоги у подоланні труднощів, керуванні стресовими станами та психологічними проблемами, що погіршують якість життя. Когнітивно-поведінкова терапія допомагає по-іншому подивитися на те, як ми мислимо, віднайти та усвідомити необ'єктивні чи негативні інтерпретації, оцінки та сприйняття ситуації, здійснити зміни у поведінці, емоційному реагуванні та бути самому собі терапевтом. При викладанні дисципліни використовуються традиційні та інноваційні технології, зокрема: лекції-візуалізації; практичні заняття з використанням елементів тренінгу та коучингу, рольових ігор, робота в колі; самостійна робота.

Мета і завдання дисципліни

Мета дисципліни – поглиблення знань з теорії і практики когнітивно-поведінкової терапії та формування навичок застосування технік когнітивно-поведінкової терапії.

Завдання дисципліни – надати студентам знання сутності та механізмів психологічного впливу засобів когнітивно-поведінкової терапії; вивчення моделей розвитку проблеми клієнта; визначення особливостей застосування сучасних теорій когнітивно-поведінкової терапії; набуття досвіду роботи з базовими техніками когнітивно-поведінкової терапії, формулювання проблеми клієнта, проведення діагностики; оволодіння навичками роботи з автоматичними думками, когнітивними спотвореннями, підтримуваними циклами; визначення структури консультативної сесії та терапевтичного процесу когнітивно-поведінкової терапії.

Очікувані результати навчання

Студент, який успішно завершив вивчення дисципліни, повинен: здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій; розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість; оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації; вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності; здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності.

Тематичний і календарний план вивчення дисципліни

№ тижня	Тема лекції*	Тема практичного заняття*	Самостійна робота студентів		
			Зміст	Год.	Література
1	2	3	4	5	6
1-2	Етапи розвитку когнітивно-поведінкової терапії	Когнітивно-поведінкова терапія: можливості, переваги, завдання	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготовка до дискусії «Особливості та переваги когнітивно-поведінкової терапії»	4	[1] с.13-20; [2] с. 4-13; [15] с.168-177
		Теорії та техніки поведінкового підходу	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати презентацію з практичним елементом «Перша хвиля розвитку когнітивно-поведінкової терапії»	6	[1] с. 201-217; [15] с. 196-204
3-4	Теорії когнітивної терапії	Засоби раціонально-емотивної поведінкової терапії	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати комплекс «Техніки другої хвилі розвитку когнітивно-поведінкової терапії»	4	[9] 191-201; [15] с.178-195; [16] с. 52-61
		Теорії та техніки когнітивної терапії	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати доповідь «Засоби когнітивної та мультимодальної терапії». Підготовка до ТК	4	[1] с.171-204; [15] с.178-195; [19] с.48-54
5-6	Інтеграційні моделі когнітивно-поведінкової терапії	Підходи до консультування метакогнітивної терапії	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати доповідь «Когнітивна та метакогнітивна терапія: відмінності концепцій»	4	[1] с. 346-351; [22] с.38-44
		Консультування засобами схема-терапії та терапії співчуття	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати доповідь «Схема-терапія та терапія співчуття: особливості та цілі застосування»	4	[1] с. 361-368; [7] с. 27-42
7-8	Сучасні теорії когнітивно-поведінкової терапії	Діалектична поведінкова терапія у консультуванні	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати презентацію з практичним елементом «Застосування майнфулнес когнітивної терапії»	6	[1] с. 352-358; [9] с. 222-229
		Засоби терапії прийняття та відповідальності	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати доповідь «Терапія прийняття	4	[1] с. 358-361; [20] с. 263-285

			та відповідальності: особливості та техніки». Підготовка до ТК.		
9-10	КПТ-модель розвитку проблеми	КПТ-модель у терапевтичному процесі	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати демонстрацію прикладів структури когнітивної моделі.	4	[1] с. 20-33; [3] с.12-21; [4] с. 21-27; [11] с.11-18
		Формулювання проблеми клієнта	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати демонстрацію прикладу КПТ-формулювання проблеми.	4	[1] с. 87-93; [17] с.78-86; [18] с. 21-28
11-12	Особливості консультативного процесу когнітивно-поведінкової терапії	Особливості діагностичної сесії в когнітивно-поведінковій терапії	Підготовка до практичного заняття за темою. Провести дослідження за опитувальниками «Опитувальник тривожних розладів» та «Опитувальник депресії» А. Бека. Підготувати 15-20 скарг.	4	[1] с. 77-86; [4] с. 13-19; [9] с. 23-29
		Техніки роботи з автоматичними думками та переконаннями	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати 15 прикладів автоматичних думок, посередніх та глибинних переконань. Підготовка до ТК.	4	[8] с. 67-74; [11] с. 27-38; [16] с. 39-48
13-14	Підходи до аналізу проблеми клієнта у когнітивно-поведінковій терапії	Техніки роботи з когнітивними спотвореннями	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати приклади когнітивної реструктуризації.	4	[5] с.87-98; [12] с.42-49; [13] с.51-58
		Техніки роботи з підтримуючими циклами	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати приклади підтримуючих циклів при різних розладах особистості.	4	[4] с. 63-71; [10] с. 78-89; [18] с. 46-52
15-16	Когнітивно-поведінкова терапія тривожних розладів	Консультування осіб з тривожними розладами	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати презентацію з практичним елементом «Когнітивно-поведінкова терапія тривожних розладів».	6	[1] с. 303-312; [3] с. 24-35; 86-97; [10] с. 72-89; [17] с. 82-93
		Особливості терапії осіб з тривожними розладами	Підготовка до практичного заняття за темою. Підготувати демонстрацію елементу консультативної сесії. Підготовка до ТК.	6	[1] с. 313-327; [5] с. 18-23; 56-67; [8] с. 12-23; [13] с. 52-63

Примітка: * Лекції проводяться через тиждень – по дві години, практичні заняття – по чотири години через тиждень.

Політика дисципліни

Організація освітнього процесу в Університеті відповідає вимогам положень про організаційне і навчально-методичне забезпечення освітнього процесу, освітній програмі та навчальному плану. Здобувач вищої освіти зобов'язаний відвідувати лекції і практичні заняття згідно з розкладом, не запізнюватися на заняття, практичні завдання виконувати відповідно до графіка.

Термін опрацювання матеріалу практичного заняття вважається своєчасним, якщо студент опрацював його відповідно до розкладу занять або не пізніше двох тижнів після того, як воно відбулося. Пропущене практичне заняття студент має відпрацювати у встановлений викладачем термін, але не пізніше, ніж за два тижні до кінця теоретичних занять у семестрі.

Здобувачі вищої освіти при вивченні дисципліни можуть користуватись як наявним в аудиторіях кафедри комп'ютерним обладнанням, так і власними пристроями (ноутбуками, планшетами, смартфонами). Власними пристроями можна користуватися як для роботи в системі Moodle, так і для доступу до зовнішніх інформаційних ресурсів, які необхідні для виконання практичних робіт і домашніх завдань.

До практичних занять студент має підготуватися за відповідною темою і проявляти активність. Набутті особою знання з дисципліни або її окремих розділів у неформальній освіті зараховуються відповідно до Положення про порядок визнання та перезарахування результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ <http://surl.li/codwt>

Здобувач вищої освіти виконуючи практичні і самостійні роботи з дисципліни має дотримуватися політики доброчесності. У разі наявності плагіату в будь-яких видах навчальної роботи здобувач вищої освіти отримує незадовільну оцінку і має повторно виконати завдання з відповідної теми (виду роботи), що передбачені робочою програмою (силабусом).

Критерії оцінювання результатів навчання

Оцінювання академічних досягнень студента здійснюється відповідно до «Положення про контроль і оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ». Кожен вид роботи з дисципліни оцінюється за інституційною чотирибальною шкалою. Семестрова підсумкова оцінка визначається як середньозважена з усіх видів навчальної роботи, виконаних і зданих позитивно з урахуванням коефіцієнта вагомості. Вагові коефіцієнти визначаються відповідно до структури дисципліни і важливості окремих видів її робіт.

Оцінювання навчальних досягнень студентів денної форми навчання складається з таких елементів: усне опитування, тестовий контроль, презентація; завдання СРС.

Структурування дисципліни за видами робіт і оцінювання результатів навчання студентів денної форми навчання у семестрі за ваговими коефіцієнтами

Аудиторна робота		Самостійна робота студента				Семестровий контроль
Усне опитування		Презентація		Тестовий контроль		Залік (за рейтингом)
T1-4	T5-8	1	2	3	4	
ВК:	0,25	0,25		0,25		0

Умовні позначення: T – тема; ВК – ваговий коефіцієнт; СР – самостійна робота.

Пропущене заняття студент зобов'язаний відпрацювати у встановлений викладачем термін, але не пізніше, ніж за два тижні до кінця теоретичного навчання у семестрі.

Оцінювання результатів навчання здобувачів заочної форми навчання складається з таких елементів: контрольна робота, усне опитування, тестовий контроль.

Структурування дисципліни за видами робіт і оцінювання результатів навчання студентів заочної форми навчання у семестрі за ваговими коефіцієнтами

Аудиторна робота		Самостійна робота студента	Семестровий контроль (залік)
Усне опитування	Тестовий контроль	Контрольна робота	За рейтингом
ВК:	0,2	0,4	0

Умовні позначення: ВК – ваговий коефіцієнт.

Критерії оцінювання за видами робіт

Усне опитування

Оцінювання знань студентів під час практичного заняття здійснюється за такими критеріями:

Оцінка за інституційною шкалою	Узагальнений критерій
Відмінно	Студент глибоко і у повному обсязі опанував зміст навчального матеріалу, легко в ньому орієнтується і вміло використовує понятійний апарат; уміє пов'язувати теорію з практикою, вирішувати практичні завдання, впевнено висловлювати і обґрунтовувати свої судження. Відмінна оцінка передбачає грамотний, логічний виклад відповіді (як в усній, так і у письмовій формі), якісне зовнішнє оформлення роботи. Студент не вагається при видозміні запитання, вміє робити детальні та узагальнюючі висновки. При відповіді допустив дві-три несуттєві помилки.
Добре	Студент виявив повне засвоєння навчального матеріалу, володіє понятійним апаратом, орієнтується у вивченому матеріалі; свідомо використовує теоретичні знання для вирішення практичних задач; виклад відповіді грамотний, але у змісті і формі відповіді можуть мати місце окремі неточності, нечіткі формулювання закономірностей тощо. Відповідь студента має будуватися на основі самостійного мислення. Студент у відповіді допустив дві-три несуттєві помилки.
Задовільно	Студент виявив знання основного програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та практичної діяльності за професією, справляється з виконанням практичних завдань, передбачених програмою. Як правило, відповідь студента будується на рівні репродуктивного мислення, студент має слабкі знання структури курсу, допускає неточності і суттєві помилки у відповіді, вагається при відповіді на видозмінене запитання. Разом з тим набув навичок, необхідних для виконання нескладних практичних завдань, які

	відповідають мінімальним критеріям оцінювання і володіє знаннями, що дозволяють йому під керівництвом викладача усунути неточності у відповіді.
Незадовільно	Студент виявив розрізнені, безсистемні знання, не вміє виділяти головне і другорядне, допускається помилок у визначенні понять, перекидає їх зміст, хаотично і невпевнено викладає матеріал, не може використовувати знання при вирішенні практичних завдань. Як правило, оцінка «незадовільно» виставляється студенту, який не може продовжити навчання без додаткової роботи з вивчення дисципліни.

Тестовий контроль

Тестування відбувається у Модульному середовищі для навчання ХНУ. Студент може пройти тест письмово за умови здачі заборгованості або відсутності технічних можливостей для комп'ютеризованого проходження тесту.

На тестування відводиться 15 хвилин. Тематичний тест складається з 10 тестових завдань, кожне з яких оцінюється одним балом. Максимальна сума балів, яку може набрати студент, складає 10. Оцінювання здійснюється за чотирибальною шкалою. Відповідність набраних балів за тестове завдання оцінці, що виставляється студенту, наведена у таблиці.

Сума балів за тестові завдання	0–4	5–6	7–8	9–10
Оцінка за інституційною шкалою	2	3	4	5

При отриманні негативної оцінки тест слід перездати до терміну наступного контролю.

Презентація

Кожен здобувач має розробити і захистити презентацію з практичними вправами відповідно обраної теми. Захист презентації відбувається на практичному занятті за критеріями, що наведені нижче.

Критерії оцінювання презентації

Оцінка за інституційною шкалою	Узагальнений критерій оцінювання презентації
Відмінно	В основі презентації ключові положення, які повністю розкривають тему; містять наукову, змістовну інформацію; мають чітку, логічно вибудовану структуру; правильно оформлені посилання на інформаційні джерела. Вправи, техніки та засоби, що демонструються відповідають змісту теми та меті презентації. Дотримані терміни здачі електорного варіанту презентації та технічні вимоги до оформлення. Застосовані оригінальні та різноманітні техніки та методи. Здобувач вільно володіє вправами та теоретичним матеріалом, використано роздаткові матеріали.
Добре	Презентація має в основі декілька ключових положень, які не повністю розкривають тему; загалом відповідає тематиці презентації та є досить інформативним; неповністю представлені інформаційні джерела або не всі правильно оформлені. Незначні порушення у структурі або процедурі проведення практичної частини. Незначні порушення часових рамок проведення технік. Відсутні роздаткові матеріали або обрані одноманітні техніки та методи.
Задовільно	Презентація має в основі декілька ключових положень; подання інформації не структуроване; немає посилань на використані джерела або вони не правильно оформлені. Порушення у структурі і процедурі проведення презентації та практичної частини. Здобувач був дезорієнтований при проведенні технік, недотримання часового регламенту, відсутній зворотній зв'язок з групою.
Незадовільно	В презентації не визначені ключові положення; відсутня структура та логіка; немає посилань на використані джерела. Суттєві порушення у структурі, процедурі проведення та оформленні презентації. Техніки не відповідають темі та меті презентації. Відсутнє розуміння змісту та мети обраних технік.

Контрольна робота

Контрольна робота студентів заочної форми навчання включає два теоретичних питання та практичне завдання. Зміст та вимоги до написання та оформлення контрольної роботи подані у методичних вказівках, розміщених у Модульному середовищі для навчання ХНУ.

Критерії оцінювання контрольної роботи студентів заочної форми навчання

Оцінка за інституційною шкалою	Узагальнений критерій оцінювання контрольної роботи студентів заочної форми навчання
Відмінно	Зміст питань розкрито повно і грамотно, вірно використано понятійний апарат; логічний виклад відповіді державною мовою; проявлено творчий підхід та самостійне мислення. Дотримані всі вимоги оформлення контрольної роботи. При написанні допущено дві-три несуттєві похибки.
Добре	Зміст питань розкрито повно. Показано повне засвоєння навчального матеріалу, володіння

	понятійним апаратом і фаховою термінологією; виклад відповіді грамотний, але у змісті і формі питань можуть мати місце окремі неточності, нечіткі формулювання тощо. Відповідь будується на основі самостійного мислення. Дотримані не всі вимоги оформлення контрольної роботи. Допущено дві-три несуттєві помилки.
Задовільно	Зміст питань розкрито неповно. Виявлено знання основного програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та практичної діяльності за професією. Відповідь будується на рівні репродуктивного мислення, слабкі знання структури курсу, допускає неточності і суттєві помилки у відповіді. Не дотримано вимог оформлення контрольної роботи.
Незадовільно	Зміст питань не розкрито. Виявлено розрізнені, безсистемні знання, допущені суттєві помилки у визначенні понять, перекручено їх зміст, виклад матеріалу хаотичний. Не дотримано вимог оформлення контрольної роботи.

Підсумкова оцінка за семестр згідно з інституційною шкалою і шкалою ЄКТС встановлюється в автоматизованому режимі після внесення викладачем усіх оцінок до Електронного журналу. При цьому за інституційною шкалою ставиться відповідна оцінка, а за шкалою ЄКТС – буквене позначення оцінки, що відповідає набраній студентом кількості балів відповідно до таблиці співвідношення.

Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС

Оцінка ЄКТС	Інституційна інтервальна шкала балів	Інституційна оцінка	Інституційна оцінка, критерії оцінювання	
A	4,75 – 5,00	5	Зараховано	Відмінно – глибоке і повне опанування навчального матеріалу і виявлення відповідних умінь і навичок.
B	4,25 – 4,74	4		Добре – повне знання навчального матеріалу з кількома незначними помилками.
C	3,75 – 4,24	4		Добре – в загальному правильна відповідь з двома-трьома суттєвими помилками.
D	3,25 – 3,74	3		Задовільно – неповне опанування програмного матеріалу, але достатнє для практичної діяльності за професією.
E	3,00 – 3,24	3		Задовільно – неповне опанування програмного матеріалу, що задовольняє мінімальні критерії оцінювання.
FX	2,00 – 2,99	2	Не зараховано	Незадовільно – безсистемність одержаних знань і неможливість продовжити навчання без додаткових знань з дисципліни.
F	0,00 – 1,99	2		Незадовільно – необхідна серйозна робота і повторне вивчення дисципліни.

Залік виставляється, якщо середньозважений бал, який отримав студент з дисципліни, знаходиться у межах від 3,00 до 5,00 балів. При цьому за інституційною шкалою ставиться оцінка «зараховано», а за шкалою ЄКТС – буквене позначення оцінки, що відповідає набраній студентом кількості балів відповідно до таблиці співвідношення.

Питання для підсумкового контролю з дисципліни

- 1 Охарактеризуйте суттєві особливості та сфери застосування когнітивно-поведінкової терапії.
- 2 Охарактеризуйте відмінності когнітивно-поведінкової психотерапії від інших напрямків терапії.
- 3 Визначте основні теоретичні положення та завдання когнітивно-поведінкової терапії.
- 4 Визначте ключові поняття когнітивно-поведінкової психотерапії.
- 5 Охарактеризуйте основні етапи розвитку когнітивно-поведінкової терапії.
- 6 Охарактеризуйте теорії першої хвилі розвитку когнітивно-поведінкової терапії.
- 7 Охарактеризуйте теорії другої хвилі розвитку когнітивно-поведінкової терапії.
- 8 Охарактеризуйте теорії третьої хвилі розвитку когнітивно-поведінкової терапії.
- 9 Розкрийте сутність раціонально-емоційної поведінкової терапії А. Елліса.
- 10 Розкрийте сутність когнітивної терапії А. Бека.
- 11 Розкрийте особливості когнітивно-біхевіоральної модифікації Д. Мейхенбаума.
- 12 Розкрийте сутність мультимодальної терапії А. Лазаруса.
- 13 Охарактеризуйте інтеграційні моделі когнітивно-поведінкової терапії.
- 14 Розкрийте особливості метакогнітивної терапії.
- 15 Розкрийте сутність схема-терапії Дж. Янга.
- 16 Розкрийте особливості терапії співчуття.

- 17 Розкрийте особливості майнфулнес-орієнтованої когнітивної терапії.
- 18 Розкрийте особливості медитація повноти усвідомлення Д. Кабат-Зінна.
- 19 Розкрийте особливості когнітивної терапії, заснованої на усвідомленості.
- 20 Розкрийте особливості діалектичної поведінкової терапії М. Лінехан.
- 21 Розкрийте особливості терапії прийняття та відповідальності С. Хайеса і Дж. Вільсона.
- 22 Розкрийте основні вимоги до психотерапевтичних взаємин у когнітивно-поведінковій терапії.
- 23 Розкрийте сутність принципів та чинників ефективності психотерапевтичних взаємин КПТ.
- 24 Охарактеризуйте проблеми, що виникають в ході терапії.
- 25 Охарактеризуйте складові структури когнітивної моделі.
- 26 Розкрийте сутність АВС-моделі у терапевтичному процесі.
- 27 Розкрийте сутність автоматичних думок.
- 28 Розкрийте сутність дисфункціональних когнітивних припущень.
- 29 Розкрийте сутність глибинних переконань.
- 30 Розкрийте сутність когнітивних спотворень та їх специфіку.
- 31 Охарактеризуйте види когнітивних спотворень.
- 32 Охарактеризуйте основні принципи когнітивно-поведінкової терапії.
- 33 Охарактеризуйте етап терапії: аналіз проблеми клієнта.
- 34 Охарактеризуйте складові КПТ-формувань.
- 35 Охарактеризуйте особливості підтримуючого циклу.
- 36 Охарактеризуйте особливості проведення першої діагностичної сесії в КПТ.
- 37 Розкрийте особливості формування списку проблем клієнта і цілей терапії.
- 38 Розкрийте особливості структури сесій КПТ.
- 39 Розкрийте особливості плану терапії КПТ.
- 40 Охарактеризуйте особливості когнітивно-поведінкової терапії тривожних розладів.

Рекомендована література

Основна

- 1 Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів: Галицька видавнича спілка, 2021. 416 с.
- 2 Давидова О. В. Майндфулнес-технології регуляції стресостійкості в роботі практичного психолога з учнями юнацького віку. Кременчук, 2022. 56 с.
- 3 Ентоні М., Рова К. Розлад соціальної тривоги. Львів: Свічадо, 2018. 122с.
- 4 Рем Л. Депресія. Львів: Свічадо, 2022. 112 с.
- 5 Сергієнко О. Якщо ви надмірно переживаєте за все. Львів: Свічадо, 2018. 100 с.

Додаткова

- 6 Абрамовіц Дж. С., Джейкобі Раян Джейн. Обсесивно-компульсивний розлад у дорослих. Львів: Свічадо, 2018. 156 с.
- 7 Арнц А., Якоб Г. Схема-терапія: модель роботи з частками. Львів: Свічадо, 2014. 264 с.
- 8 Батлер Д. Подолати соціальну тривогу. Львів: Свічадо, 2014. 96 с.
- 9 Брієр Д., Скотт К. Основи травмофокусованої психотерапії. Львів: Свічадо, 2015. 448 с.
- 10 Вайтгед Л. Подолати розлад харчової поведінки. Львів: Свічадо, 2014. 112 с.
- 11 Вестбрук Д. Подолати депресію. Львів: Свічадо, 2014. 92 с.
- 12 Вестбрук Д., Моррісон Н. Подолати обсесивно-компульсивний розлад. Львів: Свічадо, 2016. 80 с.
- 13 Вестбрук Д., Рауф Х. Подолати панічний розлад. Львів: Свічадо, 2014. 74 с.
- 14 Злишков В. Л., Лукомська С. О., Копилов С. О. Майндфулнесс підхід в контексті розвитку автентичності особистості. *Методологічні закономірності формування автентичності фахівців соціономічних професій: монографія*. Київ, 2017. 336 с.
- 15 Клосські Д., Дженніфер Дж. Несуїцидна самоушкоджувальна поведінка. Львів: Свічадо, 2022. 152 с.
- 16 Маркер К., Ейлворд Е. Генералізований тривожний розлад. Львів: Свічадо, 2017. 123 с.
- 17 Сандерс Д. Подолати фобію. Львів: Свічадо, 2014. 88 с.
- 18 Peeters N, van Passel B, Krans J. The effectiveness of schema therapy for patients with anxiety disorders, OCD, or PTSD: A systematic review and research agenda. *Br J Clin Psychol*. 2021 Jul 23.