

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Міністерства охорони  
здоров'я України

13 грудня 2023 року № 2118

### Перелік

#### методів психотерапії з доведеною ефективністю

Цей Перелік методів і наведені у ньому рекомендації не є виключними. Застосовуватися можуть й інші методи, відсутні у переліку, які мають рівні доказовості А чи В (відповідно до Методики розробки та впровадження медичних стандартів медичної допомоги на засадах доказової медицини, затвердженої наказом Міністерства охорони здоров'я України від 28 вересня 2012 року № 751, зареєстрованої в Міністерстві юстиції України 29 листопада 2012 року за № 2001/22313).

Застосування конкретного методу психотерапії (інтервенції, методики) до конкретного розладу чи стану визначається стандартами медичної допомоги та відповідними клінічними протоколами.

Назва методу	Застосування
1	2
Арт-терапія (у тому числі музична терапія та інші методики, базовані на арт-терапії)	(F32) Депресивний епізод; (F34.1) Дистимія; (F41) Інші тривожні розлади; (F60-F69) Розлади зрілої особистості та поведінкові розлади; (F84.0) Дитячий аутизм; (F43) Реакція на тяжкий стрес та розлади адаптації; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
Гештальт терапія	(F32) Депресивний епізод; (F34.1) Дистимія; (F41) Інші тривожні розлади; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
Десенсибілізація та репроцесуалізація рухом очей (EMDR)	(F43) Реакція на тяжкий стрес та розлади адаптації; (F40) Фобійні тривожні розлади; (F41) Інші тривожні розлади; (F32) Депресивний епізод; (F33) Рекурентні депресивні розлади; (F44) Дисоціативні [конверсійні] розлади; (F42) Обсесивно-

Назва методу	Застосування
1	2
	компульсивний розлад (ОКР); (F45.1) Соматичні симптоматичні розлади. Розлад соматичних симптомів:
<b>Діалектично-поведінкова терапія</b>	(F40) Фобійні тривожні розлади; (F41) Інші тривожні розлади; (F42) Обсесивно-компульсивний розлад; (F32) Депресивний епізод; (F34.1) Дистимія; (F44) Дисоціативні [конверсійні] розлади;(F60.3) Емоційно нестабільні розлади особистості; (F91) Розлади поведінки; (F92) Змішані розлади поведінки та емоцій; (F93) Розлади емоцій, початок яких специфічний для дитячого віку; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Емоційно фокусована терапія</b>	(F32) Депресивний епізод; (F43.1) Посттравматичний, стресовий розлад; (F41) Інші тривожні розлади; (F50) Розлади, пов'язані із споживанням їжі; (F60.6) Тривожні розлади особистості (F54); сексуальні дисфункції, не обумовлені органічним порушеннями або хворобами (F32.0) Легкий[en] депресивний епізод (F32.1) Помірний депресивний епізод; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Інтерперсональна терапія (ІРТ) (у тому числі й інтервенції та методики базовані на ІРТ)</b>	(F32) Депресивний епізод; (F33) Рекурентні депресивні розлади; (F34.1) Дистимія; F90-F98 Розлади поведінки та емоцій, які починаються здебільшого в дитячому та підлітковому віці; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.

Назва методу	Застосування
1	2
<b>Клієнт-центрована терапія / особистісно-центрована терапія</b>	(F32) Депресивний епізод (F41) Інші тривожні розлади (F60-F69) Розлади зрілої особистості та поведінкові розлади (F45) Соматоформні розлади; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Когнітивно-поведінкова терапія (у тому числі, травмо-фокусована КПТ, наративно-експозиційна терапія, когнітивно-процесуальна терапія, когнітивна терапія, пролонгована експозиція та інші інтервенції та методики базовані на КПТ)</b>	Психічні та поведінкові розлади: (F07) Розлади особистості та поведінки внаслідок хвороби, ушкодження та дисфункції головного мозку; (F07.2) Постконтузійний [посттравматичний] синдром; (F10-F19) Розлади психіки та поведінки внаслідок вживання психоактивних речовин; (F20-F29) Шизофренія, шизотипові стани та маячні розлади; (F30-F39) Розлади настрою [афективні розлади]; (F40-F48) Невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади; (F50-F59) Поведінкові синдроми, пов'язані з фізіологічними розладами та фізичними факторами; (F60-F69) Розлади зрілої особистості та поведінкові розлади; (F90-F98) Розлади поведінки та емоцій, які починаються здебільшого в дитячому та підлітковому віці; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Логотерапія та екзистенційний аналіз / екзистенційна терапія</b>	(F10 - F19) Психічні та поведінкові розлади: Розлади психіки та поведінки внаслідок вживання психоактивних речовин; (F20 - F29) Шизофренія, шизотипові стани та маячні розлади; (F30 - F39) Розлади настрою (афективні розлади); (F32) Депресивний епізод; (F33) Рекурентний депресивний розлад; (F34.0) Циклотимія; (F34.1) Дистимія;

Назва методу	Застосування
1	2
	(F40 - F49) Невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади; (F50 - F59) Поведінкові синдроми, пов'язані з фізіологічними розладами та фізичними факторами; (F50) Розлади прийому їжі; (F60-F69) Розлади зрілої особистості та поведінкові розлади; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Майндфулнес-базований підхід</b> (у тому числі зниження стресу на основі майндфулнес (MBSR) та майндфулнес-базована когнітивна терапія (МВСТ))	(F32) Депресивний епізод; (F34.1) Дистимія; (F41) Інші тривожні розлади; (F43) Реакція на тяжкий стрес та розлади адаптації; (F45.4) Стійкі соматоформні больові розлади; (F44) Дисоціативні розлади; (F51.0) Інсомнія неорганічного генезу; (F60.3) Емоційно нестабільні розлади особистості; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Мотиваційна терапія</b> (у тому числі, мотиваційне інтерв'ю, мотиваційне консультування та методи, базовані на мотиваційному інтерв'ю)	(F10-F19) Розлади психіки та поведінки внаслідок вживання психоактивних речовин; (F32) Депресивний епізод; (F34.1) Дистимія; (F41) Інші тривожні розлади; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Наративна терапія</b>	Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Нейро-лінгвістична психотерапія</b> (у тому числі Еріксонівська гіпнотерапія та інші методи базовані на	(F34.1) Дистимія; (F41) Інші тривожні розлади; (F45) Соматоформні розлади; (F52) Сексуальні розлади, не обумовлені органічними порушеннями або хворобами; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного

Назва методу	Застосування
1	2
навіюванні та гіпнозі)	здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Позитивна психотерапія (ППТ за Пезешкіаном)</b>	(F10-F19) Розлади психіки та поведінки внаслідок вживання психоактивних речовин; (F30-F39) Розлади настрою [афективні розлади]; (F40-F48) Невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади; (F50-F59) Поведінкові синдроми, пов'язані з фізіологічними розладами та фізичними факторами; (F60-F69) Розлади зрілої особистості та поведінкові розлади; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Протокол реконсолідації травматичної пам'яті</b>	(F43) Реакція на тяжкий стрес та розлади адаптації, (F07.2) Постконтузійний [посттравматичний] синдром;
<b>Психодинамічний підхід (психоаналітична терапія, у тому числі трансфер-фокусована психотерапія)</b>	(F10-F19) Розлади психіки та поведінки внаслідок вживання психоактивних речовин; (F32) Депресивний епізод; (F41) Інші тривожні розлади (окрім F41.1); (F44) Дисоціативні [конверсійні] розлади; (F45) Соматоформні розлади; (F48) Інші невротичні розлади; (F50) Розлади, пов'язані із споживанням їжі; (F52) Сексуальні розлади, не обумовлені органічним порушеннями або хворобами; (F60-F69) Розлади зрілої особистості та поведінкові розлади; F90-F98 Розлади поведінки та емоцій, які починаються здебільшого в дитячому та підлітковому віці; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Психодраматична терапія</b>	(F32) Депресивний епізод; (F41) Інші тривожні розлади; (F43) Реакція на тяжкий стрес та розлади адаптації; (F50) Розлади, пов'язані із споживанням їжі; Складні життєві обставини

Назва методу 1	Застосування 2
	(СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Символдрама / Кататимно-імагінативна психотерапія</b>	Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Системна сімейна психотерапія</b>	(F10-F19) Розлади психіки та поведінки внаслідок вживання психоактивних речовин; (F32) Депресивний епізод; (F34.1) Дистимія; (F41) Інші тривожні розлади; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Схема терапія</b>	(F32) Депресивний епізод; (F33) Рекурентні депресивні розлади; (F50) Розлади, пов'язані із споживанням їжі; (F60-F69) Розлади зрілої особистості та поведінкові розлади; (F41) Інші тривожні розлади; (F42) Обсесивно-компульсивний розлад; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Танце-рухова терапія</b>	(F00) Деменція при хворобі Альцгеймера; (F01) Васкулярна [судинна] деменція; (F02) Деменція при інших хворобах, класифікованих в інших рубриках; (F03) Неуточнена деменція; (F32) Депресивний епізод; (F34.1) Дистимія; (F41) Інші тривожні розлади; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
<b>Терапія базована на</b>	(F60-F69) Розлади зрілої особистості та поведінкові розлади

Назва методу	Застосування
1	2
менталізації	
Терапія прийняття та зобов'язання (АСТ) (у тому числі й інтервенції та методики базовані на АСТ)	Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.
Транзакційний аналіз	(F10-F19) Розлади психіки і поведінки внаслідок вживання психоактивних речовин; (F41.2) Змішаний тривожно-депресивний розлад; Складні життєві обставини (СЖО); Інші проблеми психічного здоров'я, які не відповідають критеріям психічних та поведінкових розладів.

Директор департаменту  
медичних послуг



Тетяна ОРАБІНА