

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»
(СПбГИПСР)**

КАФЕДРА КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель образовательной программы
кандидат психологических наук,
заведующий кафедрой клинической психологии

С.В. Крайнюков

«10» июня 2021 г.

Рабочая программа дисциплины

ПСИХОТЕРАПИЯ

по образовательной программе 37.05.01 Клиническая психология

«Клинико-психологическая помощь ребенку и семье»

Разработчик: канд. психол. наук Крайнюков Сергей Владимирович

Санкт-Петербург

2021

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины

ПСИХОТЕРАПИЯ

Цель изучения дисциплины: сформировать представления о теории, методах и организационно-методических аспектах современной психотерапии как одного из видов практической деятельности клинического психолога.

Задачи дисциплины:

Рассмотреть методологические основы психотерапии, её отличия от других видов психологической помощи.

Изучить основные направления и формы психотерапии, её организационно-методические аспекты.

Сформировать умения разрабатывать программы психотерапевтической помощи клиентам (пациентам).

Выработать навыки применения отдельных психотерапевтических приёмов и техник.

Содержание дисциплины:

Методологические основы психотерапии.

Организационно-методические аспекты психотерапии.

Психодинамическое направление психотерапии.

Когнитивно-поведенческое направление психотерапии.

Экзистенциально-гуманистическое направление психотерапии.

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине

Цель – сформировать представления о теории, методах и организационно-методических аспектах современной психотерапии как одного из видов практической деятельности клинического психолога.

Задачи:

1. Рассмотреть понятие психотерапии, её отличия от других видов психологической помощи.

2. Изучить основные направления и формы психотерапии, её организационно-методические аспекты.

3. Сформировать умения разрабатывать программы психотерапевтической помощи клиентам (пациентам).

В результате успешного овладения дисциплины будущий специалист **должен:**

знать:

- методологические основы психотерапии;
- организационно-методические аспекты психотерапии;
- основные направления и формы психотерапии.

уметь:

- разрабатывать программы психотерапевтической помощи клиентам (пациентам);
- оценивать эффективность проводимой психотерапии.

иметь навыки:

- формулирования задач психотерапевтической помощи клиенту (пациенту);

- подбора психотерапевтических техник для индивидуального случая клиента (пациента);
- применения отдельных психотерапевтических приёмов и техник.

1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации*

Форма обучения	Общий объём дисциплины			Объем в академических часах								
	В зач.ед.	В астрон. часах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							Промежуточная аттестация (экзамен)
					Всего	Виды учебных занятий				В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах		
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации		Индивидуальные консультации	
Очная	4	108	144	76	68	64	26	38	-	-	20	4

* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК-9 с ОПК-1 по ОПК-3 с ПК-1 по ПК-7, ПК-10 с ПСК-4.1 по ПСК-4.11	<ul style="list-style-type: none"> - способность и готовность определять цели и самостоятельно или в кооперации с коллегами разрабатывать программы психологического вмешательства с учетом нозологических и индивидуально-психологических характеристик, квалифицированно осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития (ПК-5); - способность осуществлять психологическое консультирование медицинского персонала (или работников других учреждений) по вопросам взаимодействия с пациентами (клиентами), создавать необходимую психологическую атмосферу и "терапевтическую среду" (ПК-6)

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Методологические основы психотерапии	8	4	4	2
Тема 2. Организационно-методические аспекты психотерапии	8	4	4	2
Тема 3. Психодинамическое направление психотерапии	16	6	10	4
Тема 4. Когнитивно-поведенческое направление психотерапии	16	8	12	8
Тема 5. Экзистенциально-гуманистическое направление психотерапии	16	4	8	4
Итого:	64	26	38	20

2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Методологические основы психотерапии.

Понятие психотерапии. История психотерапии в России и за рубежом. Отличия психотерапии от психологического консультирования и психокоррекции. Основные направления психотерапии и критерии их различия. Общие и специфические факторы эффективности психотерапии.

Тема 2. Организационно-методические аспекты психотерапии.

Компетенции клинического психолога в рамках психотерапевтической деятельности. Основные формы психотерапии и показания к их использованию. Соотношение психотерапии и фармакотерапии. Факторы, влияющие на эффективность психотерапии. Роль нейробиологических факторов в психотерапевтической динамике. Методы оценки эффективности психотерапии. Психотерапевтический сеттинг. Терапевтический альянс. Разработка программ психотерапевтической помощи.

Тема 3. Психодинамическое направление психотерапии.

Метод психоанализа З. Фрейда. Детский психоанализ А. Фрейд и М. Кляйн. Юнгианский подход в психологическом консультировании и психотерапии. Практика индивидуальной психологии А. Адлера. Психотерапия неврозов К. Хорни. Транзактный анализ Э. Берна. Вклад терапевтического подхода В. Райха в телесно-ориентированную терапию. Теория объектных отношений и селф-психология: модели развития, психопатологии, психотерапии (М. Малер, Х. Кохут, О. Кернберг, Д. Винникот). Теория привязанности: возможности практического использования (Дж. Боулби, М. Эйнсворт, М. Мэйн, П. Криттенден, К. Бриш). Личностно-

ориентированная реконструктивная психотерапия.

Тема 4. Когнитивно-поведенческое направление психотерапии.

Практика классического бихевиоризма Дж. Уотсона. Техники модификации поведения Б. Скиннера. Метод прогрессивной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона. Десенсибилизация посредством движения глаз Ф. Шапиро. Прикладной поведенческий анализ. Тренинг ассертивности. Терапия фиксированной роли Дж. Келли. Позитивная психология М. Селигмана. Когнитивная терапия А. Бека. Рационально-эмотивная терапия А. Эллиса. Метакогнитивная терапия А. Уэллса. Диалектико-поведенческая терапия М. Линехан. Схематерапия Дж. Янга. Терапия осознанности Дж. Кабат-Зинна. Терапия принятия и ответственности С. Хайеса. Терапия, основанная на ментализации П. Фонаги. Терапия, основанная на сострадании П. Гилберта.

Тема 5. Экзистенциально-гуманистическое направление психотерапии.

Основные положения гуманистической теории личности А. Маслоу. Клиент-центрированная терапия К. Роджерса. Психотерапевтическая триада К. Роджерса: безусловное позитивное принятие, эмпатия, конгруэнтность. Логотерапия В. Франкла. Вклад в гуманистическое направление психотерапии Дж. Бьюдженталя. Экзистенциальный анализ А. Лэнгле. Экзистенциальная терапия И. Ялома. Основные понятия и методы гештальттерапии.

2.3. Описание занятий семинарского типа

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

Тема: Методологические основы психотерапии.

Цель: Формирование представлений о психотерапии как одном из видов практической деятельности клинического психолога.

Понятийный аппарат: психотерапия, психологическое консультирование, психокоррекция, групповая психотерапия, семейная психотерапия, общие факторы эффективности психотерапии.

Описание занятия: Занятие проводится в форме обсуждения актуальных научных статей.

1. Исурин Г.Л. Психотерапия и психологическое консультирование как виды клинико-психологического вмешательства // Медицинская психология в России. № 3. – 2017. – С. 4.

2. Косенко Н.А., Красильников Г.Т., Косенко В.Г., Агеев М.И. Многозначность симптома в психотерапии // Кубанский научный медицинский вестник. № 3. – 2015. – С. 61-65.

3. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г., Никитина И.В., Пуговкина О.Д. Научные исследования процесса психотерапии и ее эффективности: современное состояние проблемы. Часть 1. // Социальная и клиническая психиатрия. № 3. – 2009. – С. 92-100.

4. Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г., Никитина И.В., Пуговкина О.Д. Научные исследования процесса психотерапии и ее эффективности: современное состояние проблемы. Часть 2. // Социальная и клиническая психиатрия. № 1. – 2010. – С. 92-100.

Требования к подготовке к занятию: студенты заранее знакомятся с содержанием научных статей для их обсуждения.

Источник: eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/>

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.

Тема: Организационно-методические аспекты психотерапии.

Цель: ознакомление студентов с организацией современной психотерапевтической практики и её методическими аспектами.

Понятийный аппарат: клинико-психологическое вмешательство, психотерапевтический сеттинг, терапевтический альянс.

Описание занятия: Занятие проводится в форме обсуждения актуальных научных статей.

1. Абабков В.А. Систематика ошибок психотерапевта // Российский психиатрический журнал. № 6. – 2008. – С. 70-76.

2. Александрова Н.В., Денисова Н.Г., Николаева О.Е. Детская психотерапия: истоки, опыт и перспективы // Омский психиатрический журнал. № 4. – 2018. – С. 26-28.

3. Ивашев С.П. Этическое пространство психотерапии // Вопросы психического здоровья детей и подростков. № 2. – 2017. – С. 106-107.

4. Кисельникова Н.В., Лаврова Е.В., Куминская Е.А., Рзаева Ф.Р.К. Методические подходы к оценке эффективности психотерапии // Петербургский психологический журнал. № 21. – 2017. – С. 1-24.

5. Ляшковская С.В., Ташлыков В.А., Семенова Н.В. Подходы к определению и типологии мишеней психотерапии в контексте задач совершенствования индивидуальных программ психотерапии // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. № 1. – 2017. – С. 89-98.

6. Пуговкина О.Д., Холмогорова А.Б. Терапевтический альянс в психотерапии // Современная терапия психических расстройств. № 3. – 2011. – С. 14-21.

Требования к подготовке к занятию: студенты заранее знакомятся с содержанием научных статей для их обсуждения.

Источник: eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/>

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

Тема: Психодинамическое направление психотерапии.

Цель: Формирование знаний о методах и техниках современного психоанализа.

Понятийный аппарат: бессознательное, перенос, базальная тревога, трансакция, телесный зажим, объектные отношения, привязанность, отношение.

Описание занятия: Студенты представляют доклады, сопровождаемые электронными презентациями по следующим вопросам.

1. Детский психоанализ А. Фрейд и М. Кляйн.
2. Транзактный анализ Э. Берна.
3. Теория объектных отношений и селф-психология: модели развития, психопатологии, психотерапии (М. Малер, Х. Кохут, О. Кернберг, Д. Винникот).
4. Терапия, основанная на привязанности (К. Бриш).
5. Личностно-ориентированная реконструктивная психотерапия.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят доклады на основе предварительной работы с литературой.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.

Тема: Когнитивно-поведенческое направление психотерапии.

Цель: Формирование знаний о методах и техниках третьей волны когнитивно-поведенческого подхода в психотерапии.

Понятийный аппарат: осознанность, ментализация, принятие, сострадание, схема, когнитивно-аттенционный синдром.

Описание занятия: Студенты представляют доклады, сопровождаемые электронными презентациями по следующим вопросам.

1. Диалектико-поведенческая терапия М. Линехан.
2. Схема-терапия Дж. Янга.
3. Терапия осознанности Дж. Кабат-Зинна.
4. Терапия принятия и ответственности С. Хайеса.
5. Терапия, основанная на ментализации П. Фоаги.
6. Терапия, основанная на сострадании П. Гилберта.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят доклады на основе предварительной работы с литературой.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 5.

Тема: Экзистенциально-гуманистическое направление психотерапии.

Цель: Формирование знаний о методах и техниках экзистенциально-гуманистического направления психотерапии.

Понятийный аппарат: самоактуализация, безусловное позитивное принятие, эмпатия, конгруэнтность, смысл, гештальт.

Описание занятия: Студенты представляют доклады, сопровождаемые электронными презентациями по следующим вопросам.

1. Клиент-центрированная терапия К. Роджерса.
2. Логотерапия В. Франкла.
3. Вклад в гуманистическое направление психотерапии Дж. Бьюджентала.
4. Экзистенциальный анализ А. Лэнгле.
5. Экзистенциальная терапия И. Ялома.
6. Основные понятия и методы гештальттерапии.

Требования к подготовке к занятию: студенты готовят доклады на основе предварительной работы с литературой.

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

Интерактивное занятие к теме 1 "Методологические основы психотерапии"

Студенты делятся на три подгруппы в соответствии с тремя основными направлениями психотерапии. Далее им предлагается проанализировать, как общие факторы эффективности психотерапии конкретизируются в их направлении. Затем проводится общее обсуждение, в котором рассматривается преломление каждого общего фактора тремя направлениями.

Интерактивное занятие к теме 2 "Организационно-методические аспекты психотерапии"

Студентам демонстрируется видеозапись психотерапевтического сеанса (первая встреча с клиентом). Затем им предлагается на основе полученной от клиента информации вместе с преподавателем разработать программу психотерапевтической помощи этому клиенту, включающую цель, задачи, этапы, формы, методы и техники помощи.

Интерактивное занятие к теме 3 "Психодинамическое направление психотерапии"

Студенты делятся на тройки, в которых распределяют между собой роли психолога, клиента и супервизора. Моделируется психотерапевтический сеанс, в рамках которого психолог заполняет и обсуждает с клиентом таблицу переносов (внешняя инроекция, принятая инроекция, перенос) (по О.В. Заширинской). Супервизор высказывает своё мнение в ходе сеанса по запросу психолога и в конце сеанса. Затем студенты меняются ролями, пока каждый не побывает во всех трёх ролях. Далее проводится групповое обсуждение возникающих вопросов, трудностей, комментариев.

Интерактивное занятие к теме 4 "Когнитивно-поведенческое направление психотерапии"

Студенты делятся на тройки, в которых распределяют между собой роли психолога, клиента и супервизора. Моделируется психотерапевтический сеанс, в рамках которого

психолог заполняет и обсуждает с клиентом бланк работы с дисфункциональными мыслями (РДМ) (по Дж. Бек), а также отработывает структуру стандартной КПТ-сессии. Супервизор высказывает своё мнение в ходе сеанса по запросу психолога и в конце сеанса. Затем студенты меняются ролями, пока каждый не побывает во всех трёх ролях. Далее проводится групповое обсуждение возникающих вопросов, трудностей, комментариев.

Интерактивное занятие к теме 5 "Экзистенциально-гуманистическое направление психотерапии"

Студенты делятся на тройки, в которых распределяют между собой роли психолога, клиента и супервизора. Моделируется психотерапевтический сеанс, в рамках которого психолог демонстрирует приёмы активного слушания (по А.Е. Айви и др.). Супервизор высказывает своё мнение в ходе сеанса по запросу психолога и в конце сеанса. Затем студенты меняются ролями, пока каждый не побывает во всех трёх ролях. Далее проводится групповое обсуждение возникающих вопросов, трудностей, комментариев.

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Формы
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	Тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип культуро-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (психодиагностики).

2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

Формы выполнения студентами самостоятельной работы могут быть разнообразны: как выполнение ряда заданий по темам, предложенным преподавателем, так и выполнение индивидуальных творческих заданий (в согласовании с преподавателем): составление библиографии, картотеки статей по определенной теме; составление опорных схем для осмысления и структурирования учебного материала; создание электронных презентаций; выступления на научно-практических конференциях и мн. др.

Типовые задания СРС:

- работа с первоисточниками;
- подготовка докладов;
- изучение отдельной темы и разработка опорного конспекта;
- решение исследовательских задач;
- составление понятийного тезауруса;
- подготовка презентации;
- написание эссе;
- составление аннотированного списка литературы по одной из тем;
- исследовательские работы (возможна разработка проекта).

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей. Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Цель выполнения самостоятельной творческой работы – приобретение опыта активной

самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. СРС способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны быть ориентированы на:

- систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Успех студента в изучении курса зависит от систематической индивидуальной деятельности по овладению учебным материалом. Студентам целесообразно наладить творческий контакт с преподавателем, придерживаться его рекомендаций и советов по успешному овладению материалом.

Требования к структуре и оформлению работы

Данная работа в окончательном варианте, который предоставляется преподавателю, должна иметь следующую **структуру**:

Титульный лист (Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте www.psysocwork.ru раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа»).

Работа должна быть представлена на листах формата А4 в печатном варианте с выполнением основных требований оформления документов. Обязателен титульный лист и прилагаемый список литературы.

Устанавливаются следующие требования к **оформлению самостоятельной работы**:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;

- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана

Задание к теме 1 "Методологические основы психотерапии"

Нарисуйте "дерево психотерапии", с помощью ветвей которого отразите традиционные и современные направления психотерапии.

Задание к теме 2 "Организационно-методические аспекты психотерапии"

Напишите эссе на одну из предложенных тем:

- 1) "Возможности и проблемы современной психотерапии";
- 2) "Каким должен быть компетентный психотерапевт";
- 3) "Один день из жизни психотерапевта".

Объём – 2 страницы. Плагиат недопустим.

Задание к теме 3 "Психодинамическое направление психотерапии"

Подготовьте электронную презентацию, в которой отразите одну из техник психодинамической психотерапии.

Структура презентации:

- 1) стандартный титульный лист (первый слайд презентации);
- 2) краткая биография автора техники (годы жизни, образование, профессиональные достижения, основные труды);
- 3) содержание техники, её цель;
- 4) процедура применения техники;
- 5) пример применения техники;
- 6) ограничения техники;
- 7) личное отношение к технике (только Ваше мнение);
- 8) список использованной литературы.

Рекомендуемый объём презентации – 8-10 слайдов. Допустимые форматы – ppt, pptx, pdf.

Задание к теме 4 "Когнитивно-поведенческое направление психотерапии"

Подготовьте электронную презентацию, в которой отразите одну из техник когнитивно-поведенческой психотерапии.

Структура презентации:

- 1) стандартный титульный лист (первый слайд презентации);

2) краткая биография автора техники (годы жизни, образование, профессиональные достижения, основные труды);

3) содержание техники, её цель;

4) процедура применения техники;

5) пример применения техники;

6) ограничения техники;

7) личное отношение к технике (только Ваше мнение);

8) список использованной литературы.

Рекомендуемый объем презентации – 8-10 слайдов. Допустимые форматы – ppt, pptx, pdf.

Задание к теме 5 "Экзистенциально-гуманистическое направление психотерапии"

Подготовьте электронную презентацию, в которой отразите одну из техник экзистенциально-гуманистической психотерапии.

Структура презентации:

1) стандартный титульный лист (первый слайд презентации);

2) краткая биография автора техники (годы жизни, образование, профессиональные достижения, основные труды);

3) содержание техники, её цель;

4) процедура применения техники;

5) пример применения техники;

6) ограничения техники;

7) личное отношение к технике (только Ваше мнение);

8) список использованной литературы.

Рекомендуемый объем презентации – 8-10 слайдов. Допустимые форматы – ppt, pptx, pdf.

3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;

- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;

- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;

- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;

- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Психотерапия» относится рубежный контроль (тест минимальной компетентности), промежуточная аттестация в форме экзамена по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования включает следующие критерии:

- полное соответствие;
- частичное соответствие;
- несоответствие.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Методологические основы психотерапии	ПК-5, ПК-6
Тема 2. Организационно-методические аспекты психотерапии	ПК-5, ПК-6
Тема 3. Психодинамическое направление психотерапии	ПК-5, ПК-6
Тема 4. Когнитивно-поведенческое направление психотерапии	ПК-5, ПК-6
Тема 5. Экзистенциально-гуманистическое направление психотерапии	ПК-5, ПК-6

4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости) – задания или иные варианты контроля успеваемости студентов, проводимых преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме проверочной (контрольной) работы или теста минимальной компетентности.

Рубежный контроль проводится в форме теста минимальной компетентности, студентам предлагается ответить на 10 закрытых вопросов с выбором одного ответа на каждый.

Тест проводится на занятии, вопросы проецируются на экране, время ответа 35 секунд.

Необходимо ответить на 7 вопросов из 10.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме устного экзамена, предполагающего ответ на два теоретических вопроса и решение практической задачи.

4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Примерные вопросы к экзамену.

1. Понятие психотерапии.
2. История психотерапии в России и за рубежом.
3. Отличия психотерапии от психологического консультирования и психокоррекции.
4. Основные направления психотерапии и критерии их различия.
5. Общие и специфические факторы эффективности психотерапии.
6. Компетенции клинического психолога в рамках психотерапевтической деятельности.
7. Основные формы психотерапии и показания к их использованию.
8. Соотношение психотерапии и фармакотерапии.
9. Факторы, влияющие на эффективность психотерапии.
10. Роль нейробиологических факторов в психотерапевтической динамике.
11. Методы оценки эффективности психотерапии.
12. Психотерапевтический сеттинг.
13. Терапевтический альянс.
14. Разработка программ психотерапевтической помощи.
15. Метод психоанализа З. Фрейда.
16. Детский психоанализ А. Фрейд и М. Кляйн.
17. Юнгианский подход в психологическом консультировании и психотерапии.

18. Практика индивидуальной психологии А. Адлера.
19. Психотерапия неврозов К. Хорни.
20. Транзактный анализ Э. Берна.
21. Вклад терапевтического подхода В. Райха в телесно-ориентированную терапию.
22. Теория объектных отношений и селф-психология: модели развития, психопатологии, психотерапии (М. Малер, Х. Кохут, О. Кернберг, Д. Винникот).
23. Теория привязанности: возможности практического использования (Дж. Боулби, М. Эйнсворт, М. Мэйн, П. Криттенден, К. Бриш).
24. Личностно-ориентированная реконструктивная психотерапия.
25. Практика классического бихевиоризма Дж. Уотсона.
26. Техники модификации поведения Б. Скиннера.
27. Терапия фиксированной роли Дж. Келли.
28. Позитивная психология М. Селигмана.
29. Когнитивная терапия А. Бека.
30. Рационально-эмотивная терапия А. Эллиса.
31. Направления когнитивно-поведенческой психотерапии третьей волны.
32. Частные методы когнитивно-поведенческой терапии: метод прогрессивной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона, десенсибилизация посредством движения глаз Ф. Шапиро, прикладной поведенческий анализ, тренинг ассертивности.
33. Основные положения гуманистической теории личности А. Маслоу.
34. Клиент-центрированная терапия К. Роджерса.
35. Психотерапевтическая триада К. Роджерса: безусловное позитивное принятие, эмпатия, конгруэнтность.
36. Логотерапия В. Франкла.
37. Вклад в гуманистическое направление психотерапии Дж. Бьюджентала.
38. Экзистенциальный анализ А. Лэнгле.
39. Экзистенциальная терапия И. Ялома.
40. Основные понятия и методы гештальттерапии.

Пример типового задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Выберите один правильный ответ.

Тест 1. Современная психоаналитическая психотерапия характеризуется усиленным вниманием к:

- А) физиологическому развитию
- Б) психосексуальному развитию

В) межличностному взаимодействию

Г) анализу сновидений

Тест 2. Дайте определение психотерапии.**Пример типового практико-ориентированного задания.**

Типовое задание 1. У обратившегося за психотерапией клиента в процессе сеанса клинический психолог отмечает наличие бредовых идей. Сам клиент не отдаёт себе в этом отчёта.

Как клинический психолог должен поступить в такой ситуации?

Типовое задание 2. В процессе психотерапии клинический психолог желает применить технику, которая, с его точки зрения, является весьма эффективной, но еще не прошла должную проверку на достоверность.

Может ли он использовать ее в своей практике? Обоснуйте свой ответ.

Типовое задание 2.

Опишите программу психотерапевтической помощи для следующего случая клиента.

Ивану 20 лет. С самого детства он всегда тревожился в присутствии других. Его часто дразнили и унижали другие дети, потому что он был маленького роста. У него было несколько друзей, но в целом он чувствовал себя одиноким. В компаниях он чувствовал себя неловко, а потому избегал их. На занятиях он редко отвечал на вопросы преподавателя, хотя учился прилежно и всегда готовился к занятиям; он слишком стеснялся учителя и других учеников. Когда его вызывали отвечать перед классом, он паниковал, сердце будто выскакивало из груди. Иван всегда думал: "Что если все слова вылетят у меня из головы? Я выставлю себя полным дураком". Чтобы этого не произошло, он всегда садился сзади и старался быть незаметным. Ему было сложно задать вопрос в магазине или спросить дорогу у прохожего. Он никогда не звал девушек на свидания – слишком стеснялся. Иван устроился на работу, где не нужно было особенно контактировать с коллегами – большую часть времени он проводит в одиночестве в своём маленьком кабинете. На рабочих встречах он старается всё время молчать. Жизнь кажется ему одинокой и пустой.

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

Аналитическая психология – теория личности Юнга, в которой придается большое значение противоборствующим силам внутри личности и стремлению к обретению самости (индивидуальности) посредством процесса индивидуации.

Базальная тревога – в теории К. Хорни – всепроникающее чувство одиночества и изоляции во враждебном мире.

Гештальт-терапия – направление психотерапии, основанное на понятиях единства и

целостности (предложена Ф. Перлзом).

Индивидуальная психология – теория личности Адлера, в которой подчеркивается уникальность каждого человека и тех процессов, с помощью которых люди стремятся к достижению жизненных целей.

Классическое обусловливание – процесс распространения автоматической реакции нервной системы с одного стимула на другой посредством повторных ассоциаций.

Клиент-центрированная терапия – гуманистическая психотерапия, разработанная Карлом Роджерсом, в которой психотерапевт стараются помочь людям путем их принятия, высокой эмпатии и искренности.

Когнитивно-поведенческая психотерапия – направление психотерапии, предполагающее, что причиной психологических проблем (эмоциональные, поведенческие трудности) являются дезадаптивные (ошибочные) мысли человека.

Концепция отношений личности – концепция Мясищева, согласно которой психологическое ядро личности есть индивидуально-целостная система ее субъективно-оценочных, сознательно-избирательных отношений к действительности, представляющая собой интериоризованный опыт взаимоотношений с другими людьми в условиях социального окружения.

Личностно-ориентированная реконструктивная психотерапия – психотерапевтическое направление, представляющее собой дальнейшее развитие учения В. Н. Мясищева о неврозах и их психотерапии.

Логотерапия – в теории Франкла – направление психотерапии, ориентированное на исследование смыслозначимых характеристик существования и на оказание помощи в поиске и осознании смысла жизни.

Научение через наблюдение – процесс, посредством которого поведение одного человека (наблюдателя) меняется в зависимости от того, что представляет поведение другого (модели).

Неадаптивные когниции – неверные суждения на основе неполной или ошибочной информации.

Объектные отношения – эмоциональные связи человека с другими.

Оперантное научение – форма научения, в которой правильная реакция или изменение поведения подкрепляется и становится более вероятной.

Привязанность – поиск и установление эмоциональной близости с другим человеком.

Психоанализ – теория личности и метод психотерапии, основанный на изучении бессознательного.

Психокоррекция – целенаправленное и длительное воздействие психолога на определенные психические функции, качества или формы поведения личности, направленное на преодоление отклонения, приведение показателей в соответствие с возрастной или иной нормой.

Психологическая помощь – сложная система психологических воздействий, направленных на создание внутренних и внешних условий раскрытия всех потенциалов развития личности и расширения границ взаимодействия с окружающей реальностью.

Психологическое консультирование – вид деятельности практического психолога, целью которой является обеспечение человека необходимой психологической информацией и создание условий – в результате общения с психологом – для преодоления жизненных трудностей и продуктивного существования в конкретных обстоятельствах жизни.

Психотерапия – особый вид межличностного взаимодействия, при котором пациентам оказывается профессиональная помощь психологическими средствами в решении возникающих у них проблем (психологическое определение).

Психотерапия – система лечебных воздействий на психику и через психику – на организм человека (медицинское определение).

Сеттинг – необходимые для психотерапевтического сеанса условия и ограничения, накладываемые на процесс его проведения.

Телесно-ориентированная терапия – направление психотерапии, целью которого является изменение психического функционирования человека с помощью ориентированных на тело методических приемов.

Терапевтический альянс – это рациональные взаимоотношения между пациентом и аналитиком, которые дают возможность пациенту целеустремленно работать в аналитической ситуации.

Трансактный анализ – направление, разработанное Э. Берном, которое включает в себя: 1) структурный анализ – анализ структуры личности; 2) анализ транзакций – вербальных и невербальных взаимодействий между людьми; 3) анализ психологических игр – скрытых транзакций, приводящих к желаемому исходу (выигрышу); 4) анализ сценария (скрипт-анализ) – индивидуального жизненного сценария, которому человек невольно следует.

РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины**6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5
Основная литература						
1	Психотерапия: Учебник для вузов. 4-е изд. / под ред. Б.Д. Карвасарского. - Санкт-Петербург: Питер, 2012. - 672 с. - ISBN 978-5-459-01164-7. - URL: https://ibooks.ru/reading.php?productid=26289	+	+	+	+	+
2	Соколова, Е. Т. Психотерапия: учебник и практикум для бакалавриата, специалитета и магистратуры / Е. Т. Соколова. – 5-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 359 с. – (Бакалавр. Специалист. Магистр). – ISBN 978-5-534-05416-3. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://biblio-online.ru/bcode/437422	+	+	+	+	+
3	Фесенко, Ю. А. Детская и подростковая психотерапия: невроты у детей: учебное пособие для бакалавриата и специалитета / Ю. А. Фесенко, В. И. Гарбузов. – 2-е изд. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 330 с. – (Авторский учебник). – ISBN 978-5-534-07308-9. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://biblio-online.ru/bcode/422875	+	+	-	-	-
Дополнительная литература						
1	Залевский, Г. В. Когнитивно-поведенческая психотерапия: учебное пособие для вузов / Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 194 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11802-5. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://biblio-online.ru/bcode/457174	-	-	-	+	-
2	Олешкевич, В. И. Психология, психотерапия и социальная педагогика А. Адлера: учебник для вузов / В. И. Олешкевич. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 337 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-09719-1. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: https://biblio-online.ru/bcode/452681	-	-	+	-	-
3	Роджерс К. Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в психологической практике / К.Р. Роджерс. - Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 201 с. - ISBN 978-5-94193-880-3. - URL: https://ibooks.ru/reading.php?productid=362538	-	-	-	-	+

6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины

1. Мир психологии [Электронный ресурс]: психология для всех и каждого. – Режим доступа: <http://www.psyworld.ru>

2. ПСИ-ФАКТОР [Электронный ресурс]: центр по научной и практической психологии. – Режим доступа: <http://psyfactor.org>

3. Психология [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychologiya.com.ua>

6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

East View [Электронный ресурс]: information services. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0> . – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПБГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456 – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПБГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435 . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

_____ Г.Л. Горохова
(подпись, расшифровка)