

**Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Открытый университет экономики, управления и права»  
(АНО ВО ОУЭП)**

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Ректор АНО ВО ОУЭП, Фокина В.Н.



19 апреля 2023 г.

Решение Ученого совета АНО ВО ОУЭП,  
Протокол N 9 от 19.04.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по дисциплине**

Наименование дисциплины Б1.В.ДВ.04.02 «Основы индивидуальной и групповой психотерапии»

Образовательная программа направления подготовки 37.03.01 «Психология»,  
направленность (профиль): «Практическая психология»

Квалификация - бакалавр

**Разработчик:** Назаренко В.Л., к.псих.н.

Москва 2023

### 1. Цели и задачи дисциплины

**Цель дисциплины** - сформировать у обучающихся в теоретических и методологических вопросах общей психотерапии, дать возможность использовать основные методы индивидуальной и групповой психотерапии для поддержания и восстановления оптимального психического здоровья.

#### **Задачи дисциплины:**

- разъяснение обучающимся роли, которую психотерапия играет в системе поддержания психического здоровья населения;
- овладение обучающимися категориально-понятийным аппаратом общей психотерапии;
- изучение обучающимися истории развития, целей, задач психотерапии, показаний и противопоказаний к применению, особенностей реализации психотерапевтических методов;
- вооружение обучающимися знаниями об особенностях и сферах использования индивидуальной и групповой психотерапии;
- овладение обучающимися знаниями по психической саморегуляции в системе психологической помощи;
- обучение практике применения методов и приемов психотерапии.

### 2 Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Основы индивидуальной и групповой психотерапии» относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1.

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

В результате изучения дисциплины обучающийся должен освоить:

*профессиональную компетенцию*

ПК-2. Способен к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности

*обобщенную трудовую функцию (ОТФ):*

- организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп  
*трудовые действия:*

- подготовка межведомственных команд по оказанию психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам)

#### **Результаты освоения дисциплины, установленные индикаторы достижения компетенций**

Наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Показатели (планируемые) результаты обучения
ПК-2. Способен к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности	ПК-2.1. Демонстрирует навыки разработки программ профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения ПК-2.2. На основе исследования индивидуально-психологических особенностей человека вырабатывает рекомендации по их учету в различных областях деятельности личности ПК-2.3. Анализирует проблемы человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционирования людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях ПК-2.4. Реализовывает программы профилактической, консультативной и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• методологические основы проведения индивидуальной и групповой психотерапии;</li><li>• основные направления, методы и виды психотерапии;</li><li>• показания и противопоказания к использованию различных методов психотерапии</li><li>• специфику психического функционирования человека, понимать особенности возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска</li></ul>
		<b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• выявлять показания и противопоказания к психотерапевтическому воздействию;</li><li>• прогнозировать изменение и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях;</li><li>• профессионально воздействовать</li></ul>

Наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Показатели (планируемые) результаты обучения
		<p>на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать приобретенные знания, навыки, умения для личностного роста, в педагогической и научно-исследовательской деятельности</li> <li>• оказывать индивиду, группе, организации психологическую помощь с использованием методов и технологий психотерапии</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• методами и видами индивидуальной и групповой психотерапии для оказания психологической помощи;</li> <li>• основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп</li> <li>• навыками оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием методов и технологий психотерапии</li> </ul>

Знания, умения и навыки, приобретаемые обучающимися в результате изучения дисциплины «Основы индивидуальной и групповой психотерапии», являются необходимыми для последующего поэтапного формирования компетенций и изучения дисциплин.

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Учебным планом предусматриваются следующие виды работы по дисциплине:

№ п/п	Виды учебных занятий	Всего часов по формам обучения, ак. ч			
		Очная		Очно-заочная	
		всего	в том числе	всего	в том числе
<b>1</b>	<b>Контактная работа (объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем) (всего)</b>	<b>94,2</b>		<b>94,2</b>	
	<i>В том числе в форме практической подготовки</i>				
1.1	занятия лекционного типа (лекции)	20		20	
1.2	занятия семинарского типа (практические)*, в том числе:	72		72	
1.2.1	семинар-дискуссия, практические занятия		16		16
	<i>в форме практической подготовки</i>		56		56
1.2.2	занятия семинарского типа: лабораторные работы (лабораторные практикумы)		6		6
1.2.3	курсовое проектирование (выполнение курсовой работы)				
1.3	контроль промежуточной аттестации и оценивание ее	2,2		2,2	

	результатов, в том числе:				
1.3.1	консультация групповая по подготовке к промежуточной аттестации		2		2
1.3.2	прохождение промежуточной аттестации		0,2		0,2
<b>2</b>	<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>106</b>		<b>106</b>	
2.1	работа в электронной информационно-образовательной среде с образовательными ресурсами учебной библиотеки, компьютерными средствами обучения для подготовки к текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации, к курсовому проектированию (выполнению курсовых работ)	106		106	
2.2	самостоятельная работа при подготовке к промежуточной аттестации	<b>15.8</b>		<b>15.8</b>	
<b>3</b>	<b>Общая трудоемкость</b> часы	<b>216</b>		<b>216</b>	
	<b>дисциплины</b> зачетные единицы	<b>6</b>		<b>6</b>	
	форма промежуточной аттестации		экзамен		

\*

Семинар – семинар-дискуссия

ГТ - практическое занятие - глоссарный тренинг

ТТ - практическое занятие - тест-тренинг

ПЗТ - практическое занятие - пометовое тестирование

ЛС - практическое занятие - логическая схема

УД - семинар-обсуждение устного доклада

РФ – семинар-обсуждение реферата

Ассесмент реферата - семинар-ассесмент реферата

ВВ - вебинар

УЭ - семинар-обсуждение устного эссе

АЛТ - практическое занятие - алгоритмический тренинг

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1 Содержание разделов и тем

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Введение в психотерапию	<b>Предмет и задачи психотерапии</b> Психотерапия как междисциплинарная отрасль психологии. Психотерапия в узком и широком смысле слова. Понятие психического здоровья, цели и задачи современной психотерапии.
2	Классификация основных направлений, форм и методов психотерапии	<b>Основные классификации методов психотерапевтического воздействия. Форма психотерапевтического воздействия.</b> Психоаналитическое направление в психотерапии. Бихевиоральное направление в психотерапии. Экзистенциально-гуманистическое (феноменологическое) направление в психотерапии. Прямая-косвенная психотерапия. Каузальная-симптоматическая психотерапия. Гетерогенная-аутогенная психотерапия. Индивидуальная-групповая психотерапия. Директивная-недирективная психотерапия.
3	Основы индивидуальной психотерапии	<b>Суггестивная психотерапия</b> История развития учения о гипнозе и внушении. Природа гипноза. Внушение. Внушение в состоянии бодрствования. Внушение в состоянии сна. Понятие о гипносуггестии. Тесты внушаемости. Некоторые техники гипносуггестивной психотерапии. Дегипнотизация. Глубина гипноза. Осложнения при гипнотизации. Противопоказания к гипнозу. Самовнушение. Аутогенная тренировка. Медитация. Произвольное самовнушение. Прогрессивная мышечная релаксация. Медитация. <b>Психодинамическая (психоаналитическая) психотерапия</b> Основные принципы психодинамической психотерапии. Основные рекомендации при проведении психоаналитической психотерапии.

		<p>Классический психоанализ З.Фрейда. Теоретические основы психоанализа.</p> <p>Индивидуальная психология А.Адлера. Основные положения учения Адлера.</p> <p>Аналитическая психология К.Юнга. Основные положения учения Юнга.</p> <p>Телесно-ориентированная психотерапия В.Райха. Основные положения учения Райха.</p> <p>Эгопсихология, основные положения.</p> <p>Неофрейдистские подходы. Современное состояние психоаналитического подхода.</p>
4	Индивидуальный и феноменологический подход в индивидуальной психотерапии	<p><b>Классическое обусловливание.</b> Инструментальное, или оперантное, обусловливание. Социальное научение. Общие характеристики поведенческой терапии. Цели поведенческой терапии.</p> <p>Применение поведенческой терапии. Методы поведенческой терапии.</p> <p>Когнитивная и когнитивно-поведенческая терапия.</p> <p><b>Основные принципы феноменологического подхода.</b></p> <p>Разновидности экзистенциально-гуманистической психотерапии. Гештальт-терапия и гештальтпсихология Ф. Перлза. К. Роджерс и терапия, центрированная на клиенте. В.Франк и логотерапия.</p>
5	Основы групповой психотерапии	<p><b>История возникновения и развития групповой психотерапии</b></p> <p>Донаучные формы групповой психотерапии. Зарождение научного подхода к групповой психотерапии: от Месмера до Пратта.</p> <p>Развитие взглядов на групповую психотерапию в психоаналитической теории. А. Адлер. Я. Морено.</p> <p>Гуманистический подход в групповой психотерапии. К. Роджерс. К. Левин.</p> <p>Особенности отечественной групповой психотерапии.</p> <p><b>Теоретические основы и механизмы лечебного воздействия групповой психотерапии</b></p> <p>Основные положения групповой психотерапии. Понятие групповой психотерапии.</p> <p>Особенности задач и организации процесса групповой психотерапии в рамках психоаналитической, гуманистической и бихевиоральной концептуальных моделей.</p> <p>Групповая динамика и ее терапевтическая роль. Факторы терапевтического воздействия психотерапии.</p> <p>Стиль руководства группового психотерапевта.</p> <p><b>Групповой процесс и его основные характеристики</b></p> <p>Основные признаки групп. Классификация групп. Гомогенная и гетерогенная группы. Открытая и закрытая группы. Малые и большие психотерапевтические группы. Противопоказания для занятий групповой психотерапией.</p> <p>Принципы, роли и нормы в групповой психотерапии. Основные обязанности каждого члена группы. Основные типы поведения в группе.</p> <p>Этапы группового процесса.</p>
6	Основные процедуры и методы групповой работы	<p><b>Психодрама.</b> История и развитие психодрамы. Основные понятия. Ролевая игра. Спонтанность. «Теле». Катарсис. Инсайт. Техника психодрамы. Фазы развития психодрамы. Методика психодрамы.</p> <p>Групповой анализ. История возникновения группового анализа. Основополагающие принципы группового анализа. Основные методики и принципы поведения ведущего. Уровни общения в группах аналитической психотерапии.</p> <p>Группы встреч. История развития групп встреч. Основные понятия. Техника занятий в группах встреч.</p> <p>Гештальт-группы. История и развитие метода. Основные понятия. Техника гештальт-терапии. Основные принципы гештальт-терапии.</p> <p>Группы тренинга умений. История и развитие групп тренинга умений. Метод систематической десенсибилизации. Фединг. Иммерсия. Основные понятия. Техника занятий групп тренинга</p>

## **5.2 Занятия лекционного и семинарского типа**

### **5.2.1 Темы лекций**

#### **Раздел 1 «Введение в психотерапию»**

1. Предмет и задачи психотерапии
2. Цели и задачи современной психотерапии

#### **Раздел 2. Классификация основных направлений, форм и методов психотерапии**

1. Классификация основных направлений.
2. Формы и методы психотерапии.

#### **Раздел 3 «Основы индивидуальной психотерапии»**

1. Суггестивная психотерапия
2. Психодинамическая (психоаналитическая) психотерапия

#### **Раздел 4 Индивидуальный и феноменологический подход в индивидуальной психотерапии**

1. Применение поведенческой терапии.
2. Основные принципы феноменологического подхода.

#### **Раздел 5 Основы групповой психотерапии**

1. История возникновения и развития групповой психотерапии
2. Теоретические основы и механизмы лечебного воздействия групповой психотерапии

#### **Раздел 6 Основные процедуры и методы групповой работы**

1. История и развитие психодрамы.
2. Уровни общения в группах аналитической психотерапии.

### **5.2.2 Вопросы для обсуждения на семинарах и практических занятиях**

#### **Раздел 1 «Введение в психотерапию»**

1. Психотерапия как междисциплинарная отрасль психологии.
2. Психотерапия в узком и широком смысле слова.
3. Понятие психического здоровья, цели и задачи современной психотерапии.

#### **Раздел 2 Классификация основных направлений, форм и методов психотерапии**

1. Классификация основных направлений, форм и методов психотерапии
2. Основные классификации методов психотерапевтического воздействия.
3. Форма психотерапевтического воздействия.
4. Психоаналитическое направление в психотерапии.
5. Бихевиоральное направление в психотерапии.
6. Экзистенциально-гуманистическое (феноменологическое) направление в психотерапии.
7. Прямая-косвенная психотерапия.
8. Каузальная-симптоматическая психотерапия.
9. Гетерогенная-аутогенная психотерапия.
10. Индивидуальная-групповая психотерапия. Директивная-недирективная психотерапия.

#### **Раздел 3 «Основы индивидуальной психотерапии»**

1. История развития учения о гипнозе и внушении. Природа гипноза.
2. Внушение. Внушение в состоянии бодрствования.
3. Внушение в состоянии сна.
4. Понятие о гипносуггестии.
5. Тесты внушаемости. Некоторые техники гипносуггестивной психотерапии.
6. Дегипнотизация. Глубина гипноза.
7. Осложнения при гипнотизации. Противопоказания к гипнозу.
8. Самовнушение. Аутогенная тренировка.
9. Медитация. Произвольное самовнушение.
10. Прогрессивная мышечная релаксация. Медитация.
11. Психодинамическая (психоаналитическая) психотерапия
12. Основные принципы психодинамической психотерапии.
13. Основные рекомендации при проведении психоаналитической психотерапии.
14. Классический психоанализ З.Фрейда.
15. Теоретические основы психоанализа.

#### Раздел 4 Индивидуальный и феноменологический подход подход в индивидуальной психотерапии

1. Инструментальное, или оперантное, обусловливание.
2. Социальное научение.
3. Общие характеристики поведенческой терапии.
4. Цели поведенческой терапии.
5. Применение поведенческой терапии.
6. Методы поведенческой терапии.
7. Когнитивная и когнитивно-поведенческая терапия

#### Раздел 5 «Основы групповой психотерапии»

1. Донаучные формы групповой психотерапии.
2. Зарождение научного подхода к групповой психотерапии: от Месмера до Пратта.
3. Развитие взглядов на групповую психотерапию в психоаналитической теории.
4. А. Адлер. Я. Морено.
5. Гуманистический подход в групповой психотерапии.
6. К. Роджерс. К. Левин.
7. Особенности отечественной групповой психотерапии.
8. Теоретические основы и механизмы лечебного воздействия групповой психотерапии
9. Основные положения групповой психотерапии.
10. Понятие групповой психотерапии.
11. Особенности задач и организации процесса групповой психотерапии в рамках психоаналитической, гуманистической и бихевиоральной концептуальных моделей.
12. Групповая динамика и ее терапевтическая роль. Факторы терапевтического воздействия психотерапии.

#### Раздел 6 Основные процедуры и методы групповой работы

1. Группы встреч.
2. История развития групп встреч.
3. Основные понятия. Т
4. Техника занятий в группах встреч.
5. Гештальт-группы. История и развитие метода.
6. Основные понятия.
7. Техника гештальт-терапии.
8. Основные принципы гештальт-терапии.
9. Группы тренинга умений.
10. История и развитие групп тренинга умений.

#### 5.3 Определение соотношения объема занятий, проведенное путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися по очной и очно-заочной форме

Виды контактной работы	Образовательные технологии		Контактная работа	
	Объем занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися (ак.ч)	Объем занятий с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (ак.ч)	(всего ак.ч.)	в том числе в форме практической подготовки ( ак.ч.)
1	2	3	4	5
Лекционного типа (лекции)	20	-	20	-
Семинарского типа (семинар)	16	-	16	-
Семинарского типа (практические занятия)	-	56	56	-
в том числе в	-	-	-	6

Виды контактной работы	Образовательные технологии		Контактная работа	
	Объем занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися (ак.ч)	Объем занятий с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (ак.ч)	(всего ак.ч.)	в том числе в форме практической подготовки ( ак.ч.)
1	2	3	4	5
форме практической подготовки				
Семинарского типа (курсовое проектирование (работа))	-	-	-	-
Семинарского типа (лабораторные работы)	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (экзамен)	2,2	-	2,2	-
Итого	38,2	56	94,2	6

Соотношение объема занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися по очной и очно-заочной форме – 41 %

## 6. Методические указания по освоению дисциплины

### 6.1 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

#### Методические указания для преподавателя

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, практических занятий, организации самостоятельной работы студентов, консультаций. Главное назначение лекции - обеспечить теоретическую основу обучения, развить интерес студентов к учебной деятельности и к изучению конкретной учебной дисциплины, сформировать у обучающихся ориентиры для самостоятельной работы над дисциплиной.

Основной целью практических занятий является обсуждение наиболее сложных теоретических вопросов дисциплины, их методологическая и методическая проработка. Они проводятся в форме опроса, диспута, тестирования, обсуждения докладов и пр.

Самостоятельная работа с научной и учебной литературой дополняется работой с тестирующими системами, тренинговыми программами, информационными базами, образовательным ресурсом электронной информационно-образовательной среды и сети Интернет.

### 6.2 Методические материалы обучающимся по дисциплине, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Методические материалы доступны на сайте «Личная студия» в разделе «Методические указания и пособия».

1. Методические указания «Введение в технологию обучения».
2. Методические указания по проведению учебного занятия «Вебинар».
3. Методические указания по проведению занятия «Семинар-обсуждение устного эссе», «Семинар-обсуждение устного доклада».
4. Методические указания по проведению занятия «Семинар – семинар-асессмент реферата».
5. Методические указания по проведению занятия «Семинар – асессмент дневника по физкультуре и спорту».
6. Методические указания по проведению занятия «Семинар – обсуждение реферата».
7. Методические указания по проведению учебного занятия с компьютерным средством обучения «Практическое занятие - тест-тренинг».
8. Методические указания по проведению учебного занятия с компьютерным средством обучения «Практическое занятие - глоссарный тренинг».
9. Методические указания по проведению занятия «Практическое занятие - позетовое тестирование».
10. Положение о реализации электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.



11. Методические указания по проведению занятия «Практическое занятие - алгоритмический тренинг».

Указанные методические материалы для обучающихся доступны в Личной студии обучающегося, в разделе ресурсы.

### **6.3 Особенности реализации дисциплины в отношении лиц из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Студенты с ограниченными возможностями здоровья, в отличие от остальных студентов, имеют свои специфические особенности восприятия и переработки учебного материала.

Подбор и разработка учебных материалов должны производиться с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи) или с помощью тифлоинформационных устройств.

Выбор средств и методов обучения осуществляется самим преподавателем. При этом в образовательном процессе рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений студентов с ограниченными возможностями здоровья с преподавателями и другими студентами, создания комфортного психологического климата в студенческой группе.

Разработка учебных материалов и организация учебного процесса проводится с учетом нормативных документов и локальных актов образовательной организации.

В соответствии с нормативными документами инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья по зрению имеют право присутствовать на занятиях вместе с ассистентом, оказывающим обучающемуся необходимую помощь; инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья по слуху имеют право на использование звукоусиливающей аппаратуры.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине обеспечивается соблюдение следующих общих требований:

- проведение аттестации для инвалидов в одной аудитории совместно с обучающимися, не являющимися инвалидами, если это не создает трудностей для инвалидов и иных обучающихся при прохождении государственной итоговой аттестации;

- присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся инвалидам необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с экзаменатором);

- пользование необходимыми обучающимся инвалидам техническими средствами при прохождении аттестации с учетом их индивидуальных особенностей;

- обеспечение возможности беспрепятственного доступа обучающихся инвалидов в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

По письменному заявлению обучающегося инвалида продолжительность сдачи обучающимся инвалидом экзамена может быть увеличена по отношению к установленной продолжительности его сдачи:

- продолжительность сдачи экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;

- продолжительность подготовки обучающегося к ответу на экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут.

В зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организация обеспечивает выполнение следующих требований при проведении аттестации:

а) для слепых:

- задания и иные материалы для сдачи экзамена оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением для слепых, либо зачитываются ассистентом;

- письменные задания выполняются обучающимися с использованием клавиатуры с азбукой Брайля, либо надиктовываются ассистенту;

б) для слабовидящих:

- задания и иные материалы для сдачи экзамена оформляются увеличенным шрифтом и/или использованием специализированным программным обеспечением Jaws;

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- при необходимости обучающимся предоставляется увеличивающее устройство, допускается использование увеличивающих устройств, имеющихся у обучающихся;

в) для глухих и слабослышащих, с тяжелыми нарушениями речи:

- имеется в наличии информационная система "Исток" для слабослышащих коллективного пользования;

- по их желанию испытания проводятся в электронной или письменной форме;

г) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- тестовые и тренинговые задания по текущей и промежуточной аттестации выполняются обучающимися на компьютере через сайт «Личная студия» с использованием электронного обучения, дистанционных технологий;

- для обучения лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата используется электронный образовательный ресурс, электронная информационно-образовательная среда;
- по их желанию испытания проводятся в устной форме.

О необходимости обеспечения специальных условий для проведения аттестации обучающийся должен сообщить письменно не позднее, чем за 10 дней до начала аттестации. К заявлению прилагаются документы, подтверждающие наличие у обучающегося индивидуальных особенностей (при отсутствии указанных документов в организации).

#### **6.4 Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов**

Цель самостоятельной работы - подготовка современного компетентного специалиста, формирование у него способностей и навыков к непрерывному самообразованию и профессиональному совершенствованию.

Реализация поставленной цели предполагает решение следующих задач:

- качественное освоение теоретического материала по изучаемой дисциплине, углубление и расширение теоретических знаний с целью их применения на уровне межпредметных связей;
- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических навыков;
- формирование умений по поиску и использованию нормативной, правовой, справочной и специальной литературы, а также других источников информации;
- развитие познавательных способностей и активности, творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самообразованию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие научно-исследовательских навыков;
- формирование умения решать практические задачи профессиональной деятельности, используя приобретенные знания, способности и навыки.

Самостоятельная работа является неотъемлемой частью образовательного процесса.

Самостоятельная работа предполагает инициативу самого обучающегося в процессе сбора и усвоения информации, приобретения новых знаний, умений и навыков и его ответственность за планирование, реализацию и оценку результатов учебной деятельности. Процесс освоения знаний при самостоятельной работе не обособлен от других форм обучения.

Самостоятельная работа должна:

- быть выполнена индивидуально (или являться частью коллективной работы). В случае, когда самостоятельная работа подготовлена в порядке выполнения группового задания, в работе делается соответствующая оговорка;
- представлять собой законченную разработку (этап разработки), в которой анализируются актуальные проблемы по определенной теме и ее отдельных аспектов;
- отражать необходимую и достаточную компетентность автора;
- иметь учебную, научную и/или практическую направленность;
- быть оформлена структурно и в логической последовательности: титульный лист, оглавление, основная часть, заключение, выводы, список литературы, приложения,
- содержать краткие и четкие формулировки, убедительную аргументацию, доказательность и обоснованность выводов;
- соответствовать этическим нормам (правила цитирования и парафраз; ссылки на использованные библиографические источники; исключение плагиата, дублирования собственного текста и использования чужих работ).

#### **6.4.1 Формы самостоятельной работы обучающихся по разделам дисциплины**

##### **Раздел 1 «Введение в психотерапию»**

##### **Темы рефератов**

1. Усложнение устройства организма, его активности и эволюция нервной системы.
2. Общее строение нервной системы в связи с регуляцией психики и поведения человека.
3. Мозг как наиболее сложное материальное тело.
4. Устройство и психологические функции коры головного мозга.
5. Нейрон, его строение и функции.
6. Разновидности нейронов и их специализация.
7. Синапс, его устройство и назначение в работе центральной нервной системы.
8. Рецепторы и их классификация.
9. Явление межполушарной асимметрии и его современная трактовка.
10. Кора головного мозга, ее строение и функции.
11. Анализаторы и их проекционные зоны.
12. Представительство движений и речи в коре головного мозга человека.
13. Функциональная асимметрия мозга: история открытия и современное состояние проблемы.
14. Ретикулярная формация и ее роль в регуляции психики и поведения человека.
15. Этапы эволюции мозга и связанные с ними психические новообразования.

16. Дискуссия психологов и представителей естественных наук по вопросу о том, кому и как объяснять поведение человека?
17. Соотношение психологического и физиологического объяснений процесса научения.
18. Связь психологического и физиологического объяснений сложных форм поведения человека.
19. Естественные и научные и психологические знания о познавательных процессах.
20. Психологические и естественно-научные знания о личности человека.
21. Современная психология и естественные науки в понимании и объяснении деятельности человека.

## **Раздел 2 «Классификация основных направлений, форм и методов психотерапии»**

### **Темы вебинаров**

1. Противопоказания для групповой психотерапевтической работы.
2. Виды групповой психотерапии.
3. Этапы групповой психотерапии.
4. История возникновения и развития групповой психотерапии.
5. Классификация видов психотерапии.
6. Классификация групп.
7. Групповая динамика и ее терапевтическая роль.
8. Эффективность групповой работы.
9. Цели и задачи групповой психотерапии.
10. Факторы терапевтического воздействия групповой психотерапии.
11. Теоретические основы и механизмы лечебного воздействия групповой психотерапии.
12. Стиль руководства группового терапевта.
13. Принципы, роли и нормы групповой психотерапии.
14. История возникновения и развития групповой психотерапии.
15. Донаучные формы групповой психотерапии.
16. Зарождение научного подхода к групповой психотерапии: от Месмера до Платта.
17. Развитие взглядов на групповую психотерапию в психоаналитической теории.
18. Гуманистический подход в групповой психотерапии.
19. Особенности отечественной групповой психотерапии.
20. Теоретические основы и механизмы лечебного воздействия групповой психотерапии.
21. Понятие групповой психотерапии.
22. Особенности задач и организации процесса групповой психотерапии.
23. Психотерапии в рамках психоаналитической, гуманистической и бихевиоральной концептуальных моделей.
24. Групповая динамика и ее терапевтическая роль.
25. Факторы терапевтического воздействия психотерапии.
26. Стиль руководства группового психотерапевта.
27. Групповой процесс и его основные характеристики.
28. Классификация групп.
29. Принципы, роли и нормы в групповой психотерапии.
30. Этапы группового процесса.

## **Раздел 3 «Основы индивидуальной психотерапии»**

### **Темы рефератов**

1. История становления индивидуальной психотерапии.
2. История становления индивидуального консультирования.
3. Роль и функции консультанта (психотерапевта) в различных направлениях психотерапии и консультирования.
4. Этические аспекты деятельности консультанта (психотерапевта) в различных формах индивидуальной работы с клиентом.
5. Проблема переноса и контрпереноса в индивидуальной психотерапии и консультировании.
6. Особенности эволюции решения проблемы клиента в различных направлениях психотерапии и консультирования.
7. Особенности начальной стадии работы психотерапевта (консультанта) в различных направлениях психотерапии и консультирования.
8. Особенности продуктивной стадии работы психотерапевта (консультанта) в различных направлениях психотерапии и консультирования.
9. Особенности заключительной стадии работы психотерапевта (консультанта) в различных направлениях психотерапии и консультирования.
10. Личностный рост клиента в различных направлениях психотерапии и консультирования.
11. Особенности фокуса воздействия в различных направлениях психотерапии и консультирования.
12. Особенности поведенческой психотерапии и консультирования.
13. Особенности клиент-центрированной психотерапии и консультирования.

14. Особенности гештальттерапии и консультирования.

15. Особенности психоаналитически ориентированных направлений в психотерапии и консультировании

#### **Раздел 4 «Индивидуальный и феноменологический подход в индивидуальной психотерапии»**

##### **Темы рефератов**

1. Эклектический подход в психотерапии. Краткосрочная психотерапия.

2. Измененные состояния сознания и трансперсональный опыт. Концепция холотропной терапии С.Грофа.

3. Психодинамическая психотерапия: фокус, цели и технические приемы. Начало психоаналитического лечения. Диагностика и ее цели.

4. Концепция трансфера, трансферное сопротивление. Перенос и контрперенос как фактор психотерапевтического процесса. Важность отслеживания контрпереноса.

5. Сопротивление и защита. Специфические защитные механизмы: вытеснение, отрицание, формирование реакции (реактивное образование), сублимация.

6. Сопротивление и защита. Специфические защитные механизмы: перемещение, обратное чувство, подавление, идентификация с агрессором.

7. Сопротивление и защита. Специфические защитные механизмы: аскетизм, интеллектуализация, изоляция аффекта, всемогущество, идеализация.

8. Сопротивление и защита. Специфические защитные механизмы: регрессия, расщепление, проекция, прожективная идентификация.

9. Типы организации личности (портреты): психопатическая (антисоциальная личность), нарциссическая личность. Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.

10. Типы организации личности (портреты): обсессивно-компульсивная личность, шизоидная личность. Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.

11. Типы организации личности (портреты): параноидальный тип, диссоциативный тип, Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.

12. Типы организации личности (портреты): истероидная личность, циклоидная личность. Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.

13. Типы организации личности (портреты): мазохистическая личность, депрессивная личность. Характериологические особенности, защитные механизмы, эмоциональные проявления, межличностные отношения.

14. Центральные понятия физиологии ВВД, важные для работы с измененными состояниями сознания и трансвыми технологиями (возбуждение и торможение, ингибция, концепция рабочей доминанты А.А. Ухтомского).

15. Понятие и стадии гипноза в русской физиологической школе (В.М. Бехтерев, И.П. Павлов).

16. Определение понятия «состояние» в физиологии и психологии. Исследование проблемы психических состояний в отечественной психологии.

17. Исследования У. Джеймса в области психологии сознания.

18. Традиционные и современные модели сознания и бессознательного. Субъект-объектная природа сознания. Расстройства сознания.

19. Ритмы мозговой активности. Циркадные и ультрадианные ритмы. Хронобиология и психотерапия.

20. Понятие об измененных состояниях сознания. Проблема классификации ИСС и классификационные подходы.

21. Обзор школ и методов телесно-ориентированной психотерапии.

22. Возможности арт-терапии. Основные ее направления.

#### **Раздел 5 «Основы групповой психотерапии»**

##### **Темы рефератов**

1. Общее представление о психологическом консультировании и психотерапии. Профессиональная этика.

2. Принципы личностных подходов в психотерапии.

3. Революция психоанализа, ее теоретические, социальные и методические следствия.

4. Экзистенциальная философия и экзистенциальный анализ.

5. Формирование профессиональных взглядов Ф.Перлза и появление гештальт-терапии.

6. Основные понятия гештальт-терапии: целостность, фигура и фон, «здесь и теперь», переживание, сознание, саморегуляция.

7. Основные понятия гештальт-терапии: контакт и граница контакта, творческое приспособление, поле «организм — среда», механизмы регуляции границы контакта.
8. Проблема детерминации поведения человека и понятие границы контакта.
9. Функции self.
10. Фазы контакта. Линейная и циклическая модели.
11. Механизмы прерывания контакта (слияние, интроекция, проекция, ретрофлексия, эготизм).
12. Концепция полярностей в гештальт-терапии. Противоположности и целостность.
13. Работа со сновидениями в гештальт-терапии.
14. Ремесло и творчество в гештальт-терапии. Терапия как творческий процесс.
15. Творческие методы в гештальт-терапии (работа с рисунком, глиной, гримом, движением, голосом).
16. Психотерапия и искусство.
17. Основные принципы первичного психологического консультирования.
18. Сензитивные и фасилитационные навыки консультанта и терапевта.
19. Динамика терапевтической сессии.
20. Парадоксы психоанализа.
21. Психодраматическая ревизия психоанализа.
22. Бихевиоральная терапия.
23. Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии.
24. Теория гештальт-терапии: проблемы и перспективы.
25. Метод и техники: критерии методического единства гештальт-терапии.

## **Раздел 6 «Основные процедуры и методы групповой работы»**

### **Темы рефератов**

1. Телесность как биологический, психологический и культурный феномен.
  2. Модели подходов к телесным и психическим феноменам в психотерапии и гештальт-терапии.
  3. Концепция «адаптированной телесной структуры» Дж.Кепнера.
  4. Телесный процесс и терапевтические стратегии. Роль дыхания, голоса, пространства и движения в терапевтической сессии.
  5. Прикосновение как межчеловеческое событие. Терапевтическое использование прикосновения.
  6. Основные принципы применения гештальт-терапии в клинической практике. Виды диагностики.
  7. Симптом и контакт: модели соотнесения.
  8. Сущность невроза. Практические выводы из гештальт-теории генезиса невроза.
  9. Проблема характерологических типов в психоанализе и гештальт-терапии.
  10. Различные теоретические модели детерминации психосоматических расстройств.
  11. Гипотеза соматической (ретрофлексивной) проекции как попытка синтеза двух теоретических линий объяснения психосоматических расстройств.
  12. Специфика психологической помощи при различных психосоматических заболеваниях.
  13. Психологическая зависимость и химическая зависимость.
  14. Сущность химической зависимости.
  15. Стратегия и тактика работы с больными алкоголизмом и наркоманией в стационарных условиях.
- Программа «12 шагов».
16. Особенности амбулаторной психологической реабилитации.
  17. Пищевая зависимость.
  18. Клинические и психологические аспекты депрессивных расстройств.
  19. Реактивная депрессия и реакция острого горя. Закономерности работы с переживанием горя.
  20. Психология шизофрении.
  21. Построение системного представления о психопатологии и роли психолога в лечении душевных заболеваний.
  22. Диалог и терапевтические отношения в экзистенциальных подходах.
  23. Феномены диалога и попытки их описания в гештальт-терапии.
  24. Диалог и терапевтические техники.
  25. Необходимость супервизии. Представление о функциях супервизора в различных терапевтических подходах.
  26. Характер интервенций на различных этапах терапевтической сессии.
  27. Парадокс и контрпарадокс.
  28. Внутренняя организация терапевтом своего взаимодействия с клиентом.
  29. Фокус супервизии.

## **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **7.1. Рекомендуемая литература**

#### **Основная литература**

1. Павлов, И. С. Психотерапия в практике: технология психотерапевтического процесса / И. С. Павлов. — Москва: Академический проект, 2020. — 511 с. — ISBN 978-5-8291-2809-8. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110005.html>
2. Старшенбаум, Г. В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г. В. Старшенбаум. — 2-е изд. — Москва: Когито-Центр, 2019. — 368 с. — ISBN 5-89353-157-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88315.html>
3. Кочюнас, Р. Групповая психотерапия: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. — 10-е изд. — Москва: Академический проект, 2020. — 223 с. — ISBN 978-5-8291-2744-2. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110025.html>
4. Берн, Э. Трансактный анализ в психотерапии: системная индивидуальная и социальная психиатрия / Э. Берн; под редакцией В. Калиненко; перевод А. Калмыкова, В. Калиненко. — Москва: Академический проект, 2020. — 311 с. — ISBN 978-5-8291-2693-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110010.html>

#### **Дополнительная литература**

1. Старшенбаум Г.В. Психотерапия в группе [Электронный ресурс] / Г.В. Старшенбаум. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2015. — 202 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31710>

#### **7.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

- «Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова. Факультет психологии»: <http://www.psy.msu.ru/>;
- «Институт психологии Российской Академии Наук» <http://www.ipras.ru/>;
- «Институт практической психологии «ИМАТОН»»: <http://www.imaton.ru/>;
- «Психология и бизнес»: <http://www.psycho.ru/>;
- «Психологический словарь»: <http://psi.webzone.ru/>;
- «Юридическая психология и не только...»: <http://yurpsy.com/files/ucheb/krimpsy/019.htm>;
- «Полезные сайты для психологов»: <https://www.b17.ru/blog/254604/>;
- «Научная электронная библиотека»: <https://www.elibrary.ru/defaultx.asp>.

#### **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины, перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Для проведения занятий по дисциплине имеется следующее материально-техническое обеспечение:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, оборудованные учебной мебелью и оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения с возможностью подключения к сети «Интернет»;
- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Программное обеспечение:

*Лицензионное программное обеспечение (в том числе, отечественного производства):*

Операционная система Windows Professional 10

ПО браузер – приложение операционной системы, предназначенное для просмотра Web-страниц

Платформа проведения аттестационных процедур с использованием каналов связи (отечественное ПО)

Платформа проведения вебинаров (отечественное ПО)

Информационная технология. Онлайн тестирование цифровой платформы Ровеб (отечественное ПО)

Электронный информационный ресурс. Экспертный интеллектуальный информационный робот

Аттестация ассессоров (отечественное ПО)

Информационная технология. Аттестационный интеллектуальный информационный робот контроля оригинальности и профессионализма «ИИР КОП» (отечественное ПО)

Электронный информационный ресурс «Личная студия обучающегося» (отечественное ПО)

*Свободно распространяемое программное обеспечение (в том числе отечественного производства):*

Мой Офис Веб-редакторы <https://edit.myoffice.ru> (отечественное ПО)

ПО OpenOffice.Org Calc.

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО OpenOffice.Org.Base

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО OpenOffice.org.Impress

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО OpenOffice.Org Writer

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО Open Office.org Draw

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО «Блокнот» - стандартное приложение операционной системы (MS Windows, Android и т.д.), предназначенное для работы с текстами;

Научная электронная библиотека. <http://elibrary.ru>

Электронно-библиотечная система IPRbooks (ЭБС IPRbooks) – электронная библиотека по всем отраслям знаний

<http://www.iprbookshop.ru>

*Современные профессиональные базы данных:*

Флогистон: Психология из первых рук <http://flogiston.ru/>

Психология от А до Я <http://psyznaiyka.net/>

*Информационно-справочные системы:*

Справочно-правовая система «Гарант»;

Справочно-правовая система «Консультант Плюс».