

Е.В. Мельник

**Методические рекомендации для студентов по
выполнению самостоятельной работы по дисциплине
«Основы психотерапии»**

УДК 15:378 (021)

ББК 88:74.480.267я73

М 48

Рецензенты:

кандидат психологических наук, доцент Н.И. Аркаева, Челябинск

кандидат психологических наук, доцент В.К. Шаяхметова, Челябинск

Мельник Е.В. Методические рекомендации для студентов по выполнению самостоятельной работы по дисциплине «Основы психотерапии» [Текст]. – Челябинск. – Издательство «Активист», 2018. – 68 с.

В методических рекомендациях показана роль самостоятельной работы в подготовке студентов-бакалавров психолого-педагогического направления, предложены методические рекомендации по выполнению реферата, конспекта научной статьи или монографии, а также представлена рабочая программа дисциплины «Основы психотерапии»

© Мельник Е.В., 2018

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	4
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ РЕФЕРАТА.....	6
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНСПЕКТА НАУЧНОЙ СТАТЬИ ИЛИ МОНОГРАФИИ.....	21
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ПСИХОТЕРАПИИ».....	24

Предисловие

Время, которым располагает студент для выполнения учебного плана, складывается из двух составляющих: одна из них - это работа в вузе по расписанию занятий, другая - внеаудиторная самостоятельная работа. Задания и материалы для самостоятельной работы выдаются во время учебных занятий, на этих же занятиях преподаватель осуществляет контроль самостоятельной работы, а также оказывает помощь студентам по правильной организации работы.

Чтобы выполнить весь объем самостоятельной работы, необходимо заниматься ежедневно. Начинать самостоятельные внеаудиторные занятия следует с первых же дней семестра, пропущенные дни будут потеряны безвозвратно, компенсировать их позднее усиленными занятиями без снижения качества работы и ее производительности невозможно. Первые дни семестра очень важны для того, чтобы включиться в работу, установить определенный порядок, равномерный ритм на весь семестр.

Если порядок в работе, ее ритм установлен правильно, студент изо дня в день может работать, не снижая своей производительности и не перегружая себя. Правильная смена одного вида работы другим позволяет отдыхать, не прекращая работы.

Таким образом, первая задача организации внеаудиторной самостоятельной работы - составление расписания, которое должно отражать время занятий, их характер (теоретический курс, практические занятия, чтение), перерывы на обед, ужин, отдых, сон, проезд и т.д. Расписание не предопределяет содержания работы, ее содержание неизбежно будет изменяться в течение семестра. Порядок же следует закрепить на весь семестр и приложить все усилия, чтобы поддерживать его неизменным (кроме исправления ошибок в планировании, которые могут возникнуть из-за недооценки объема работы или переоценки своих сил).

При однообразной работе человек утомляется больше, чем при работе разного характера. Однако не всегда целесообразно заниматься многими учебными дисциплинами в один и тот же день, так как при каждом переходе нужно вновь сосредоточить внимание, что может привести к потере времени. Наиболее целесообразно ежедневно работать не более чем над двумя-тремя дисциплинами.

Начиная работу, не нужно стремиться делать вначале самую тяжелую ее часть, надо выбрать что-нибудь среднее по трудности, затем перейти к более трудной работе. И напоследок оставить легкую часть, требующую не столько больших интеллектуальных усилий, сколько определенных моторных действий (построение схем, таблиц и т.п.).

Самостоятельные занятия потребуют интенсивного умственного труда, который необходимо не только правильно организовать, но и стимулировать. При этом очень важно уметь поддерживать устойчивое внимание к изучаемому материалу. Выработка внимания требует значительных волевых усилий. Именно поэтому, если студент замечает, что он часто отвлекается во время самостоятельных занятий, ему надо заставить себя сосредоточиться. Подобную процедуру необходимо проделывать постоянно, так как это - тренировка внимания. Устойчивое внимание появляется тогда, когда человек относится к делу с интересом.

Следует правильно организовать свои занятия: 50 минут - работа, 5-10 минут - перерыв; после 3 часов работы перерыв - 20-25 минут. Иначе нарастающее утомление повлечет неустойчивость внимания.

Очень существенным фактором, влияющим на повышение умственной работоспособности, являются систематические занятия физической культурой. Организация активного отдыха предусматривает чередование умственной и физической деятельности, что полностью восстанавливает работоспособность человека.

Подводя итог всему изложенному выше, следует еще раз подчеркнуть, что учеба в вузе - напряженный труд, требующий от студента настойчивости, целеустремленности, трудолюбия, самостоятельности, творческого отношения к работе. Чтобы этот труд был успешным и принес желаемые результаты, его следует правильно организовать на основе следующих обобщенных рекомендаций:

- правильно ставить перед собой цели и задачи;
- сохранять физическое здоровье;
- поддерживать оптимальный психологический настрой;
- правильно распределять время и планировать свою работу;
- овладевать навыками работы с книгой;
- учиться вести записи;
- учиться запоминать, пользоваться своей памятью и мышлением;
- максимально использовать для повышения уровня своих знаний все формы учебных занятий;
- приобретать навыки научно-исследовательской работы;
- овладевать культурой речи и общения.

Учиться сознательно управлять собой, развивать волю, трудолюбие, вырабатывать навыки самостоятельной работы - таким должен быть девиз каждого студента.

Методические рекомендации по выполнению реферата

Слово «реферат» (от латинского «refero» – докладываю, сообщаю) означает краткое изложение содержания научных трудов и\или литературы по выбранной теме. Объем от 15 до 25 страниц.

Реферат не является конспектом, поэтому информация, полученная из научных трудов, должна обобщаться и систематизироваться, а каждая глава завершаться кратким выводом.

Реферат должен соответствовать определенным требованиям к структуре и оформлению. Он состоит из следующих частей:

- титульный лист;
- оглавление (план);
- введение;
- основная часть;
- заключение;
- список литературы.

Последней частью может быть приложение, которое представляет собой различные схемы, таблицы, результаты опроса, тестирования и другой иллюстративный материал. Приложений в работе может быть несколько.

Условно процесс написания работы можно разделить на пять взаимосвязанных этапов.

1. Выбор темы. На данном этапе студент должен самостоятельно выбрать интересную для него тему. Тема должна быть также актуальной, понятной студенту и соответствовать содержанию учебной дисциплины. Поскольку студент, как правило, не ограничен в выборе темы (если она не назначена заранее), то выбирать ее следует по своим собственным интересам, однако, если работа пишется в первый раз, то выбирать рекомендуется конкретные, не расплывчатые в формулировке и научном материале темы. Это убережет от простого описания материала и даст возможность подробно вникнуть в конкретную проблему и основательно описать ее. Данную тему можно развить и в последующих работах и даже, доработав ее, превратить в теоретическую часть курсовой работы. Если выбор темы вызывает затруднение, то можно обратиться за помощью к преподавателю.

После того, как темы выбрана и утверждена, можно приступать к сбору информации. Нельзя ограничиваться только парой-тройкой учебников, нужно обязательно использовать справочники, энциклопедии, периодику и монографии по данной теме. Это позволит продемонстрировать более широкий кругозор и показать актуальность вопроса. Все материалы можно найти в библиотеке, читальном зале и специальных кабинетах университета.

2. Разработка рабочего плана. Перед написанием работы очень полезно составить план. Для этого необходимо представлять структуру работы, поэтому перед составлением плана необходимо ознакомиться с литературой по выбранной теме. Как правило, в плане в произвольной форме излагаются этапы написания работы и сроки их выполнения. План также должен включать в себя введение, содержание по главам и параграфам, заключение. Составленный план желательно показать преподавателю и согласовать с ним дальнейшие действия.

3. Сбор, анализ и обобщение материала по выбранной теме. После выбора темы логично начать сбор научной и иной информации по данной теме. Это самый важный и ответственный этап работы. От количества и качества найденных материалов во многом будет зависеть и содержание работы. Список литературы по конкретной теме можно найти в методичке в списке основной и дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине либо в библиотечном каталоге.

Список литературных источников должен состоять не менее чем из пяти наименований. Итак, добыв необходимую литературу, студент делает нужные выписки из нее. Особенно следует обратить внимание на цитаты разных авторов, причем следует заранее выписать автора цитаты, полное наименование книги (включая дату, город издания), страницу, откуда она взята - это пригодится при оформлении ссылок. Далее начинается анализ собранного материала, в ходе которого отбрасывается все лишнее, а из оставшегося составляется логически систематизированное содержание

работы, раскрывающее поставленную проблему. Впоследствии данное содержание может быть дополнено какими-то новыми фактами, идеями, мыслями.

4. Оформление работы является заключительной стадией подготовки научной работы. На данном этапе автор сводит весь материал в единую работу, оформляет ее в соответствии с установленными требованиями (подробнее об этом смотрите далее). Приступать к чистовому оформлению работы можно лишь после окончательного обобщения и структурирования материала, учета замечаний и дополнений руководителя научной работы, внесения всех уточнений, тщательной проверки материала на отсутствие ошибок, опечаток, проверки на логичность и последовательность изложения. Также следует проверить точность цитат и ссылок, устранить стилистические ошибки.

5. Защита работы. Не менее важный этап - защита работы. Как правило, она состоит из доклада на 5-7 минут и ответов на задаваемые вопросы. Доклад должен быть четким, конкретным, раскрывающим основные положения работы. Студент должен перечислить и описать основные задачи, поставленные перед ним, объяснить причины выбора темы и ее актуальность, дать обоснование тех или иных положений работы и, наконец, сделать соответствующие выводы.

Итоговая оценка выставляется в зависимости от следующих факторов:

- 1) глубины разработки проблемы;
- 2) основательности использования научной литературы;
- 3) самостоятельности и творческого подхода к осмыслению темы;
- 4) достоверности и научной обоснованности выводов;
- 5) правильности оформления;
- 6) правильности и логичности ответов на вопросы.

Рассмотрим каждую структурную часть реферата подробнее.

Введение

Работа всегда должна начинаться с введения. Во введении студент обосновывает актуальность выбранной темы, раскрывает ее значимость для учебного предмета. Далее полезно дать краткий обзор литературы по выбранной теме (3-5 источников), а также обозначить структуру работы. Желательно использовать работы как российских, так и зарубежных авторов, сравнить взгляды ученых прошлого и современности. После этого определяются цели работы и ее основные задачи (которые вытекают из целей). Объем введения составляет, как правило, 2-3 страницы. Рекомендуется писать введение, как и заключение, после окончания написания основной части, в противном случае, владение материалом будет минимальным, что скажется на качестве введения и заключения.

Основная часть

В основной части раскрывается сама тема, решаются поставленные во введении задачи и достигаются определенные цели. Как правило, основная часть разделяется на главы и параграфы. Глав должно быть как минимум две, причем желательно, чтобы они были соразмерны друг другу. Качественная работа не должна ограничиваться простым пересказом литературы, автор должен постоянно делать свои выводы, сравнивать и анализировать существующие точки зрения на проблему, приводить цитаты мыслителей и т.д. Приводя различные цитаты, примеры и доказательства, каждый факт нужно подтверждать ссылками на первоисточник.

Заключение

В заключении автор работы делает основные выводы по исследуемой теме. Сделать эти выводы не сложно. Достаточно посмотреть на перечисленные во введении цели и задачи и, в соответствии с ними, сделать краткие выводы. В заключение можно также вынести краткие выводы из

каждого параграфа или главы работы. Кроме того, в заключении нужно сказать о перспективах изучения темы. Желательно высказать и свою точку зрения на решение данной проблемы. Объем заключения примерно равняется объему введения и также не делится на части.

Список используемой литературы

В список литературы студент включает весь используемый, цитируемый или просто упомянутый при написании работы материал: книги, журналы, статьи, нормативные документы, электронные ресурсы и т.д. Список литературы оформляется соответствующим образом и должен включать в себя фамилию и инициалы автора, название книги, место и год выхода, издательство и др. Список излагается в алфавитном порядке.

Итак, для самостоятельного написания качественного реферата необходимо выполнить следующие шаги.

1. Выбрать тему реферата. Желательно, чтобы эта тема была вам интересна и знакома.
2. Выделить основную проблему, которой будет посвящена работа.
3. Найти соответствующую литературу и составить конспект.
4. Составить подробный план реферата, разбив основную часть на главы.
5. Написать реферат.
6. Составить доклад (на 5-7 минут).
7. Скрепить работу или положить в специальную папку.

Правила оформления рефератов

Реферат является научной работой, поскольку содержит в себе элементы научного исследования. В связи с этим к нему должны предъявляться требования по оформлению, как к научной работе. Правила

оформления научных работ являются общими для всех отраслей знаний и регламентируются государственными стандартами, в частности ГОСТом 7.1 - 84. "Библиографическое описание документа: Общие требования и правила составления", "Правилами составления библиографического описания". Для указанных научных работ необходимо выполнять следующие требования: общие требования, правила цитирования, правильное оформление ссылок, библиографического списка, правила сокращения и использования числительных. Очень полезно запомнить данные правила сразу, чтобы впоследствии не уделять этому много времени.

Общие требования

Работа набирается на компьютере. Текст печатается на одной стороне стандартного листа бумаги формата А-4. Ниже приведен список основных требований.

Интервал между строками: 1,5 единицы

Количество знаков на странице (с пробелами и знаками препинания):
1800

Размер левого поля: 30 мм

Размер правого поля: 10 мм

Размер верхнего поля: 20 мм

Размер нижнего поля: 20 мм

Абзац: 5 знаков

Каждая структурная часть работы (введение, главная часть, заключение и т.д.) начинается с новой страницы, параграфы внутри глав пишутся подряд. Расстояние между названием главы и следующим за ним текстом, а также между названиями главы и параграфа составляет 2 интервала.

После заголовка, располагаемого посередине строки, не ставится точка. Не допускается подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовка.

Страницы нумеруются в нарастающем порядке. Номера страниц ставятся внизу в середине листа. Титульный лист включается в общую нумерацию, но номер страницы на нем не проставляется (это не относится к содержанию работы).

Сейчас наиболее распространенным инструментом для печати дипломов, курсовых или рефератов стал программный пакет Microsoft Word. Это достаточно удобный и простой в использовании инструмент.

Вся работа, включая заголовки, должна быть написана шрифтом одного типа, изменять разрешается только размер шрифта. Общепринято для написания реферата, курсовой или квалификационной работы использовать шрифт Times New Roman, кегль 14.

Списки могут быть либо нумерованные, либо маркированные. В нумерованных списках каждое предложение начинается с прописной буквы, а в конце ставится точка. Пример.

Процедура дискуссии состоит из трех основных этапов.

1) Этап ориентировки - определение целей и темы дискуссии, сбор информации (знаний, суждений, мнений, новых идей, предложений всех участников дискуссии) по обсуждаемой проблеме.

2) Этап оценки - упорядочение, обоснование и совместная оценка полученной в ходе обсуждения информации.

3) Завершающий этап - подведение итогов дискуссии: сопоставление целей дискуссии с полученными результатами.

В маркированных списках в конце ставится точка с запятой, а каждое новое предложение пишется со строчной буквы. Пример.

В исследовании эмпатия рассматривается с двух позиций:

1. как свойство личности педагога-психолога, способствующее формированию у него профессиональной коммуникативной компетентности;

2. как процесс эмоционального отклика одной личности на переживания другой, проявляющийся в понимании партнера по общению, сочувствии и сопереживании, а также активной поддержке и оказании помощи.

Если в работе используются таблицы, они размещаются по порядку и снабжаются единой нумерацией на протяжении всей работы. Над каждой из них помещается слово "Таблица", выровненное по правому краю и порядковый номер. Ниже идет заголовок (название таблицы, отражающее ее содержание). Внутри таблицы кегль 12, междустрочный интервал – 1. Пример.

Таблица №...

Характеристика уровней общительности по тесту В.Ф. Ряховского

Количество баллов	Уровень	Характеристика
30-31	Очень низкий	Явно не коммуникабелен, испытывает трудности в работе, требующей групповых усилий.
25-29	Низкий	Замкнут, не разговорчив, предпочитает одиночество, имеет мало друзей.
19-24	Ниже среднего	Чувствует себя уверенно в незнакомой обстановке, однако с осторожностью сходится с людьми, в спорах и диспутах участвует неохотно.
14-18	Средний	Любознателен, охотно слушает интересного собеседника, терпелив в общении, отстаивает свою точку зрения без вспыльчивости, без неприятных переживаний идет на встречу с новыми людьми.
9-13	Выше среднего	Любопытен, разговорчив, любит высказываться по разным вопросам, охотно знакомится с новыми людьми, любит бывать в центре внимания, вспыльчив.
4-8	Высокий	Общительность «бьет ключом», всегда в курсе всех дел, любит принимать участие в дискуссиях, берется за любое дело, хотя не всегда может успешно довести его до конца.
0-3	Очень высокий	Коммуникабельность носит болезненный характер, многословен, берется судить о проблемах, в которых не компетентен, нередко бывает причиной конфликтов в своем окружении, вспыльчив, обидчив, не

		объективен, не способен на серьезную работу.
--	--	--

Если в работе используются рисунки, они размещаются по порядку и снабжаются единой нумерацией на протяжении всей работы. Под каждым из них помещается сокращенное слово "Рис.", выровненное по центру и порядковый номер. Рядом идет заголовок (название рисунка, отражающее его содержание). Внутри рисунка кегль 12, междустрочный интервал – 1. Пример.

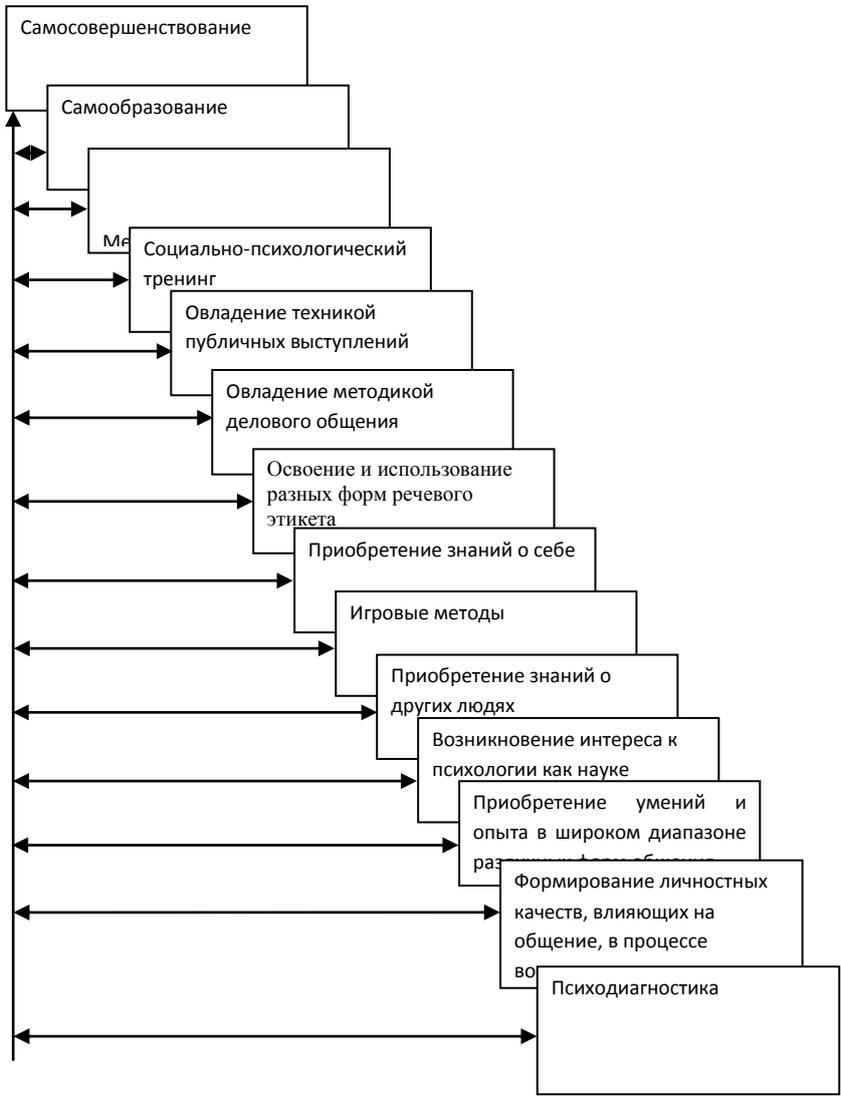


Рис.1.Методы формирования коммуникативной компетентности

Недопустимыми считаются полупустые страницы в работе, лишние абзацы и пробелы, жирный шрифт внутри параграфа, опечатки, орфографические и грамматические ошибки. Если студент не уверен в грамотности своей работы, ему необходимо воспользоваться орфографическим словарем и правилами русского языка.

Знаки препинания ставятся сразу после слова без пробела, пробел ставится только после.

Все кавычки должны быть одного вида. Текст либо слово внутри кавычек пишется без пробела. К примеру, правильно писать "актуальность", а не " актуальность".

Графический материал составляет приложение, которое следует после библиографического списка и имеет отдельную нумерацию.

Правила цитирования и оформления ссылок

Цитата - это выдержка из какого-либо текста, включенная в собственный текст. При цитировании чужой текст заключается в кавычки и приводится в том виде, в каком он дан в источнике, с сохранением смысла и особенностей авторского написания. Пропуск слов, предложений, абзацев допускается при цитировании лишь тогда, когда это не искажает всего фрагмента, и обозначается многоточием, которое ставится на местах пропуска. Если цитата воспроизводит только часть исходного текста, то после открывающихся кавычек ставится многоточие, а сама цитата начинается с маленькой буквы. Например: Марк Аврелий удивлялся "... человек возмущается злом, исходящим извне... а не борется со своим собственным злом, хотя это в его власти". То же относится и к случаям, когда цитата органически входит в состав предложения. Например: И.С. Тургенев писал, что "жалок тот, кто живет без идеала". Каждая цитата обязательно должна сопровождаться ссылкой на источник.

Ссылка в тексте приводится в виде номера, заключенного в квадратные скобки и соответствующего литературному источнику, приведенному в библиографическом списке. После номера литературного источника через запятую ставится номер страницы. Пример:

В другой своей работе Ю.Н. Емельянов определяет коммуникативную компетентность как способность человека к эффективному общению с людьми, как «такой уровень сформированности межличностного опыта, ... который требуется индивиду, чтобы ... успешно функционировать в данном обществе» [58, С. 4].

Оформление библиографического списка

Список излагается в алфавитном порядке. Пример оформления выглядит таким образом.

Статья из журнала одного автора

Руднева Т.И. Личность педагога в современном образовательном пространстве / Т.И. Руднева // Мир психологии. - 2004. - № 4. - С. 193- 199.

Статья из журнала нескольких авторов

Болотов В.А. Проектирование профессионального педагогического образования / В.А. Болотов, Е.И. Исаев, В.И. Слободчиков, И.А. Шайтенко // Педагогика. – 1997. - № 4. – С. 66-72.

Книга одного автора

Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании / Е.И. Рогов. - М.: ВЛАДОС, 1996. – 529 с.

Книга нескольких авторов

Воспитание профессионала в педагогическом вузе. Ч.1 / В.И. Долгова и др. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2002. – 300 с.

Абалакина М.А. Анатомия взаимопонимания / М.А. Абалакина, В.С. Агеев. – М., 1990. – 64 с.

Автореферат диссертации

Лещинская Е.А. Диагностика и коррекция коммуникативных трудностей у младших подростков: автореф. ... дис. канд. псих. наук / Е.А. Лещинская. – Киев, 1992. – 19 с.

Диссертация

Кабрин В.И. Психология коммуникативного развития человека как личности: дис. ... докт. псих. наук / В.И. Кабрин. – СПб., 1993. – 427 с.

Материалы научной конференции

Козина А.В. Процесс эмпатии как эмоциональный фон педагогического общения / А.В. Козина // Материалы VII региональной научно-технической конференции «Вузовская наука – Северо-Кавказскому региону». – Ставрополь: СевКавГТУ, 2003. – 187 с.

Официальные документы (законы, указы, положения, постановления)

Гражданский процессуальный кодекс РСФСР : [принят третьей сессией Верхов. Совета РСФСР шестого созыва 11 июня 1964 г.]. – офиц. текст : по состоянию на 15 нояб. 2001 г. / М-во юстиции Рос. Федерации. – М. : Маркетинг, 2001. – 159 с.

Конституция Российской Федерации. – М.: Приор, 2001. – 32 с.

Правила сокращения слов и написания числительных

Для сокращения слов в тексте используют, как правило, следующие способы:

1. пишут первые буквы слов (ст. - статья, др. - другие);
2. оставляют одну, первую букву слова (г. - год, и т.д. - и так далее);
3. оставляют часть слова (обл. - область, акад. - академик);
4. пропускают часть букв в середине слова, заменяя их дефисом (изд-во - издательство).

Можно использовать при сокращении и аббревиатуры – такие, как "ВУЗ", "завуч", СМИ. В этом случае сразу после сложного термина в скобках

пишется аббревиатура, а далее по тексту уже можно использовать заданное сокращение. Например, "Российская Федерация (РФ)".

При написании работ следует соблюдать общепринятые правила сокращения: "и т.д." (и так далее), "и т.п." (и тому подобное), "и др." (и другие), "т.е." (то есть), "и пр." (и прочее), "вв." (века), "гг." (годы), "н.э." (нашей эры), "гр." (гражданин), "ст.ст." (статьи), "см." (смотри).

Не допускается сокращение слов "так называемый" (т.н.), "так как" (т.к.), "например" (напр.), "около" (ок), "формула" (ф-ла).

Следует уделить также внимание написанию числительных, поскольку именно здесь студенты часто делают ошибки.

Однозначные количественные числительные пишутся словами. Например, "было проведено девять занятий", "он выявил три причины данного обстоятельства".

Многозначные количественные числительные пишутся цифрами, если это не начало абзаца. Например, "официально годом рождения психологии считается 1879", "в исследовании принимали участие 84 подростка в возрасте 13-15 лет".

Однозначные и многозначные порядковые числительные, как правило, пишутся словами. Например, "двадцатый день месяца", "четвертая парта". Порядковые числительные, входящие в состав сложных слов, а также в научных текстах пишутся цифрами. Например, "2-томная книга".

Порядковые числительные, записанные арабскими цифрами, имеют падежное окончание. Если числительное заканчивается на две гласные буквы, на "й" или на согласную букву, падежное окончание состоит из одной буквы. Например, "в 70-м году", "5-я полка справа". Если числительное заканчивается на согласную и гласную буквы, то окончание состоит из двух букв. Например, "7-го числа". Порядковые числительные, расположенные после существительного, к которому они относятся, не имеют падежного окончания. Например, "страница 15".

Порядковые числительные, записанные римскими цифрами, не имеют падежных окончаний. Например, «XX век».

Методические рекомендации по выполнению конспекта научной статьи или монографии

Что такое конспект и что не является конспектом?

Конспектирование – это выписывание суждений автора.

Выписки должны быть краткими по содержанию, но ёмкими по смыслу.

Не является конспектированием простое переписывание.

Как правильно работать над критическим материалом?

Практические советы

Внимательно прочитайте статью и определите, что является предметом рассмотрения автора.

Выделенные проблемы запишите в первой графе таблицы.

Вопросы, поднятые автором, записывайте на расстоянии 0,5-1 страницы.

Напротив записанного вопроса разместите все относящиеся к нему мысли автора.

Как сделать конспект кратким?

Пользуйтесь способом выборного цитирования: отдельные слова, выражения и предложения можно опускать, но не забывайте на месте пропуска ставить многоточие.

Отмечайте в последней графе страницу, с которой выписали материал.

Как сделать конспект содержательным?

Постарайтесь к выявленной проблеме из статьи выписать всё самое основное.

Группировка выписанных мыслей по тематике облегчает работу с конспектом в дальнейшем.

Если потребуется более широкий материал, по указанным в таблице странице и тематическим тезисам в тексте самой статьи легко найти нужное место.

Почему нежелательно писать конспект сплошным текстом?

В таком конспекте трудно ориентироваться.

Требуется много времени на поиск нужной мысли.

Работа оказывается бесполезной тратой времени.

При работе с таблицей происходит аналитическая работа с текстом.

При этом запоминается содержание.

Почему нежелательно работать над составлением конспекта в ходе первого прочтения?

Автор статьи иногда возвращается к уже сказанному, характеризуя проблему с другой стороны.

После первого прочтения нужно знать, что мысли, поднятые вначале, встречаются и далее.

Необходимо представление о содержании всей статьи в целом.

Все виды конспектов проверяются преподавателем в индивидуальном порядке. Конспектируются в первую очередь произведения выдающихся ученых и классиков. Учебные издания, т.е. учебники, конспектировать нежелательно, но и не запрещается. Преподаватель считает, что учебник – это тот источник, который студент читает в первую очередь, и материал учебника усвоен студентом настолько полно, что и конспектировать его нет необходимости.

Обязательно нужно указывать тот источник, который конспектируется. Источник указывается в такой последовательности: 1) Автор. 2) Название

работы. 3) Место издания. 4) Название издательства. 5) Год издания. 6) С правой или с левой стороны конспекта следует указывать нумерацию страниц.

Если во время чтения первоисточника у вас возникают собственные мысли, ассоциации, воспоминания, аналогии или рассуждения – обязательно их записывайте. Это можно делать на полях, ниже через строчку, на следующей странице. Именно через эти "свои" строчки классики становятся близкими и понятными.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ПСИХОТЕРАПИИ»

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Указание места дисциплины в структуре образовательной программы (базовая, вариативная часть), трудоемкость дисциплины в зачетных единицах.

Дисциплина «Основы психотерапии» представлена в содержании вариативной части образовательной программы по направлению: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профили: Психология образования, Психология и педагогика инклюзивного образования.

Трудоемкость дисциплины «Основы психотерапии» составляет 3 зачетные единицы - 108 часов, в том числе:

для очной формы обучения - лекций 20 ч., практических занятий – 22 ч., лабораторных занятий – 6 ч., самостоятельная работа студентов – 24 ч., подготовка к экзамену - 36 ч.;

для заочной формы обучения - лекций 8 ч., практических занятий – 10 ч., лабораторных занятий – 2 ч., самостоятельная работа студентов – 79 ч., подготовка к экзамену - 9 ч. .

Дисциплина изучается студентами очной формы обучения на 4-ом курсе в 7-ом семестре, заочной формы обучения на 5-ом курсе в 9-ом учебном семестре.

Форма отчетности – экзамен.

1.2 Необходимые для дисциплин знания, умения и навыки, сформированные в общеобразовательной школе либо в других дисциплинах образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы умения и навыки работы с научной литературой, Интернет-источниками, а также знания дисциплин: «Общая и экспериментальная психология», «Психология развития», «Социальная психология», «Профессиональная этика в психолого-педагогической деятельности», «Психология личности», «Психолого-педагогическая коррекция», «Клиническая психология детей и подростков».

1.3 Необходимость изучения дисциплины как основы для последующего изучения другой дисциплины (перечислить дисциплины из ОПОП).

Дисциплина «Основы психотерапии» является основой для последующего изучения таких дисциплин, как «Психологическое консультирование», «Тренинг разрешения конфликтов», «Тренинг коммуникативных умений», «Формирование смысла жизни», «Методы коррекционно-развивающей работы».

1.4 Цели дисциплины.

Цель освоения учебной дисциплины: формирование понятия о психотерапии как медико-психологической дисциплине, развитие навыков по применению психотерапевтических методов и техник для профилактики и коррекции отклонений в психологическом развитии детей и подростков, профилактики и коррекции личностных, межличностных, семейных и других проблем.

Знать:

- теоретические основы социальной значимости профессии психолога;
- теоретические основы рисков и опасностей социальной среды;
- теоретические основы профессиональной деятельности психолога.

Уметь:

- ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи в области психотерапии;
- использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности психолога;
- осуществлять рефлекссию способов и результатов своих профессиональных действий в процессе психотерапии.

Владеть:

- навыками соблюдения принципов профессиональной этики в области психотерапии;
- методиками и техниками здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности психолога;
- способами анализа результатов своих профессиональных действий.

1.5 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине в форме требований к знаниям, умениям, владениям способами деятельности и навыками их применения в практической деятельности (компетенциям).

Таблица 1

Планируемые результаты обучения

№ п/п	Компетенция (содержание и обозначение в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП)	Конкретизированные цели освоения дисциплины		
		знать	уметь	владеть
1	Способен понимать	З.1	У.1 ответственно	В.1 навыками

	высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики (ОПК-8);	теоретические основы социальной значимости профессии психолога;	и качественно выполнять профессиональные задачи в области психотерапии;	соблюдения принципов профессиональной этики в области психотерапии;
2	Способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства (ОПК-12);	3.2 теоретические основы рисков и опасностей социальной среды;	У.2 использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности психолога;	В.2 методиками и техниками здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности психолога;
3	Способен к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий (ПК-25).	3.3 теоретические основы профессиональной деятельности психолога.	У.3 осуществлять рефлексию способов и результатов своих профессиональных действий в процессе психотерапии.	В.3 способами анализа результатов своих профессиональных действий.

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2

Разделы дисциплины, виды учебной деятельности (для очной формы обучения)

№ п/п	Наименование раздела (формулировки изучаемых вопросов)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)				
		Л	ЛР	ПЗ	СРС	Всего
1	2	4	5	6	7	8
1	Теоретические основы психотерапии. Сущность психотерапевтического процесса.	6	-	4	6	16
1	Психотерапия как самостоятельная область научных знаний и система практических подходов	2	-	4	2	8
2	Теоретические основы психотерапии	2	-	-	2	4
3	Психологические механизмы психотерапевтического эффекта	2	-	-	2	4
2	Психодинамическое направление в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	6	2	6	6	20
1	Классический психоанализ	2	-	-	2	4
2	Аналитическая психология К.Г. Юнга	2	-	-	2	4
3	Индивидуальная психология А. Адлера	2	-	-	2	4
4	Гуманистический психоанализ Э. Фромма	-	-	2	-	2
5	Трансактный анализ Э. Берна	-	-	2	-	2
6	Телесно-ориентированная терапия. Биоэнергетическая терапия А. Лоуэна	-	-	2	-	2
7	Телесно-ориентированная терапия. Характерологический анализ В. Райха	-	2	-	-	2
3	Поведенческое направление в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	4	2	4	6	16
1	Поведенческое направление в психотерапии	2	-	2	2	6
2	Суггестивная психотерапия. Плацебо-терапия.	-	-	2	-	2

3	Суггестивная психотерапия. Аутогенная тренировка.	-	2	-	2	4
4	Суггестивная психотерапия. Эриксоновский гипноз.	2	-	-	2	4
4	Гуманистическое и интегративное направления в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	4	2	8	6	20
1	Гуманистическое направление в психотерапии	2	-	2	2	6
2	Клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса	-	-	2	2	4
3	Гештальт-терапия Ф. Перлза	2	2	-	-	4
4	Арттерапия	-	-	2	2	4
5	Психодрама	-	-	2	-	2
	Подготовка к экзамену	-	-	-	36	36
ИТОГО:		20	6	22	60	108

Таблица 3

**Разделы дисциплины, виды учебной деятельности
(для заочной формы обучения)**

№ п/п	Наименование раздела (формулировки изучаемых вопросов)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)				
		Л	ЛР	ПЗ	СРС	Всего
1	2	4	5	6	7	8
1	Теоретические основы психотерапии. Сущность психотерапевтического процесса.	2	-	2	15	19
1	Психотерапия как самостоятельная область научных знаний и система практических подходов	2	-	-	7	9
2	Психологические механизмы психотерапевтического эффекта	-	-	2	8	10
2	Психодинамическое направление в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	2	2	4	32	40
1	Психодинамическое направление в психотерапии. Классический психоанализ	2	-	-	8	10
2	Аналитическая психология К.Г. Юнга	-	-	2	8	10
3	Индивидуальная психология А. Адлера	-	-	2	8	10
4	Телесно-ориентированная терапия. Характерологический анализ В. Райха	-	2	-	8	10
3	Поведенческое направление в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	2	-	2	16	20
1	Поведенческое направление в психотерапии	2	-	-	8	10
2	Суггестивная психотерапия. Ауто- генная тренировка.	-	-	2	8	10
4	Гуманистическое и интегративное направления в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	2	-	2	16	20
1	Гуманистическое направление в психотерапии	2	-	-	8	10
2	Гештальт-терапия Ф. Перлза	-	-	2	8	10
	Подготовка к экзамену	-	-	-	9	9

ИТОГО:	8	2	10	79	108
---------------	----------	----------	-----------	-----------	------------

1. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Раздел 1. Теоретические основы психотерапии. Сущность психотерапевтического процесса.		
Требования к результатам освоения раздела: знать, уметь, владеть (код контролируемой компетенции)		
Способен понимать высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики (ОПК-8) (З.1, У.1, В.1).		
Содержание раздела		
<i>План лекций</i>	<i>План лабораторных работ</i>	<i>План семинарских занятий</i>
<p>Психотерапия как самостоятельная область научных знаний и система практических подходов</p> <p>1.Определение понятия, предмета и задач психотерапии.</p> <p>2. Интердисциплинарный характер психотерапии.</p> <p>3.Современный этап развития психотерапии.</p> <p>4.Личные и профессиональные качества психотерапевта.</p> <p>5.Этические принципы в психотерапии.</p> <p>6.Этапы психотерапевтического процесса.</p> <p>7.Связь психических процессов и физиологических изменений в организме.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12</p>	Не предусмотрены	<p>Психотерапия как самостоятельная область научных знаний и система практических подходов</p> <p>1.Религиозные и мистические корни ПТ.</p> <p>2.Учение о «животном магнетизме» Ф. Месмера.</p> <p>3.«Золотой век гипноза» (работы Д. Брэнда; два взгляда на теорию гипноза; Сальпетриерская (Шарко) и Нансийская (Бернгейм) школы.</p> <p>4.Значение исследования детства для понимания природы психики человека («Три очерка по теории сексуальности», 1905).</p> <p>5.Внутренняя логика развития отечественной ПТ (работы В.М. Бехтерева и И.П. Павлова).</p> <p>6.Социальные, научные и технические предпосылки возникновения поведенческой психотерапии в 30-40 гг. XX века.</p> <p>7.«Гуманистический этап» развития ПТ. 60-е годы XX века. Труды А.Маслоу и К.Роджерса.</p> <p>8.Современный этап развития психотерапии, в том числе в России.</p> <p>9.Современные интегративные тенденции в ПТ.</p>

		<p>10.Интердисциплинарный характер психотерапии.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12</p>
<p>Теоретические основы психотерапии</p> <p>1.Психология личности как теоретическая основа психотерапии.</p> <p>2. Характеристика ведущих направлений ПТ: психодинамического, поведенческого, гуманистического. Позиции психотерапевта.</p> <p>3. Основные формы ПТ: индивидуальная, групповая, семейная. Их достоинства и недостатки.</p> <p>4. Техника и средства психотерапевтического воздействия: вербальное и невербальное взаимодействие терапевта и клиента.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12</p>		
<p>Психологические механизмы психотерапевтического эффекта</p> <p>1.Понятие механизма психотерапевтического (лечебного) эффекта.</p> <p>2.Осознание - один из ведущих механизмов психотерапевтического эффекта.</p> <p>3.Инсайт как психологический феномен.</p> <p>4.Психофизиологическая основа катарсиса.</p> <p>5.Механизмы</p>		

психотерапевтического эффекта, действующие в процессе групповой ПТ. <u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12		
Самостоятельная работа		
Инвариантная часть		Вариативная часть
<ol style="list-style-type: none"> 1. Конспект вопроса практического занятия 2. Ведение словаря основных понятий 3. Подготовка к тестированию по разделу 4. Подготовка к терминологическому диктанту 5. Контрольная работа по проверке сформированности компетенции ОПК-8 <u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12		<ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить презентацию по содержанию модуля. 2. Защита презентации. 3. Выступление на практическом занятии. 4. Разработать модель психотерапевтического контракта
Паспорт оценочных средств по разделу		
<i>Код контролируемой компетенции (или её части)</i>		<i>Наименование оценочного средства</i>
ОПК-8: 3.1, У.1, В.1.		Тест по разделу Составление и защита презентации Словарь основных понятий Терминологический диктант Выступление на практическом занятии. Модель психотерапевтического контракта. Конспект вопроса практического занятия Контрольная работа по проверке сформированности компетенции ОПК-8
Раздел 2. Психодинамическое направление в психотерапии		
Требования к результатам освоения раздела: знать, уметь, владеть (код контролируемой компетенции) Способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства (ОПК-12) (3.2, У.2, В.2).		
Содержание раздела		
<i>План лекций</i>	<i>План семинарских занятий</i>	<i>План лабораторных работ</i>

<p>Психодинамическое направление в психотерапии. Классический психоанализ.</p> <p>1. Понятие и сущность психоанализа.</p> <p>2. Структура личности по Фрейду. Происхождение и функции отдельных структур личности.</p> <p>3. Природа и проявления бессознательного.</p> <p>4. Перенос и контрперенос в психотерапии.</p> <p>5. Основные приемы и техники психоанализа.</p> <p>6. Позиция психотерапевта в психоанализе.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12</p>		
<p>Аналитическая психология К.Г. Юнга</p> <p>1. Индивидуальное и коллективное бессознательное.</p> <p>2. Теория К.Г. Юнга об архетипах, виды архетипов.</p> <p>3. Норма и патология развития человека.</p> <p>4. Процесс психотерапии по К.Г. Юнгу: аналитическая и синтетическая стадии.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>		
<p>Индивидуальная психология А. Адлера</p> <p>1. Основные идеи и принципы А. Адлера, применяемые в процессе психотерапии.</p> <p>2. Понятие о комплексе неполноценности.</p> <p>3. Стадии психотерапии по А.</p>		

<p>Адлеру. <u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>		
	<p>Гуманистический психоанализ Э. Фромма 1.Сущность гуманистического психоанализа Э. Фромма. 2.Идея общественной обусловленности психики. 3.Цель гуманистического психоанализа. 4.Историческая обусловленность формирования двух тенденций современного человека: стремления к свободе и отчуждению. 5.Философия любви Э. Фромма. <u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>	
	<p>Трансактный анализ Э. Берна 1.Сущность трансактного анализа Э. Берна. 2.Составные части трансактного анализа: структурный анализ, анализ транзакций, анализ психологических игр, анализ жизненного сценария. 3.Структура личности: три Я-состояния: Родитель, Ребенок, Взрослый. 4.Виды транзакций: дополнительные, перекрестные и скрытые. 5.Психологическая игра. 6.Понятие психологической позиции.</p>	

	<p>7. Особенности групповой работы в транзактной терапии.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>	
		<p>Телесно-ориентированная терапия. Характерологический анализ В. Райха</p> <p>Отработка психотерапевтических упражнений телесно-ориентированной психотерапии:</p> <p>1. накопление в теле энергии посредством глубокого дыхания;</p> <p>2. воздействие на мышечные зажимы;</p> <p>3. изображение чувств с помощью поведения тела;</p> <p>4. рольфинг – массаж для расслабления мышечных оболочек;</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>
	<p>Телесно-ориентированная терапия.</p> <p>Биоэнергетическая терапия А. Лоуэна</p> <p>1. Сущность биоэнергетической терапии А. Лоуэна, цель терапии.</p> <p>2. Аналитическая биоэнергетическая концепция А. Лоуэна.</p> <p>3. Основные типы характеров по А. Лоуэну.</p> <p>4. Техника биоэнергетического анализа. Техника работы с телом.</p> <p>5. Биоэнергетический тренинг.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>	
Самостоятельная работа		
Инвариантная часть	Вариативная часть	

1. Конспект вопроса практического занятия 2. Ведение словаря основных понятий 3. Тестирование по разделу 4. Подготовка к терминологическому диктанту 5. Конспект научной статьи (из первоисточника) одного из представителей психодинамического направления психотерапии.	1. Подготовить презентацию по содержанию модуля. 2. Защита презентации. 3. Выступление на практическом занятии. 4. Составить копилку упражнений для психотерапевтической работы по методу «Телесная психотерапия».
---	---

Паспорт оценочных средств по разделу

<i>Код контролируемой компетенции (или её части)</i>	<i>Наименование оценочного средства</i>
ОПК-12: 3.2, У.2, В.2.	Конспект вопроса практического занятия Тест по разделу Составление и защита презентации Словарь основных понятий Терминологический диктант Выступление на практическом занятии Конспект научной статьи Составление копилки упражнений

Раздел 3. Поведенческое направление в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.

Требования к результатам освоения раздела: знать, уметь, владеть
(код контролируемой компетенции)

Способен к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий (ПК-25)
(3.3, У.3).

Содержание раздела

<i>План лекций</i>	<i>План семинарских занятий</i>	<i>План лабораторных работ</i>
Поведенческое направление в психотерапии 1. Показания к методам поведенческой психотерапии. 2. Рациональная психотерапия (П. Дюбуа, А. Бек, А. Эллис). 3. Техники когнитивной терапии: техники выявления автоматических мыслей, проверки обоснованности автоматических мыслей. 4. Поведенческий тренинг. Постановка целей. Оценка проблем. <u>Методическое обеспечение:</u>	Поведенческое направление в психотерапии 1. Теория классического обусловливания (И.П. Павлов, Д. Уотсон). 2. Развитие классических взглядов в необихевиоризме (Е. Торндайк, Э. Толмен и др.). 3. Независимые и зависимые переменные. Промежуточные факторы. 4. Центральная проблема поведенческой терапии - проблема научения. 5. Особенности терапевтических схем в зависимости от вида обусловливания:	

1, 3, 7, 9, 10, 12	классического или оперантного. <u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12	
	Суггестивная психотерапия. Плацебо-терапия. 1.Плацебо-терапия как метод косвенного внушения на пациента. 2.Факторы, влияющие на плацебо-эффект. 3.Показания к плацебо-терапии. <u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12	
		Суггестивная психотерапия. Аутогенная тренировка. Отработка практических умений и навыков по вопросам: 1.Определение внушаемости пациента. 2. Ступени аутогенной тренировки (по Шульцу): 1) низшая ступень - обучение релаксации с помощью упражнений, направленных на вызывание ощущения тяжести, тепла, на овладение ритмом сердечной деятельности и дыхания; 2) высшая ступень - аутогенная медитация. <u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12
Суггестивная психотерапия. Эриксоновский гипноз 1.Эриксоновский гипноз как современный метод психотерапии. 2.Принципы гипноза. 3.Отличия эриксоновского гипноза от классического. <u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12		

Самостоятельная работа		
Инвариантная часть	Вариативная часть	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Конспект вопроса практического занятия 2. Ведение словаря основных понятий 3. Тестирование по разделу 4. Подготовка к терминологическому диктанту 5. Конспект научной статьи (из первоисточника) одного из представителей поведенческого направления психотерапии <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 3, 7, 9, 10, 12</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить презентацию по содержанию модуля. 2. Защита презентации. 3. Выступление на практическом занятии. 4. Составить копилку упражнений для психотерапевтической работы по методу «Аутогенная тренировка». 	
Паспорт оценочных средств по разделу		
<i>Код контролируемой компетенции (или её части)</i>	<i>Наименование оценочного средства</i>	
ПК-25: 3.3, У.3	Конспект вопроса практического занятия Тест по разделу Составление и защита презентации Словарь основных понятий Терминологический диктант Выступление на практическом занятии Конспект научной статьи Составление копилки упражнений	
Раздел 4. Гуманистическое и интегративное направления в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.		
Требования к результатам освоения раздела: знать, уметь, владеть (код контролируемой компетенции) Способен к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий (ПК-25) (У.3, В.3).		
Содержание раздела		
<i>План лекций</i>	<i>План семинарских занятий</i>	<i>План лабораторных работ</i>
Гуманистическое направление в психотерапии 1.Общая характеристика и основоположники гуманистического направления в психотерапии. 2.Отличия данного направления от психодинамического и поведенческого. 3.Необходимые и достаточные условия изменения клиента: эмпатическое понимание	Гуманистическое направление в психотерапии 1.Общая характеристика гуманистического (экзистенциального, опытного, феноменологического) направления в психотерапии. 2.Характеристика основных подходов гуманистического направления: философского, соматического, духовного. 3. Философский подход (клиент-центрированная	

<p>клиента, безусловно - позитивное отношение (уважение) к клиенту, конгруэнтность психотерапевта (триада К. Роджерса).</p> <p>4.Формирование Я - концепции личности.</p> <p>5.Причины блокирования тенденции самоактуализации.</p> <p>6.Механизмы психологической защиты, поддерживающие неконгруэнтность: отрицание и искажение.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>	<p>терапия К. Роджерса, логотерапия В. Франкла, Сартр, Камю).</p> <p>4.Соматический подход (гештальт - терапия).</p> <p>5.Духовный подход (трансцендентальная медитация, психосинтез).</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> схемы, таблицы, словарь по психотерапии.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>	
	<p>Клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса</p> <p>1.Необходимые и достаточные (идушие от терапевта) условия изменения клиента: эмпатическое понимание клиента, безусловно-позитивное отношение (уважение) к клиенту, конгруэнтность психотерапевта.</p> <p>2.Формирование Я - концепции личности.</p> <p>3.Причины блокирования тенденции самоактуализации.</p> <p>4.Механизмы психологической защиты, поддерживающие неконгруэнтность: отрицание и искажение.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>	
<p>Гештальт-терапия Ф. Перлза</p> <p>1.Ф. Перлз - основатель гештальт-терапии. Теория гештальт-терапии.</p> <p>2.Гомеостатическая модель как отражение функционирования человека.</p> <p>3.Понятие фигуры и фона в гештальт-терапии.</p> <p>4.Понятие незавершенного гештальта.</p>		<p>Гештальт-терапия Ф. Перлза</p> <p>Отработка практических умений и навыков по вопросам:</p> <p>1.Зоны осознания: внешний мир, внутренний мир тела, мир мыслей и фантазий.</p> <p>2.Основа возникновения невротического конфликта - столкновение потребностей организма со средой.</p>

<p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>		<p>3.Слияние, интроекция, проекция, ретрофлексия как механизмы психологической защиты.</p> <p>4.Принципы гештальт-терапии: «Я и Ты», «что и как», «здесь и теперь», принцип субъективизации высказываний.</p> <p>5. Основные упражнения гештальт-терапии.</p> <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>
	<p>Арттерапия Отработка психотерапевтических упражнений арттерапии:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «танец чувств»; 2. «живые скульптуры»; 3. «галерея образов»; 4. «метафорическое послание»; 5. «коллективный рисунок». <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15</p>	
	<p>Психодрама</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Сущность и цель психодрамы. 2.Причина невротического развития - нарушение ролевого развития. 3.Влияние фактора межличностных отношений на психическое развитие личности. 4.Роли в психодраме. 5.Основные понятия психодрамы. 6.Фазы психодраматического процесса: разминка, фаза психодраматического действия, фаза обсуждения. <p><u>Методическое обеспечение:</u> 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14,</p>	

	15	
Самостоятельная работа		
Инвариантная часть	Вариативная часть	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Конспект вопроса практического занятия 2. Ведение словаря основных понятий 3. Тестирование по разделу 4. Подготовка к терминологическому диктанту 5. Конспект научной статьи (из первоисточника) одного из представителей гуманистического направления психотерапии 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовить презентацию по содержанию модуля. 2. Защита презентации. 3. Выступление на практическом занятии. 4. Собрать копилку упражнений для групповой психотерапевтической работы по методам «Гештальттерапия» и «Арттерапия». 	
Паспорт оценочных средств по разделу		
<i>Код контролируемой компетенции (или её части)</i>	<i>Наименование оценочного средства</i>	
ПК-25: У.3, В.3	Конспект вопроса практического занятия Тест по разделу Составление и защита презентации Словарь основных понятий Терминологический диктант Выступление на практическом занятии. Конспект научной статьи Составление копилки упражнений	

Таблица 5

3. СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Раздел	Тема для самостоятельного изучения	Задание для самостоятельного выполнения студентом	Кол-во часов ДО/ЗО	Методическое обеспечение	Форма отчетности
1. Теоретические основы психотерапии. Сущность психотерапевтического процесса.	Психотерапия как самостоятельная область научных знаний и система практических подходов	Подготовка к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента). Составление	2/7	1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Модель

		модели психотерапевтического контракта			психотерапевтического контракта.
	Теоретические основы психотерапии	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента). Составление модели психотерапевтического контракта Выполнение контрольной работы по проверке сформированности компетенции ОПК-8	2/-	1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Модель психотер. контракта. Контрольная работа
	Психологические механизмы психотерапевтического эффекта	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента) Составление модели психотерапевтического контракта	2/8	1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Модель психотерапевтического контракта.
2.Психодинамическое направление в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	Классический психоанализ	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Конспект научной статьи Составление презентации (по выбору студента)	2/8	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15	Конспект Словарь Терминологический диктант Конспект Презентация

	Аналитическая психология К.Г. Юнга	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента) Составление копилки упражнений Конспект научной статьи	2/8	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Копилка упражнений Конспект
	Индивидуальная психология А. Адлера	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента) Конспект научной статьи	2/8	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Конспект
	Телесно-ориентированная терапия. Характерологический анализ В. Райха	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента) Составление копилки упражнений	-/8	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Копилка упражнений
3. Поведенческое направление в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	Поведенческое направление психотерапии	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Конспект научной статьи Составление презентации (по выбору студента)	2/8	1, 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12	Конспект Словарь Терминологический диктант Конспект Презентация
	Суггестивная психотерапия.	Доклад к семинарскому занятию;	2/8	1, 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12	Конспект

	Аутогенная тренировка.	занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента) Составление копилки упражнений Конспект научной статьи			Словарь Терминологический диктант Презентация Копилка упражнений Конспект
	Суггестивная психотерапия. Эриксоновский гипноз.	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента) Конспект научной статьи	2/-	1, 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Статья
4.Гуманистическое и интегративное направления в психотерапии. Основные психотерапевтические методы и технологии.	Гуманистическое направление в психотерапии	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Конспект научной статьи Составление презентации (по выбору студента).	2/8	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15	Конспект Словарь Терминологический диктант Конспект Презентация
	Клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента) Конспект научной статьи	2/-	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Статья
	Арттерапия	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса;	2/-	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15	Конспект Словарь Терминологический

	Составление презентации (по выбору студента) Составление копилки упражнений			диктант Презентация Копилка упражнений
Гештальт-терапия Ф. Перлза	Доклад к семинарскому занятию; Ведение словаря основных понятий курса; Составление презентации (по выбору студента). Составление копилки упражнений	-/8	1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15	Конспект Словарь Терминологический диктант Презентация Копилка упражнений

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

3. Гулевский В.Я. Индивидуальная психотерапия. Практикум [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Я. Гулевский. — Электрон. текстовые данные. — М. : Аспект Пресс, 2008. — 189 с. — 978-5-7567-0470-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8866.html>
4. Кондрашенко В.Т. Общая психотерапия [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Т. Кондрашенко, Д.И. Донской, С.А. Игумнов. — Электрон. текстовые данные. — Минск: Вышэйшая школа, 2012. — 496 с. — 978-985-06-2118-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20234.html>
5. Основные направления современной психотерапии [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.С. Калмыкова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Когито-Центр, 2001. — 379 с. — 5-89353-030-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3858.html>
6. Павлов И.С. Психотерапия в практике [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.С. Павлов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Пер Сэ, 2006. — 608 с. — 5-98549-014-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/7427.html>

7. Пономарева И.М. Работа психолога в кризисных службах [Электронный ресурс]: учебное пособие / Пономарева И.М. – Электрон. текстовые данные. – СПб.: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 198 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22995>. – ЭБС «IPRbooks».

Дополнительная литература

8. Абрамова Г. С. Практическая психология : Учеб. для вузов / Г. С. Абрамова - М. : Трикста: Академический проект , 2015 – 490с.
9. Александров А. А. Психотерапия : Учеб. пособие: Для системы послевуз. проф. образования врачей / А. А. Александров - СПб. : Питер , 2014 - 478 с.
10. Арндт П., Клинген Н. Психосоматика и психотерапия. Справочник. - М.: МЕДпресс-информ, 2014. - 368с.
11. Бурно. М. Е. Клиническая психотерапия : Учеб. пособие по психотерапии / М. Е. Бурно - М.; Екатеринбург : Академический проект: Деловая книга , 2010 – 799 с.
12. Гермейн Л. Карл Роджерс и его последователи. Психотерапия на пороге XXI века [Электронный ресурс] / Литаер Гермейн, Ванершот Грит. — Электрон. текстовые данные. — М. : Когито-Центр, 2005. — 315 с. — 5-89353-085-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3836.html>
13. Работа с родителями. Психоаналитическая психотерапия с детьми и подростками [Электронный ресурс] : учебное пособие / Растин Маргарет [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Когито-Центр, 2006. — 196 с. — 5-89353-167-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3865.html>

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы

14. Кулаков С.А. Практикум по психотерапии психосоматических расстройств. - СПб.: Речь, 2010. - 300с.
15. Прохазка Д. Системы психотерапии. Для консультантов, психотерапевтов и психологов / Д. Прохазка, Д. Норкросс ; пер. с англ. Н. Миронов и др. - СПб. : Еврознак , 2011. - 383 с.

16. Психоаналитическая психотерапия подростков, страдающих тяжелыми расстройствами [Электронный ресурс] : учебное пособие / Анастасопулос Димитрис [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Когито-Центр, 2007. — 199 с. — 5-89353-166-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3864.html>

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

17. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
 18. <http://elib.cspu.ru/xmlui/>

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Таблица 6

5.1. Оценочные средства контроля формируемых компетенций

Шифр и формулировка компетенции		
Конкретизированные цели освоения дисциплины (знать: 3.1, 3.2 ..., уметь У.1, У.2 ..., владеть В.1, В.2 ...), обеспечивающие формирование компетенции	Баллы	Оценочные средства контроля формирования компетенций
ОПК-8: 3.1 теоретические основы социальной значимости профессии психолога;	3	Конспект вопроса практического занятия раздела 1
	4	Тест по разделу 1
	3	Словарь основных понятий раздела 1
	4	Контрольная работа по оценке сформированности компетенции (ОПК-8)
ОПК-12: 3.2 теоретические основы рисков и опасностей социальной среды;	4	Тест по разделу 2
	3	Словарь основных понятий раздела 2
	3	Конспект вопроса практического занятия раздела 2
	3	Конспект научной статьи (из первоисточника)
ПК-25: 3.3 теоретические основы профессиональной деятельности	4	Тест по разделу 3
	3	Конспект вопроса практического занятия раздела 3

психолога.	3 3 3	Словарь основных понятий раздела 3 Терминологический диктант Конспект научной статьи (из первоисточника)
ОПК-8: У.1 ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи в области психотерапии;	4 4	Тест по разделу 1 Контрольная работа по оценке сформированности компетенции (ОПК-8)
ОПК-12: У.2 использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности психолога;	4	Тест по разделу 2
ПК-25: У.3 осуществлять рефлексию способов и результатов своих профессиональных действий в процессе психотерапии.	4 3	Тест по разделу 4 Конспект научной статьи (из первоисточника)
ОПК-8: В.1 навыками соблюдения принципов профессиональной этики в области психотерапии	3 4 4	Терминологический диктант по разделу 1 Контрольная работа (для студентов 3Ф) Контрольная работа по оценке сформированности компетенции (ОПК-8)
ОПК-12: В.2 методиками и техниками здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности психолога;	3 4	Терминологический диктант по разделу 2 Контрольная работа (для студентов 3Ф)
ПК-25: В.3 способами анализа результатов своих профессиональных действий	3 4	Терминологический диктант по разделу 4 Контрольная работа (для студентов 3Ф)
Итого максимальное количество баллов по курсу - 78		

5.2 Типовые контрольные задания или иные материалы для текущего контроля

Тест

Знать

1. Выберите правильный ответ. Ведущие направления в психотерапии – это:

1. динамическое, поведенческое и гуманистическое
2. психоаналитическое, динамическое и экзистенциально-гуманистическое
3. психодинамическое, бихевиористское и психоаналитическое
4. когнитивное, клиент-центрированное и феноменологическое

2. Определите понятие «психотерапия»

1. область медицинской психологии, задача которой – предупреждение нервно-психических и психосоматических заболеваний у практически здоровых людей
2. деятельность по исправлению тех особенностей психического развития, которые по принятой системе критериев не соответствуют «оптимальной» модели
3. система лечебного воздействия на психику, а через психику – на весь организм в целом

3. Какова главная цель психотерапии?

1. лечение психически больных людей
2. помощь клиенту в освобождении от фрустрации (напряжения, неудовлетворенности, страдания)
3. лечение психосоматических заболеваний

4. Назовите основные формы психотерапии

1. индивидуальная, групповая и семейная
2. беседа, психотерапевтическое интервью и тренинг
3. психотерапевтическое консультирование, интервью и групповая дискуссия

5. Как называется явление, обозначающее перенос на психотерапевта эмоционального

отношения клиента к значимым для него людям?

1. конгруэнтность
2. трансфер
3. эмпатия
4. аутентичность
5. контрперенос

6. Кто является основателем клиент-центрированной психотерапии?

1. К. Юнг
2. К. Роджерс
3. А. Адлер

4. А. Маслоу

7. Какие механизмы психотерапевтического эффекта, действующие в групповой психотерапии, описал И. Ялом?

1. «конфронтация», «эмоциональная поддержка», «научение» и другие
2. «инсайт», «катарсис», «контроль» и другие
3. «внушение надежды», «универсальность страданий», «альтруизм» и другие

8. Какое направление психотерапии возникло раньше других?

1. поведенческое
2. психоаналитическое
3. экзистенциально-гуманистическое
4. феноменологическое

9. Кто является автором метода направленных ассоциаций?

1. З. Фрейд
2. А. Фрейд
3. К. Юнг
4. А. Адлер
5. Р. Ассаджиоли

Уметь

10. Соотнесите психотерапевтическое направление и его представителей

1. Гуманистическое
 2. Психодинамическое
 3. Бихевиористское
- А) З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер
Б) Д. Уотсон, Б.Ф. Скиннер, И.П. Павлов
В) А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл

11. Соотнесите понятие и соответствующее ему определение:

1. Аутентичность
 2. Эмпатия
 3. Самоактуализация
- А) Процесс, включающий в себя здоровое развитие способностей человека
Б) Подлинность, соответствие внешних проявлений человека его внутреннему эмоциональному состоянию
В) Способность эмоционально откликаться на переживания другого человека

Владеть

12. Расположите в правильной последовательности этапы восприятия клиентом воздействий, происходящих в ходе психотерапии

1. этап освобождения
2. этап первичной дезадаптации
3. этап «несбывшихся надежд»
4. этап вторичной дезадаптации

13. Постройте правильную последовательность этапов, которые проходит клиент на пути к раскрытию своей истинной индивидуальности (по Ф. Перлзу)

1. эксплозия
2. тупик
3. фобический этап
4. имплозия
5. этап фальшивых отношений, игр и ролей

Темы контрольных работ (для ЗФ)

1. Место психотерапии в системе психологических и медицинских областей знаний.
2. Механизмы лечебного действия психотерапии.
3. Ведущие направления в психотерапии: динамическое, поведенческое, гуманистическое, их сходство и различия.
4. Личность психотерапевта и её влияние на психотерапевтический процесс.
5. Требования к личным и профессиональным качествам психотерапевта.
6. Влияние используемого направления на профессиональную роль психотерапевта.
7. Основные ролевые стратегии в психотерапии. Позиции терапевта и клиента.
8. Перенос и контрперенос, их воздействие на психотерапевтический процесс.
9. Синдром эмоционального выгорания психотерапевта.
10. Основные формы психотерапии: индивидуальная, групповая, семейная.
11. Методы, используемые в разных формах психотерапии.
12. Принципы взаимодействия ведущих направлений и основных форм психотерапии.

13. Семейная психотерапия и семейное психологическое консультирование.
14. Понятие о «кризисах семьи».
15. Основные принципы семейной психотерапии.
16. Этапы семейной психотерапии.
17. Особенности семейного психологического консультирования.
18. Групповая психотерапия эмоциональных расстройств у детей и подростков.
19. Групповая психотерапия поведенческих расстройств у детей и подростков.
20. Показания и противопоказания к применению групповой психотерапии у детей и подростков.
21. Формирование детской психотерапевтической группы.
22. Психодрама: теория и практика.
23. Особенности построения Я - концепции в клиент - ориентированной терапии К. Роджерса.
24. Когнитивная психотерапия А. Бека.
25. Базовые модели поведения с позиций бихевиоризма и необихевиоризма.
26. Типы характерологических структур по А. Лоуэну
27. Основные теоретические предпосылки телесно-ориентированной психотерапии.
28. Особенности характерологического анализа К. Хорни
29. Особенности гуманистического психоанализа Э. Фромма в сравнении с ортодоксальным психоанализом.
30. Тактика психотерапевта в зависимости от фазы развития группы.
31. Сравнительная характеристика позиций терапевта и клиента в зависимости от теоретического направления психотерапии.
32. Схемы взаимодействия терапевта и клиента.
33. Проблема самораскрытия психотерапевта.
34. Сущность психотерапевтического процесса.
35. Этапность проведения психотерапевтического вмешательства.
36. Связь психического и соматического в организме человека.
37. Возможности физиологических изменений в результате психологического воздействия.
38. Виды компенсации в индивидуальной психологии А. Адлера.
39. Причины и способы возникновения комплекса неполноценности.
40. Теоретические основы поведенческой терапии.

- 41.Кризисная психотерапия как психотерапевтическая помощь людям, находящимся в кризисном состоянии.
- 42.Классификация кризисных состояний.
- 43.Патологические кризисные состояния и их последствия: суицидальные мысли и суицидальное поведение пациента.
- 44.Принципы и задачи кризисной психотерапии.
- 45.Этапы кризисной психотерапии.
- 46.Арттерапия как лечение пластическим изобразительным творчеством.
- 47.Активная и пассивная формы арттерапии.
- 48.Механизмы лечебного действия арттерапии.
- 49.Музыкальная психотерапия: лечебные механизмы, показания, техники.
- 50.Сказкотерапия: лечебные механизмы, показания, техники.
- 51.Танцевальная терапия: лечебные механизмы, показания, техники.
- 52.Библиотерапия: лечебные механизмы, показания, техники.
- 53.Особенности групповой работы в трансактной терапии.
- 54.Гештальт-терапия: лечебные механизмы, показания, техники.
- 55.Ф.Перлз – основатель гештальт-терапии.

Основные понятия курса (для терминологического диктанта)

- | | |
|--------------------------------|-----------------------------|
| 1. Аддикция | 16.Динамическое направление |
| 2. Агрессия | 17.Жизненный сценарий |
| 3. Анамнез | 18.Замещение |
| 4. Арт-терапия | 19.Защитный механизм |
| 5. Архетип | 20.Ид |
| 6. Аутентичность | 21.Идентификация |
| 7. Аутосуггестия | 22.Интроекция |
| 8. Вытеснение | 23.Инсайт |
| 9. Гештальт | 24.Катарсис |
| 10.Гештальт-терапия | 25.Каузальность |
| 11.Гипноз | 26.Конгруэнтность |
| 12.Гуманистическое направление | 27.Контрперенос |
| 13.Депрессия | 28.Конфлуенция |
| 14.Десенсибилизация | 29.Котерапия |
| 15.Дефлексия | 30.Метафора |
| | 31.Метод ПТ |

32. Миф
33. Модальность
34. «Мышечный панцирь»
35. Направление ПТ
36. Неврастения
37. Невроз
38. Нозология
39. Обратная связь
40. Оперантное обусловливание
41. Отрицание
42. Перенос
43. Персонализация
44. Плацебо
45. Поведенческое направление
46. Принцип «здесь и сейчас»
47. Проекция
48. Присоединение
49. Психоанализ
50. Психологическая игра
51. Психотерапевт
52. Психотерапия
53. Рационализация
54. Регрессия
55. Репрессия
56. Рефрейминг
57. Релаксация
58. Репрезентативная система
59. Ресурсное состояние
60. Ретрофлексия
61. Рефлексия
62. Самоактуализация
63. Семейный стереотип
64. Сензитивность
65. Симптом
66. Сублимация
67. Суггестия
68. Суицид
69. Супервизия
70. Супер-Эго
71. Техника ПТ
72. Толерантность
73. Транс
74. Транзакция
75. Тревога
76. Триада Роджерса
77. Фобия
78. Форма ПТ
79. Фрустрация
80. Эго
81. Экзистенциализм
82. Экзистенция
83. Эксплозия
84. Эмпатия
85. Я-концепция
86. Якорь

5.3 Шкалы оценивания знаний, умений и способов владения ими на разных уровнях их усвоения

Для оценивания сформированности компетенции используется интервальная шкала. Интервальная шкала как более значимая включает остальные (порядковую, наименования, отношений) и позволяет определить значение «весовых коэффициентов» успешности усвоения знаний, умений и способов владения ими. Эту шкалу можно использовать для оценивания качества выполнения разноуровневых заданий контрольной работы. В контрольную работу можно включить пять заданий I,II,III,IV,V уровней; четыре задания I,II,III,IV уровней и три задания I,II,III уровней. В соответствии с выбором инструментария (содержания и количества контрольных заданий) изменится интервальная шкала расчета весовых коэффициентов качества усвоения ЗУВ.

Таблица 7

Шкалы оценивания знаний, умений и способов владения ими на разных уровнях их усвоения

Уровень конкретизированной цели	Шкалы оценивания			
	Порядка	Наименования	Отношения	Интервалов
Знать	I	распознавание	I:II:III:IV: V 1 : 3 : 5 : 7 : 9	I:II:III:IV:V 1 : 3 : 5 : 7 : 9
	II	запоминание		
	III	понимание		
Уметь	IV	применение	9	4:12:20: 28:36
Владеть	V	владение		

5.4 Требования к отбору заданий для оценки сформированности компетенции

1. Первая группа заданий (теоретического содержания) на проверку усвоения знаний на уровнях распознавания, запоминания, понимания.
2. Вторая группа заданий на проверку умения применять знания на основе алгоритмических предписаний.
3. Третья группа заданий на умение применять знания в нестандартной ситуации.

5.5 Способы проверки и оценки заданий промежуточной аттестации и сформированности компетенции:

1. Определение коэффициента успешности (КУI, КУII, КУIII) выполнения заданий на основе метода поэлементного и пооперационного анализа

$$K_y = n/m;$$

K_y – коэффициент успешности; n – количество выполненных операций (заданий) студентом;

m – общее количество операций (заданий), которые должен выполнить студент.

2. Определение коэффициента сформированности компетенции (ККОМ) по результатам выполнения разноуровневых заданий (промежуточная аттестация)

Успешность выполнения разноуровневых заданий с учетом весовых коэффициентов позволяет рассчитать коэффициент сформированности компетенции

$$ККОМ = 0,04 * КУ_I + 0,12 * КУ_{II} + 0,20 * КУ_{III} + 0,28 * КУ_{IV} + 0,36 * КУ_V$$

Если в промежуточный контроль включено четыре разноуровневых задания, то формула для расчета коэффициента сформированности компетенции имеет вид:

$$ККОМ = 0,16 * КУ_I + 0,20 * КУ_{II} + 0,28 * КУ_{III} + 0,36 * КУ_{IV}$$

Если в промежуточный контроль включено три разноуровневых задания, то формула для расчета коэффициента сформированности компетенции имеет вид:

$$ККОМ = 0,36 * КУ_I + 0,28 * КУ_{II} + 0,36 * КУ_{III}$$

Используя шкалу В.П. Беспалько, можно сделать вывод, что студент у которого коэффициент сформированности компетенций составляет 0,7-0,5 готов и способен осуществлять её в своей профессиональной деятельности в частности на педагогической практике

5.6 Порядок проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация (экзамен) включает в себя два этапа.

На первом этапе определяется сформированность компетенции ОПК-8: Способен понимать высокую социальную значимость профессии, ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики (ОПК-8)

Первый этап проводится в форме контрольной работы по завершении изучения дисциплины до начала экзаменационной сессии. Контрольная работа включает задания на проверку знаний теоретических основ социальной значимости профессии психотерапевта; умений ответственно и качественно выполнять профессиональные задачи в области психотерапии; владение навыками соблюдения принципов профессиональной этики в области психотерапии.

Контрольная работа содержит три задания: тест для оценки знаниевого компонента компетенции, психологическая задача для оценки умений и работа с понятиями для оценки навыка владения ими.

Контрольная работа по оценке сформированности компетенции (ОПК-8)

Знать

- 1.** Из какой науки психотерапия выделилась как самостоятельная наука и область практической деятельности?
 1. из философии
 2. из психиатрии и невропатологии
 3. из физиологии
 4. из философии

- 2.** Когда было введено понятие «психотерапия»?
 1. в конце 19 века
 2. в начале 20 века
 3. в середине 20 века
 4. в середине 19 века

- 3.** С какими проблемами чаще всего имеет дело психотерапевт?
 1. аутизм, шизофрения, эпилепсия
 2. алкоголизм и наркомания
 3. невроз, фрустрация, психическая травма, страх

- 4.** В каком подходе психотерапевтический процесс рассматривается как обучение клиента?
 1. в психоаналитическом
 2. в поведенческом
 3. в экзистенциально-гуманистическом
 4. в феноменологическом

- 5.** Назовите основные модели психотерапии, существующие в настоящее время
 1. гуманистическая и поведенческая
 2. психологическая и медицинская
 3. психоаналитическая и поведенческая

- 6.** В каком психотерапевтическом подходе взаимоотношения терапевта и клиента рассматриваются как «врач-пациент»?
 1. в психоаналитическом
 2. в когнитивном
 3. в поведенческом

4. в клиент-центрированном

7. Какие из перечисленных типов вопросов нежелательно задавать клиенту в процессе психотерапевтического интервью?

1. открытые вопросы
2. двойные вопросы
3. закрытые вопросы
4. проективные вопросы

8. Какой из архетипов, описанных К. Юнгом, организует и защищает целостность личности?

1. Тень
2. Эго
3. Самость
4. Персона
5. Анима

9. Кто ввел в психологию и психотерапию понятие «комплекс неполноценности»?

1. А. Адлер
2. К. Юнг
3. З. Фрейд
4. А. Фрейд
5. Р. Ассаджиоли

10. Как называется последняя стадия психотерапии, по К. Юнгу?

1. «трансформация»
2. «признание»
3. «толкование»
4. «обучение»

11. В каком психотерапевтическом подходе роль психотерапевта заключается в фасилитации роста личности клиента?

1. в поведенческом
2. в гуманистическом
3. в психоаналитическом

12. В каком психотерапевтическом подходе человек рассматривается как уникальная, целостная система, способная к развитию и самосовершенствованию?

1. в психоаналитическом

2. в гуманистическом
3. в поведенческом

13. Кто является автором работы «Человек в поисках смысла»?

1. А. Маслоу
2. В. Франкл
3. К. Роджерс
4. Э. Фромм
5. И. Ялом

14. В каком подходе психотерапевт «работает с симптомом пациента»?

1. в психоаналитическом
2. в поведенческом
3. в гуманистическом

15. В каком психотерапевтическом подходе терапевт занимает наиболее нейтральную позицию?

1. в гуманистическом
2. в психоаналитическом
3. в поведенческом

16. Какие методы психотерапии относятся к суггестивным?

1. транзактный анализ, гештальт-терапия, арт-терапия
2. аутогенная тренировка, плацебо-терапия, эриксоновский гипноз
3. психодрама, психогимнастика, семейная терапия

17. Найдите понятие, не связанное с остальными

- А) перенос
- Б) свободные ассоциации
- В) конгруэнтность
- Г) сублимация
- Д) интерпретация

Уметь

18. Соотнесите понятие и соответствующее ему определение

1. Психотерапевтический метод
 2. Психотерапевтическое направление
 3. Форма психотерапии
- А) Комплекс различных методов психотерапии, объединенных общим принципиальным подходом к лечению

- Б) Общий принцип лечения, вытекающий из понятия сущности заболевания
- В) Способ применения того или иного метода психотерапии

19. Соотнесите название защитного механизма психики, описанного З. Фрейдом, и его определение

1. репрессия
2. регрессия
3. эскапизм
4. сублимация

- А) переключение деятельности человека с нерешаемой проблемы на другую, более доступную
- Б) поведение, направленное на уход от фрустрирующей ситуации
- В) подавление своих желаний, вытеснение их в область подсознания
- Г) использование примитивного поведения, характерного для более ранних стадий развития

20. Соотнесите метод психотерапии и его основателя

1. транзактный анализ
2. психодрама
3. аутогенная тренировка
4. гештальт-терапия
5. телесная терапия

- А) Дж. Морено
- Б) Ф. Перлз
- В) Э. Берн
- Г) В. Райх
- Д) И. Шульц

Владеть

21. Расположите в правильной последовательности этапы групповой динамики, имеющие место в ходе групповой психотерапии

1. этап группового псевдосплочения
2. этап ориентации на формального лидера
3. этап поиска наиболее слабого участника группы и проявления к нему агрессии
4. этап выдвижения групповых лидеров
5. этап истинного группового сплочения

Студент допущен к экзамену, если коэффициент сформированности компетенции больше или равен значению 0,5.

Соотношение текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине

Текущий контроль, %		Промежуточная аттестация, %			
min	max	min		max	
		1 этап	2 этап	1 этап	2 этап
Не устанавливается	60	10	10	20	20

Максимальный рейтинг студента по текущему контролю 60%, по промежуточной аттестации – 40%.

Таблица 9

Примерные показатели и значения повышающего коэффициента

№	Показатели, повышающие коэффициент	Повышающий коэффициент K_+	Примечание
1	Личное призовое место на олимпиаде, диплом конференции или конкурса (по профилю дисциплины)	+0,3 - +0,5	в зависимости от уровня олимпиады
2	Участие в олимпиадах, конкурсах, научно-практических конференциях, публикации по профилю дисциплины	+0,1	
3	Составление презентации по теме раздела дисциплины	5 баллов-max	в зависимости от качества выполнения задания
4	Защита презентации по теме раздела дисциплины	5 баллов-max	в зависимости от качества выполнения задания
5	Выступление на практическом занятии	5 баллов-max	в зависимости от качества выполнения задания
6	Создание копилки психотерапевтических упражнений	5 баллов-max	в зависимости от качества выполнения задания

Таблица 10

Примерные показатели и значения понижающего коэффициента

№	Показатели, понижающие коэффициент	Понижающий коэффициент К	Примечание
1	Отсутствие отчета по контрольным мероприятиям за 10 дней до начала сессии	от -0,1 до -0,3	В зависимости от количества невыполненных контрольных мероприятий

Таблица 11

Соотношение коэффициента сформированности компетенции и рейтинга студента

№ п/п	Коэффициент сформированности и компетенции	Уровень сформированности компетенции	Рейтинг студента на 1 этапе промежуточной аттестации, %
1.	1,0-0,70	продвинутый	20
2.	0,69-0,60	оптимальный	15
3.	0,59-0,50	достаточный	10
4.	ниже 0,50	компетенция не сформирована	0

Первый этап промежуточной аттестации является обязательным для всех студентов.

Для получения оценки «удовлетворительно» за экзамен автоматически студент должен набрать 60% и более в ходе текущего контроля и первого этапа промежуточной аттестации (в том числе не менее 10% на первом этапе промежуточной аттестации).

Таблица 12

Шкала пересчета индивидуального рейтинга студента в оценку

Оценка	Суммарный процент в рейтинге
«отлично»	100-91
«хорошо»	90-75
«удовлетворительно»	74-60
«неудовлетворительно»	меньше 60
«зачтено»	больше или равно 60

Второй этап – экзамен, проводится в установленные расписанием сроки. Форма проведения экзамена – устно, по билетам.

При успешном прохождении процедуры экзамена студент может повысить накопленную при изучении дисциплины рейтинговую оценку, на один балл. Снижение рейтинговой оценки по итогам экзаменационных испытаний не предусмотрено.

Перечень вопросов для подготовки к экзамену

1. Определение психотерапии. Предмет психотерапии. Особенности современного этапа развития психотерапии.
2. Психологические механизмы психотерапевтического эффекта.
3. Психотерапевтическое интервью: взаимодействие с пациентом, диагностические моменты, психотерапевтический контракт.
4. Психодинамическое направление в психотерапии.
5. Поведенческое направление в психотерапии.
6. Гуманистическое направление в психотерапии.
7. Индивидуальная форма психотерапии.
8. Групповая форма психотерапии. Фазы развития группы. Психотерапевтическая тактика.
9. Семейная форма психотерапии.
10. Классический психоанализ. Принципы терапевтического процесса.
11. Механизмы психологической защиты.
12. Аналитическая психология К.Г. Юнга. Принципы терапевтического процесса.
13. Индивидуальная психология А. Адлера. Принципы терапевтического процесса.
14. Гуманистический психоанализ Э. Фромма. Принципы терапевтического процесса.
15. Самоанализ К. Хорни. Принципы терапевтического процесса.
16. Суггестия как техника различных психотерапевтических направлений.
17. Перенос и контрперенос в психотерапии.
18. Особенности позиции терапевта в процессе клиент-центрированной терапии К. Роджерса. Триада К. Роджерса.
19. Сравнительная характеристика психодинамического, поведенческого и гуманистического направлений в психотерапии.
20. Этические принципы в психотерапии.
21. Медицинская и психологическая модель психотерапии.
22. Позиции терапевта и клиента в процессе психотерапии.
23. Транзактный анализ Э. Берна: сущность метода, основные понятия, позиция психотерапевта, техники.

24. Аутогенная тренировка: сущность метода, показания, позиция психотерапевта.
25. Плацебо-терапия: сущность метода, показания, позиция психотерапевта.
26. Эриксоновский гипноз: сущность метода, основные понятия, позиция психотерапевта, техники.
27. Метод групповой психотерапии «Психогимнастика».
28. Метод групповой психотерапии «Групповая дискуссия».
29. Личностные и профессиональные качества психотерапевта.
30. Телесно - ориентированная терапия: принципы, основные понятия, техники.
31. Гештальт-терапия: сущность метода, основные понятия, позиция психотерапевта, техники.
32. Метод групповой психотерапии «Психодрама».
33. Игровая психотерапия: сущность метода, позиция психотерапевта, техники.
34. Краткосрочная позитивная психотерапия: сущность метода, позиция психотерапевта, техники.
35. Сказкотерапия: сущность метода, показания, позиция психотерапевта, техники.
36. Кризисная психотерапия: понятие, этапы, позиция психотерапевта.
37. Телефонная психотерапевтическая помощь: принципы, этапы, техники.
38. Рациональная психотерапия: сущность метода, показания, позиция психотерапевта.
39. Эмоциональное выгорание психотерапевта: понятие, симптомы, профилактика.
40. Арттерапия: сущность метода, виды и техники.

5.7 Примерные критерии оценивания знаний студентов на экзамене

<p>5 «отлично»</p>	<p>-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.</p>
<p>4 «хорошо»</p>	<p>-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после</p>

	замечания преподавателя; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
3 «удовлетворительно» (зачтено)	-затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; -неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; -выполнение заданий при подсказке преподавателя; - затруднения в формулировке выводов.
2 «неудовлетворительно»	- неправильная оценка предложенной ситуации; -отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям (п.5.2) и др.
Практические занятия	Проработка рабочей программы, уделяя особое внимание целям и задачам структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом. Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решение задач по алгоритму и др.
Подготовка к	При подготовке к экзамену (зачету) необходимо

экзамену (тесту)	ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.
---------------------	---

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. Технологии проблемного обучения: проблемная лекция, практическое занятие в форме практикума
2. Интерактивные технологии: лекция-дискуссия, семинар-дискуссия, тренинг, ролевая и деловая игра.
3. Информационно-коммуникационные образовательные технологии: практическое занятие в форме презентации
4. Инновационные образовательные технологии: использование электронных библиотек, модульно-рейтинговая система проверки знаний студентов, решение ситуационных задач.

Методические рекомендации для студентов по выполнению самостоятельной работы по дисциплине «Основы психотерапии»

Уровень подготовки - Бакалавриат

Направление подготовки 44.03.02. - Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль):

Психология образования

Психология и педагогика инклюзивного образования

Психологическое консультирование

Автор - составитель: Мельник Е.В., кандидат психологических наук, доцент
кафедры теоретической и прикладной психологии