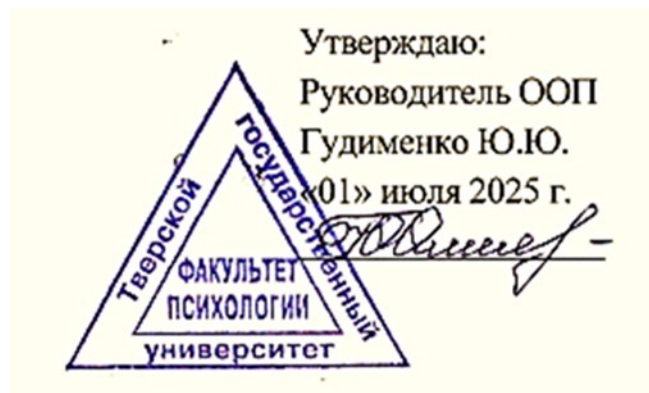


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Лельчицкий Игорь Давыдович  
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности  
Дата подписания: 08.06.2026 17:57:05  
Уникальный программный ключ:  
aa5b5ee17d97a2e4d94e98e995320af94f043ce2

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**Тренинговые методики в клинической психологии**

Специальность

**37.05.01 Клиническая психология**

Направленность (профиль)

**Патопсихологическая диагностика и психотерапия**

Для студентов 5 курса очной формы обучения

Составитель: *Е.А. Карасева*

Тверь, 2025

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины:**

ознакомление студентов с основными психотерапевтическими методиками и техническими приемами, применяемыми клиническими психологами в учреждениях здравоохранения.

#### **Задачами изучения дисциплины являются:**

- углубить практические навыки и умения использовать в профессиональной деятельности клинического психолога основные концепции психотерапевтической групповой работы - психодинамическую, бихевиоральную и гуманистическую;
- приобретение навыков групповой психотерапевтической работы;
- методологическая ориентация в собственных научных и практических предпочтениях;
- получение знаний о принципах построения тренинга, методических средствах и приемах, используемых в тренинге, основных процедурах; конкретных психогимнастических упражнениях.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Учебная дисциплина «Тренинговые методики в клинической психологии» входит в обязательную часть учебного плана образовательной программы по специальности 37.05.01 Клиническая психология.

Для освоения дисциплины студенту необходимы знания по таким дисциплинам, как: «Общая психология», «Возрастная психология и психология развития», «Психодиагностика», «Практикум по психодиагностике», «Неврология», «Общий психологический практикум», «Статистические методы и математическое моделирование в психологии», «Теории личности в клинической психологии», «История психологии», «Психология личности», «Психологическое консультирование», «Основы психотерапии», «Патопсихология», «Методы патопсихологической диагностики», «Расстройства личности» и др.

К основным требованиям для освоения дисциплины также относится владение методиками индивидуально-типологической (личностной) диагностики, умение выявлять и анализировать информацию, необходимую для определения целей психологического вмешательства.

Освоение данной дисциплины необходимо для дальнейшего изучения следующих дисциплин: «Психологическая супервизия», «Экспертная

деятельность в клинической психологии», «Особенности самосознания при пограничных личностных расстройствах», «Клиническая психология в геронтологии и гериатрии», «Практикум по психотерапии и консультированию», «Обучение проведению супервизии», «Нарушение психического развития в детском возрасте», «Диагностика и коррекция аномалий поведения в период подросткового кризиса» и др., а также для успешного прохождения производственной, Научно-исследовательской (квалификационной) практик, НИР, написания и защиты ВКР.

**3. Объем дисциплины:** 3 зачетных единицы, 108 академических часа, в том числе

**контактная аудиторная работа:** практические занятия 44 часа, в т.ч. практическая подготовка 44 часа,

**контактная внеаудиторная работа:** контроль самостоятельной работы 13 часов, в т.ч. практическая подготовка 13 часов;

**самостоятельная работа:** 51 час.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-4 Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия	УК-4.1 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов
ОПК-5 Способен разрабатывать и использовать научно обоснованные программы психологического вмешательства	ОПК-5.2 Разрабатывает и реализует комплексные программы по психологическому консультированию, психологической коррекции и

<p>и психологической помощи консультационного, развивающего, коррекционного, психотерапевтического, профилактического или реабилитационного характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ</p>	<p>психотерапии для отдельных лиц и групп населения, организаций, в том числе ОВЗ</p> <p>ОПК-5.3 Разрабатывает и реализует комплексные программы психологической профилактики и реабилитации для отдельных лиц и групп населения, в том числе ОВЗ</p>
<p>ОПК-8 Способен разрабатывать и реализовывать программы обучения основам клинической психологии и психологии здоровья, в том числе здоровьесберегающим технологиям в соответствии с образовательными потребностями представителей различных групп населения (групп риска, уязвимых категорий населения, лиц с ОВЗ), включая инклюзивное образование</p>	<p>ОПК-8.5 Применяет активные психологические методы обучения, в том числе проводит психологические тренинги, деловые и ролевые игры в рамках разработанных программ обучения по проблематике психологического здоровья и здоровьесберегающих технологий</p>
<p>ПК-6 Оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам, попавшим в трудную жизненную ситуацию</p>	<p>ПК-6.3 Проводит групповое и индивидуальное консультирование клиентов, психологические тренинги по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации</p>

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения:** зачет, 9 семестр

**6. Язык преподавания русский.**

**II. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)						Самостоятельная работа, в том числе Контроль (час.)
		Лекции		Практические занятия		Контроль самостоятельной работы		
		всего	в т.ч. практическая подготовка	всего	в т.ч. практическая подготовка	всего	в т.ч. практическая подготовка	
1.Тренинг агрессивного поведения подростков	12			4	4	2	2	6
2.Техники и приемы поведенческой психотерапии	10			4	4	2	2	4
3.Техники и приемы телесно-ориентированной психотерапии	10			4	4	1	1	5
4. Виды и способы проведения арт-терапии	10			4	4	1	1	5
5.Техники и приемы гештальт-терапии	10			4	4	1	1	5
6.Основные приемы транзактного анализа	9			4	4	1	1	4
7.Техники семейной психотерапии	10			4	4	1	1	5
8.Техники и приемы психодинамической психотерапии	9			4	4	1	1	4
9.Техники и приемы КПТ	10			4	4	1	1	5
10.Техники и приемы позитивной психотерапии	9			4	4	1	1	4

11.Техники и приемы ЭОТ	9			4	4	1	1	4
<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>			<b>44</b>	<b>44</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>51</b>

### III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательные технологии
1.Тренинг агрессивного поведения подростков	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии - практические демонстрационные занятия в малых группах; - презентация мини-проектов в малых группах; - интерактивные тренинговые формы работы.
2.Техники и приемы поведенческой психотерапии	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
3.Техники и приемы телесно-ориентированной психотерапии	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
4. Виды и способы проведения арт-терапии	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
5.Техники и приемы гештальт-терапии	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
6.Основные приемы транзактного анализа	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
7.Техники семейной психотерапии	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
8.Техники и приемы психодинамической психотерапии	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
9.Техники и приемы КПТ	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
10.Техники и приемы позитивной психотерапии	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии
11.Техники и приемы ЭОТ	Практическое занятие	Активное слушание Тренинг Игровые технологии

#### **IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации**

##### **Оценочные материалы для проведения текущей аттестации:**

###### **Пример задания.**

На приеме семья – мама, дочь и бабушка. Высказываются взаимные претензии. Девочка является пациенткой Центра психического здоровья.

Предложите групповые тренинговые мероприятия по коррекции семейных отношений, сценарий, пример контракта.

###### **Пример задания.**

Предложите план тренинга из 10 занятий для работы с самооценкой пациентов Центра суицидальной превенции – подростков 14-16 лет.

#### **МОДУЛЬНАЯ ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА.**

Защита модульной практической работы включает в себя:

1. Подготовку концептуального обоснования применения определенного группового психотерапевтического метода при заданной нозологии и проблематике.
2. Разработку перечня тренинговых мероприятий.
3. Примеры психотерапевтических тренинговых техник и приемов по заданной концептуальной модели.

#### **Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации:**

1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции УК-4.1

<b>УК-4.1</b>	Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарного подходов
Задание	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
1..Назовите основные принципы ведения конструктивного спора. Продемонстрируйте пример ведения конструктивного спора в паре.	Описание и формулировки пунктов плана корректны, детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 20 баллов
2.Определите эмоциональное	Описание и формулировки корректны, часть из них детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы

<p>состояние партнера по характеристикам его невербального поведения.</p> <p>3.Приведите пример техники перефразирования, продемонстрируйте и обоснуйте ее использование в соответствующей ситуации</p>	<p>по существу – 15 баллов</p> <p>ИЛИ</p> <p>Отдельные неточности в формулировках не искажают тему по сути – 15 баллов</p> <p>Описание по существу является простым формулировки отражают суть темы – 10 баллов</p> <p>ИЛИ</p> <p>В описании наряду с корректными имеются ошибочные формулировки, искажающие отдельные аспекты темы – 10 баллов</p> <p>Описание есть, но не соответствует указанным выше требованиям – 5 баллов</p> <p>ИЛИ</p> <p>Представляет набор абстрактных формулировок, не отражающих специфики содержания темы – 5 баллов</p> <p>Ответ не включает или неверно интерпретирует значительную часть материала; не предложен собственный взгляд на проблему; бедный словарный запас и однообразные речевые структуры не позволяют адекватно выразить идею; большое количество ошибок затрудняет понимание – 0 баллов</p>
---	--

## 2. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ОПК-5.2

ОПК-5.2	Разрабатывает и реализует комплексные программы по психологическому консультированию, психологической коррекции и психотерапии для отдельных лиц и групп населения, организаций, в том числе ОВЗ
Задание	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p>1. Разработать тренинговое занятие для специалистов социальной защиты населения по тематике: «Общение с суицидальными подростками: способы взаимодействия»</p> <p>2. Подобрать упражнения, которое будет направлено на развитие понимания сотрудниками медицинских учреждений состояния пациента с ОВЗ.</p> <p>3. Разработать правила тренинга, при его проведении с пациентами,</p>	<p>Ответ по теме раскрыт с опорой на соответствующие понятия – 20 баллов</p> <p>ИЛИ</p> <p>Аргументация на теоретическом уровне полная, смысл ряда ключевых понятий объяснен, последовательность соблюдена – 20 баллов</p> <p>Терминологический аппарат непосредственно не связан с раскрываемой темой – 15 баллов</p> <p>ИЛИ</p> <p>Факты и примеры в полном объеме не обосновывают выводы – 15 баллов</p>

<p>имеющими соматические нарушения (болезни сердца).</p> <p>.</p>	<p>Допущена фактическая ошибка, не приведшая к существенному искажению смысла – 10 баллов</p> <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>Ответ не характеризуется композиционной цельностью, есть нарушения последовательности, большое количество неоправданных пауз – 10 баллов</p> <p>Допущены фактические и логические ошибки, свидетельствующие о непонимании темы – 5 баллов</p> <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>Допущены многочисленные речевые ошибки, затрудняющие изложение. Не прослеживается понимание смысла сказанного</p> <p>Ответ не включает или неверно интерпретирует значительную часть материала; не предложен собственный взгляд на проблему; бедный словарный запас и однообразные речевые структуры не позволяют адекватно выразить идею; большое количество ошибок затрудняет понимание – 0 баллов</p>
---	--

### 3. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ОПК-5.3

<p><b>ОПК-5.3</b></p>	<p>Разрабатывает и реализует комплексные программы психологической профилактики и реабилитации для отдельных лиц и групп населения, в том числе ОВЗ</p>
<p>Задание</p>	<p>Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания</p>
<p>1. Привести примеры реализации программы комплексной реабилитации ее итоги, и критерии эффективности</p> <p>2. Описать принципы деятельности по проведению психопрофилактики.</p>	<p>Характеристика и формулировки корректны, детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 20 баллов</p> <p>Описание и формулировки корректны, часть из них детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 15 баллов</p> <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>Отдельные неточности в формулировках не искажают тему по сути – 15 баллов</p> <p>Описание по существу является простым, формулировки отражают суть темы – 10 баллов</p> <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>В описании наряду с корректными имеются</p>

	<p>ошибочные формулировки, искажающие отдельные аспекты темы – 10 баллов</p> <p>Описание есть, но не соответствует указанным выше требованиям – 5 баллов</p> <p style="text-align: center;"><b>ИЛИ</b></p> <p>Представляет набор абстрактных формулировок не отражающих специфики содержания темы – 5 баллов</p> <p>Ответ не включает или неверно интерпретирует значительную часть материала; не предложен собственный взгляд на проблему; бедный словарный запас и однообразные речевые структуры не позволяют адекватно выразить идею; большое количество ошибок затрудняет понимание – 0 баллов</p>
--	---

#### 4. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ОПК-8.5

<b>ОПК-8.5</b>	<p>Применяет активные психологические методы обучения, в том числе проводит психологические тренинги, деловые и ролевые игры в рамках разработанных программ обучения по проблематике психологического здоровья и здоровьесберегающих технологий</p>
Задание	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p>1. Назвать примеры ролевых игр по программе тренинга коррекции деструктивного и агрессивного поведения подростков.</p> <p>2. Назвать основные принципы построения программы тренинга для подростков с антивитаальной направленностью.</p> <p>3. Объяснить проблематику здоровьесберегающих технологий.</p>	<p>Характеристика и формулировки корректны, детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 20 баллов</p> <p>Описание и формулировки корректны, часть из них детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 15 баллов</p> <p style="text-align: center;"><b>ИЛИ</b></p> <p>Отдельные неточности в формулировках не искажают тему по сути – 15 баллов</p> <p>Описание по существу является простым, формулировки отражают суть темы – 10 баллов</p> <p style="text-align: center;"><b>ИЛИ</b></p> <p>В описании наряду с корректными имеются ошибочные формулировки, искажающие отдельные аспекты темы – 10 баллов</p> <p>Описание есть, но не соответствует указанным выше требованиям – 5 баллов</p> <p style="text-align: center;"><b>ИЛИ</b></p> <p>Представляет набор абстрактных формулировок не отражающих специфики содержания темы – 5 баллов</p>

	<p>Ответ не включает или неверно интерпретирует значительную часть материала; не предложен собственный взгляд на проблему; бедный словарный запас и однообразные речевые структуры не позволяют адекватно выразить идею; большое количество ошибок затрудняет понимание – 0 баллов</p>
--	--

## 5. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ПК-6.3

<b>ПК-6.3</b>	<p>Проводит групповое и индивидуальное консультирование клиентов, психологические тренинги по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации</p>
Задание	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p>1. Назвать мишени и техники работы в тренинге коммуникативных и социальных навыков.</p> <p>2. Обозначить этапы работы по проведению метода сепарации и установлению личностных границ клиента.</p> <p>3. Назвать алгоритм психологического консультирования.</p>	<p>Характеристика и формулировки корректны, детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 20 баллов</p> <p>Описание и формулировки корректны, часть из них детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 15 баллов</p> <p style="text-align: center;"><b>ИЛИ</b></p> <p>Отдельные неточности в формулировках не искажают тему по сути – 15 баллов</p> <p>Описание по существу является простым, формулировки отражают суть темы – 10 баллов</p> <p style="text-align: center;"><b>ИЛИ</b></p> <p>В описании наряду с корректными имеются ошибочные формулировки, искажающие отдельные аспекты темы – 10 баллов</p> <p>Описание есть, но не соответствует указанным выше требованиям – 5 баллов</p> <p style="text-align: center;"><b>ИЛИ</b></p> <p>Представляет набор абстрактных формулировок не отражающих специфики содержания темы – 5 баллов</p> <p>Ответ не включает или неверно интерпретирует значительную часть материала; не предложен собственный взгляд на проблему; бедный словарный запас и однообразные речевые структуры не позволяют адекватно выразить идею; большое количество ошибок затрудняет понимание – 0 баллов</p>

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

### **1) Рекомендуемая литература**

#### **а) Основная литература:**

1. Колесник Н.Т. Клиническая психология: учебник для вузов / Н. Т. Колесник, Е. А. Орлова, Г. И. Ефремова; под редакцией Г. И. Ефремовой. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 359 с. — (Высшее образование). — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449830>
2. 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 // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110025.html>
3. 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 // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110005.html>
4. Пахальян В.Э. Групповой психологический тренинг: методология и технология: учебное пособие / В. Э. Пахальян. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 206 с. — ISBN 978-5-4486-0379-2. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/76798.html>
5. Сухова Е.В. Технологии тренинга: учебник / Е.В. Сухова. — Москва: ИНФРА-М, 2022. — 232 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/980413. - ISBN 978-5-16-014408-5. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1741363>
6. Тренинги. Психокоррекционные программы. Деловые игры: методическое пособие / под ред. Л. Г. Бузуновой, О.П. Степановой. - 3-е изд., стер. - Москва: ФЛИНТА, 2020. - 266 с. - ISBN 978-5-9765-2374-6. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1150889>

#### **б) Дополнительная литература:**

1. Аршинова Е. В. Основы патопсихологии: учебное пособие / Е.В. Аршинова, Е.В. Янко; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. - 188 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN

- 978-5-8353-1762-2; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278347>
2. Белогай К. Н. Психологический тренинг как технология помощи семье: учебное пособие / К.Н. Белогай, С.А. Дранишников; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. - 230 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1683-0; [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278325>
  3. Василенко М.А. Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс] / М.А. Василенко. — Электрон. текстовые данные. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. — 126 с. — 978-5-222-22832-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/59408.html>
  4. Григорьев Н.Б. Психотехнологии группового тренинга [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н.Б. Григорьев. — Электрон. текстовые данные. — СПб.: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. — 176 с. — 978-5-98238-012-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22993.html>
  5. Мальханова И.А. Коммуникативный тренинг [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.А. Мальханова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Академический Проект, 2006. — 160 с. — 5-8291-0754-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36382.html>
  6. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг [Электронный ресурс] / Г.И. Марасанов. — Электрон. текстовые данные. — М.: Когито-Центр, 2001. — 251 с. — 5-89353-042-Х. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15646.html>
  7. Нагаев В. В. Основы клинической психологии: учебное пособие / В.В. Нагаев; Фонд содействия правоохранительным органам «ЗАКОН И ПРАВО». - М.: ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2014. - 463 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-238-01156-1; [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=448069>
  8. 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>
  9. Павлов И.С. Психотерапия в практике. Технология психотерапевтического процесса [Электронный ресурс] / И.С. Павлов. —

- Электрон. текстовые данные. — М.: Академический Проект, 2017. — 512 с. — 978-5-8291-2544-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36531.html>
10. Петрушин С.В. Психологический тренинг в многочисленной группе [Электронный ресурс]: методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек / С.В. Петрушин. — Электрон. текстовые данные. — М.: Академический Проект, 2010. — 250 с. — 978-5-8291-1980-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/60368.html>
  11. Полякова И.Л. Организация тренингов. Практикум [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.Л. Полякова, В.К. Воробьев. — Электрон. текстовые данные. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 103 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54131.html>
  12. Соснова М.Л. Тренинг коммуникативного мастерства [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / М.Л. Соснова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Академический Проект, 2017. — 266 с. — 978-5-8291-2545-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36610.html>
  13. Старшенбаум Г.В. Групповой психотерапевт [Электронный ресурс]: интерактивный учебник / Г.В. Старшенбаум. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2015. — 116 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31704.html>
  14. Старшенбаум Г.В. Клиническая психология [Электронный ресурс]: учебно-практическое руководство / Г.В. Старшенбаум. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2015. — 305 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31706.html>
  15. Старшенбаум Г.В. Тренинг навыков практического психолога [Электронный ресурс]: интерактивный учебник. Игры, тесты, упражнения / Г.В. Старшенбаум. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2015. — 281 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31712.html>
  16. Фопель К. Технология ведения тренинга [Электронный ресурс]: теория и практика / К. Фопель. — Электрон. текстовые данные. — М.: Генезис, 2013. — 272 с. — 978-5-98563-296-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19363.html>

## **2) Программное обеспечение**

### **а) Лицензионное программное обеспечение**

- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - Акт на передачу прав № ПК545 от 16.12.2022.

### **б) Свободно распространяемое программное обеспечение**

- Многофункциональный редактор ONLYOFFICE
- ОС Linux Ubuntu
- Google Chrome
- Adobe Reader XI
- Debut Video Capture
- 7-Zip
- iTALC
- и др.

### 3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - Договор № 02-06/2023 от 02.08.2023г. <https://biblioclub.ru/>
2. «Образовательная платформа ЮРАЙТ» - Договор № 05-е/23 от 02.08.2023г. <https://urait.ru/>
3. ЭБС «Лань» - Договор № 04-е/23 от 02.08.2023г. <https://e.lanbook.com/>
4. ЭБС ZNANIUM.COM - Договор № 1106 ЭБС от 02.08.2023г. <https://znanium.com/>
5. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart - Договор № 03-5/23К от 02.08.2023г. <http://www.iprbookshop.ru/>
6. Электронно-библиотечная система ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
7. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы) [https://elibrary.ru/projects/subscription/rus\\_titles\\_open.asp?;](https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp?;)
8. Репозиторий ТвГУ <http://eprints.tversu.ru>,
9. Wiley Online Library <https://onlinelibrary.wiley.com/>
10. БД Scopus <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>
11. БД Web of Science [http://apps.webofknowledge.com/WOS\\_GeneralSearch\\_input.do?product=WOS&search\\_mode=GeneralSearch&SID=F5lxbbgnjnOdTHHnpOs&preferencesSaved=](http://apps.webofknowledge.com/WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=F5lxbbgnjnOdTHHnpOs&preferencesSaved=)
12. Архивы журналов издательства Sage Publication <http://archive.neicon.ru/xmlui/>
13. Архивы журналов издательства The Institute of Physics <http://archive.neicon.ru/xmlui/> ,
14. СПС КонсультантПлюс (в сети ТвГУ);
15. ИПС «Законодательство России» <http://pravo.gov.ru/ips/>
16. Сводные каталоги фондов российских библиотек АРБИКОН, МАРС

<http://arbicon.ru/>; КОРБИС <http://corbis.tverlib.ru/catalog/>; ЭКБСОН  
<http://www.vlibrary.ru>

#### **4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

<https://www.psynavigator.ru/> Психологический навигатор - психологический портал

<https://vocabulary.ru> Национальная психологическая энциклопедия

<http://www.psychology-online.net> Психологический портал (базы данных)

<http://koob.ru/> Электронная библиотека

<http://dic.academic.ru/> Словари и энциклопедии на Академике

<http://www.mchs.gov.ru> Сайт МЧС России

<http://psychology.net.ru/> Мир психологии

<http://www.voppsy.ru/> Журнал «Вопросы психологии»

<http://psyjournals.ru/> Журнал «Консультативная психология и психотерапия»

<http://www.psyedu.ru/> Электронный журнал «Психологическая наука и образование»

## **VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины**

### **ПЛАНЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

#### **Тема 1. Тренинг агрессивного поведения подростков.**

**Занятие 1.** Введение. Специфика тренинга в студенческой группе. Понятие агрессивного и неконструктивного поведения. Методические основы и процедуры.

Нозология: *Поведенческие расстройства детского и подросткового возраста.* На основании практического опыта работы в группах детей подросткового и юношеского возраста был сделан вывод и необходимости использования интегративного подхода при психологической коррекции агрессивного поведения. Цель тренинга: поиск социально приемлемых (альтернативных) способов удовлетворения собственных потребностей подростков и взаимодействия с окружающими. Сочетание техник когнитивной, поведенческой и гештальт-терапии позволяет решать следующие задачи: осознание собственных потребностей, отреагирование негативных эмоций и обучение приемам регулирования своего эмоционального состояния, формирование адекватной самооценки, обучение способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля и

сдерживания негативных импульсов, формирование позитивной моральной позиции, жизненных перспектив и планирования будущего.

1 этап. Психодиагностика. Опросник Басса-Дарки. Обработка, выводы.

2 этап. Тренинг.

В тренинге применена модель пошагового изменения агрессивного поведения:

1 шаг – «осознавание»: расширение информации о собственной личности и проблеме агрессивного поведения.

2 шаг – «переоценка собственной личности»: оценка того, что человек думает и чувствует о себе и собственном поведении.

3 шаг – «переоценка окружения»: оценка того, как агрессивное поведение влияет на окружение.

4 шаг – «внутригрупповая поддержка»: открытость, доверие и сочувствие при обсуждении проблемы агрессивного поведения.

5 шаг – «катарсис»: ощущение и выражение собственного отношения к проблеме агрессивного поведения.

6 шаг – «укрепление Я»: поиск, выбор и принятие решения действовать, формирование уверенности в способности изменить поведение.

7 шаг – «поиск альтернативы»: обсуждение возможных замен агрессивному поведению.

8 шаг – «контроль за стимулами»: избегание или противостояние стимулам, провоцирующим агрессивное поведение.

9 шаг – «подкрепление»: самопоощрение или поощрение со стороны окружающих за измененное поведение.

10 шаг – «социализация»: расширение возможностей в социальной жизни в связи с отказом от агрессивного поведения.

### **Упражнение 1.**

Цель: актуализация «Я-состояний» в прошлом, настоящем и будущем, активизация самосознания.

Процедура: группа делится на тройки или четверки и рассаживается в кружки. Расстояние между микрогруппами – не менее 1,5-2 м. Инструкция: в группе выбираете того, кто начинает упражнение. В кругу происходит последовательный обмен высказываний. Начинать нужно с определенной фразы. Упражнение состоит из трех серий, начинать и заканчивать которые нужно по команде тренера.

Серия 1. Раньше я...

Серия 2. На самом деле я...

Серия 3. Скоро я...

Необходимое время: 5-10 минут на каждую серию.

Роль руководителя – в слежении за тем, чтобы предложение начиналось именно с фиксированной фразы, а также в стимуляции работы в микрогруппах, активизации работы, возврату к теме, если участники «свалились» на обсуждение посторонних тем.

После прохождения трех серий группа образует общий круг и обсуждает, что впечатления от упражнения.

### **Упражнение. 2.**

Цель: актуализация «Я-мотиваций», выработка навыков диагностики мотиваций, активизация мотиваций, активизация процессов волевой регуляции.

Процедура: та же, что в упр.1.

Серия 1. Я никогда...

Серия 2. Я хочу, но, наверное, не смогу...

Серия 3. Если я действительно захочу, то...

Необходимое время: 5-10 мин. на каждую серию.

Обсуждение.

**Занятие 2** Введение. Погружение в атмосферу тренинга. Группа вспоминает, что делали на прошлом занятии, что осталось в памяти. Что усвоили. По одному предложению каждый.

### **Упражнение 3.**

Цель: проигрывание внутриличностных конфликтов, изучение самоотношения, обучение позитивной оценке и принятию собственных негативных качеств.

1. Разогрев: назовите ваши положительные и отрицательные качества на первую букву своего имени. В большом кругу каждый называет одно качество и передает ход другому.

10-15 минут. Обсуждение – что легко, что трудно. Что быстрее приходит на ум и т.д.

2. Основная игра «Волшебный базар». Листы бумаги по количеству участников группы и маленькие листочки – по 10 на каждого. Фломастеры.

На маленьких листочках пишутся качества, которые вы хотели бы продать или поменять на базаре. На больших – «куплю» и качества, которые вы хотели бы приобрести.

Инструкция: вы на волшебном базаре. Ходите, смотрите, торгуйтесь.

Ограничение – нельзя просто отдать качество, ничего не получив взамен.

Ищите варианты. Можно менять одно на несколько и наоборот.

Тренер стимулирует активность группы. Игра заканчивается по команде.

Время: 30 минут.

Обсуждение: что удалось? Почему? Какая роль понравилась больше – продавца или покупателя? Что чувствовали и о чем думали, когда играли роль?

#### **Упражнение 4.**

Цель: ознакомление с эмоциями, вербальное и невербальное общение с чувствами, отреагирование негативного опыта.

Материалы: заготовленные карточки с названиями чувств. *Радость, огорчение, обида, вдохновение, страх, удовольствие, гнев, стыд, восхищение, благодарность, удивление, злость, отвращение, облегчение, нетерпение, испуг, смущение, печаль, возмущение.*

Процедура. Вам будут розданы карточки с названиями чувств. Прочитайте их, но не показывайте окружающим. Вот этот стул (стол) будет постаментом, каждому из вас нужно взобраться и изобразить «памятник» тому чувству, которое у вас написано. Задача группы – отгадать, что эти за чувство. «Памятник» разрушается только по команде тренера. Предпочтительно, чтобы высказался каждый член группы.

Обсуждение. Почему удалось распознать «Памятник», почему нет. Что было трудно. А что чувствовали, когда изображали «памятник»?

Время: 20 мин.

#### **Упражнение 5.**

Цель: актуализация чувства.

Работа в тройках. Соотнесите свою карточку с придуманной или реальной ситуацией. Размышление, подготовка – 5 мин. Рассказ из 10-12 предложений. Обсуждение в микрогруппе. Что за чувство возникло у ваших партнеров, когда вы рассказывали? Было ли желание тоже чем-нибудь поделиться?

Время: 15 мин.

#### **Упражнение 6.**

Цель: управление эмоциями.

В микрогруппах. Поменяйтесь карточками по кругу. Теперь придумайте антоним полученному чувству. Попробуйте вжиться в него и изобразите это состояние. Вспомните и расскажите о событии, которое связано с этим чувством.

Время: 15 мин.

Общее обсуждение.

**Занятие 3.** Погружение в атмосферу тренинга. Актуализация прошлого занятия. По одному предложению.

### **Упражнение 7.**

Цель: сознание и выражение собственного отношения к проблеме агрессивного поведения, научение распознаванию направленности собственных агрессивных импульсов.

Конструктивная энергия – это активность, стремление к достижениям, защита себя и других, завоевание свободы и независимости, защита собственного достоинства.

Деструктивная – насилие, жестокость, ненависть, недоброжелательность, злоба, придирчивость, сварливость, гнев, раздражение, упрямство, самообвинение. Поэтому мы будем учиться распознавать свои агрессивные импульсы, управлять ими и направлять в желаемое русло, не причиняя вреда окружающим.

В микрогруппах обсуждение.

Постарайтесь ответить на вопросы:

В какой форме (К или Д) чаще всего проявляется ваша агрессивная энергия?

Каким способом, как вы справляетесь с агрессивной энергией: даете ход или стараетесь ее сдерживать?

Как вы относитесь к собственной агрессивной энергии: боитесь ее, наслаждаетесь ею, получаете от нее удовольствие?

Какие ваши привычные способы разрядки этой энергии?

Видели ли ваши проявления ваши товарищи, одноклассники, согласны ли они с вами?

Время: 15-20 мин.

Обсуждение в большой группе.

### **Упражнение 8.**

Цель: выбор способа разрядки гнева.

Сядьте поудобнее, расслабьтесь, глубоко вдохните 3-4 раза и закройте глаза. Представьте, что вы на небольшой выставке. На ней выставлены фотографии людей, на которых вы разгневаны, которые вызывают у вас злость, которые вас обидели и т.п. Походите по выставке и постарайтесь рассмотреть эти портреты. Выберите любой из них и остановитесь у него. Постарайтесь вспомнить реальную конфликтную ситуацию, с ним связанную. Посмотрите на себя со стороны в этой ситуации.

Теперь говорите этому человеку все, что хотели бы сказать, не стесняясь в выражениях.

Теперь делайте все, что вы хотели бы с ним сделать. Не сдерживайте себя.

Заканчивая упражнение, кивните головой. 3-4-раза вздохните и открывайте глаза.

Обсуждение в большой группе. Есть ли динамика чувств? Время – 25 мин.

### **Упражнение 9.**

Цель: выбор способа разрядки.

Процедура та же.

Представьте человека, который продолжает вызывать у вас злость. Он делает то, что вас раздражает. А теперь представьте, что в процессе общения с вами он уменьшается в росте, голос его слабеет, он начинает говорить кукольным языком. Уменьшайте его в росте до тех пор, пока вам не надоест и он перестанет быть значимым. Посмотрите на себя со стороны в этой ситуации. Каким вы себя видите?

Заканчивайте той же процедурой.

Обсуждение. Кто герой в этот раз, какая это ситуация? Какова динамика?

10 – 15 мин.

Упр. 10.

Цель: выбор способа разрядки.

Процедура та же.

Способ общения: переверните портрет вверх ногами и повторите общение.

Теперь вернитесь в начало общения и представьте, что все участники, и вы тоже говорят голосами мультфильмов.

Заканчиваем так же.

Обсуждение.

Какой способ для вас наиболее интересен? Почему?

**Занятие 4** Введение. Погружение в атмосферу тренинга. Группа вспоминает, что делали на прошлом занятии, что осталось в памяти. Что усвоили. По одному предложению каждый.

### **Упражнение 11.**

Цель: изучение мотивов собственного агрессивного поведения.

Разбейтесь на пары, сядьте напротив друг друга. Вернитесь в галерею образов. Тот человек – ваш партнер. Говорите ему «В этом человеке мне не нравится...» и заканчивайте «и поэтому я злюсь на него...», «мне хочется обругать, ударить...» на ваше усмотрение. Потом передайте слово партнеру. Сделайте это по 5-7 раз.

Обсуждение.

### **Упражнение 12.**

Цель: реконструкция позитивного опыта в прошлом через детские воспоминания и интеграция с настоящим.

В подгруппах, объединяются две микрогруппы. Один из участников садится на «горячий» стул. Остальные полукругом.

Инструкция: посмотрите на человека на стуле. Постарайтесь, опираясь на свои ассоциации, описать и высказать свои представления о том, каким он был в детстве ребенком – его любимая одежда, игрушки, занятия, способ общения, обиды, как ссорился и мирился и т.д. Возраст можно выбирать по собственному усмотрению.

«Горячий» стул молчит, пока все высказываются. Слово он берет только после последнего высказывания. Дает обратную связь – что совпало, что до сих пор так?

Каждый сидит на горячем стуле. Групповое обсуждение – что легко, что трудно? Хотелось скорее уйти или посидеть подольше? Что чувствовали и что думали, когда группа высказывалась?

Время – 30 мин.

**Занятие 5** Погружение в атмосферу тренинга. Что запомнилось из прошлых занятий.

### **Упражнение 13.**

Цель: Умение работать с конфликтной ситуацией, снимать эмоциональное напряжение.

Из двух подгрупп выбирается по паре. Оба участника находятся в напряжении, конфликте, агрессии. Ситуация оговаривается тренером предварительно. У каждого задача достичь своей цели.

Ситуации:

1. Родитель – подросток. Запрет на встречу с молодым человеком (девушкой).
2. Преподаватель – студент. Предвзятое отношение, недопуск к экзамену.
3. Продавец - покупатель. Некомпетентное обслуживание.
4. Чиновник – проситель. Выдача справки вне времени приема.
5. Старший и младший ребенок в семье. Не могут поделить вещь (компьютер, одежду)
6. Муж – жена. Несовпадение планов проведения выходного дня.
7. Соседи. Помехи в быту (регулярно заливает водой, батарея, шум от детей и т.п.)

Группа – супервизор, наблюдает и делает пометки. Обсуждение в большом кругу.

Что помогало и что мешало контакту? Кто справился с решением конфликта?

Время – 30 мин. – 1 час.

#### **Упражнение 14.**

Цель: выработка навыков супервизии, а также умения снимать эмоциональное напряжение. Работа в триадах. Клиент (агрессивный подросток с расстройствами поведения в социуме), психолог (установочный сеанс психотерапии), супервизор.

Ситуация оговаривается тренером и управление передается супервизору – контроль за временем, право «стоп» и т.п.

Каждый должен побыть в каждой роли.

Обсуждение в большой группе.

Время: 30 мин. – 1 час.

### **Занятие 6**

#### **Упражнение 15.**

Цель: построение будущего через планирование и фантазирование, интеграция его с настоящим.

Инструкция: «Горячий стул», на который усаживается один из участников подгруппы. Остальные по очереди пытаются представить его и описать свои предположения относительно его будущего. Каким этот человек видится через 5 лет, где он работает, есть ли у него семья, во что он одет и т.д.

«Горячий стул» дает обратную связь только после того, как все выскажутся. Он пытается представить себя и рассказать – что соответствует его ожиданиям, чего не случится, как он думает, чего он опасается.

Групповое обсуждение.

Время – 45 – 60 мин.

Завершение тренинга. Впечатления. Шкалирование собственной агрессивности (не связывать с конкретной «острой» ситуацией). Динамика.

Вопросы для самостоятельной работы:

1. Нозологические группы, при которых показан тренинг агрессивного поведения.
2. Методологический подход и техники психотерапии, используемые в тренинге.
3. Задачи и цели тренинга.
4. Модель пошагового изменения поведения.
5. Наиболее эффективные, с Вашей точки зрения, упражнения. Их направленность.

## **Тема 2. Методы поведенческой психотерапии**

Введение. Теория, лежащая в основе поведенческой психотерапии. Оперантное обусловливание. Вклад И.П. Павлова, Е. Торндайка, Б. Скиннера. Перечень методик.

Методика систематической десенсибилизации.

### **1 этап. Тренировка мышечной релаксации по Джекобсону.**

С помощью концентрации внимания вырабатывается способность улавливать чувство напряжения в мышцах, когда оно возникает, и чувство мышечного расслабления, а также снижение порога восприятия этих противоположных состояний мышц. На основе овладения первой задачей происходит обучение произвольному расслаблению напряженных мышечных групп, даже если напряжение в них незначительно.

Все мышцы тела делятся на 16 групп. Для каждой из них имеется инструкция, помогающая добиться напряжения всех мышц данной группы.

1. Доминантная кисть и предплечье: максимально сожмите кулак.
2. Доминантное плечо: максимально надавите локтем на подлокотник, вызовите напряжение в двуглавой мышце плеча.
3. Недоминантная кисть и предплечье.
4. Недоминантное плечо.
5. Мышцы верхней трети лица: поднимите брови как можно выше.

6. Мышцы средней трети лица: сведите как можно сильнее глаза кнутри и максимально наморщите нос
7. Мышцы нижней трети лица: максимально сожмите челюсти и отведите углы рта назад.
8. Мышцы шеи: наклоняйте подбородок к груди и в то же время препятствуйте этому, напрягая задние мышцы шеи.
9. Грудь, мышцы надплечий и спины: максимально соедините лопатки книзу и к середине.
10. Мышцы живота: напрягите максимально все мышцы брюшного пресса, как будто вас сейчас ударят в живот.
11. Доминантное бедро: максимально напрягите передние и задние мышцы бедра.
12. Доминантная голень: максимально подтяните на себя ступню и разогните большой палец ноги.
13. Доминантная ступня: согните ступню кнутри, одновременно согните пальцы ступни.
14. Недоминантное бедро.
15. Недоминантная голень.
16. Недоминантная ступня.

Упражнения начинают с приобретения навыков дифференциации состояний максимального напряжения и возникающего вслед за этим физиологического расслабления. Упражнения проводятся в удобном наклонном кресле, все мешающее расслаблению – галстук, тугой пояс, часы, обувь должно быть устранено. Работа начинается с первой мышечной группы, в течение 5-7 сек. максимально напрягаются мышцы, затем в течение 30-45 сек. происходит расслабление. Тренировка происходит до полного усвоения навыка «напряжение-расслабление».

Следующее упражнение связано с укрупнением мышечных групп и проводится по схеме.

7 мышечных групп:

1. Доминантная кисть, предплечье, плечо.
2. Недоминантная кисть, предплечье, плечо.
3. Мышцы лица.
4. Мышцы шеи.
5. Грудь, надплечье. Спина, живот.
6. Доминантное бедро, голень, ступня.
7. Недоминантное бедро, голень, ступня.

4 мышечные группы:

1. Обе руки (кисть, предплечье, плечо).

2. Мышцы лица и шеи.
3. Грудь, надплечье, спина и живот.
4. Обе ноги.

## **2 этап. Работа с фобиями.**

Работа в микрогруппах или диадах. Все ситуации, вызывающие страх, описываются и ранжируются по степени тяжести. От легких к тяжелым. Обязательное условие: реальное переживание страха, а не воображаемое.

Далее обсуждается методика обратной связи от «пациента», работающего со страхом к психологу. Третий в микрогруппе – супервизор. «Пациент» представляет ситуацию 5-7 сек., затем устраняет возникшую тревогу путем релаксации. Представление происходит несколько раз до тех пор, пока тревога не исчезает совсем. Затем переходят к следующей ситуации.

## **3 этап. Групповая дискуссия.**

Обсуждение эффективности метода, трудностей, возникших на разных этапах.

## **Тема 3. Телесно-ориентированная психотерапия.**

Введение. Теория, лежащая в основе телесно-ориентированной психотерапии. Метод Райха, биоэнергетический анализ Лоуэна, метод Александера, структурная интеграция Рольф (рольфинг). Перечень методик.

Основные понятия: энергия, мышечная броня, «броня характера», «контакт с почвой», «личная экология человека».

Практические упражнения (метод Лоуэна, метод Александера)

1. Телесные контакты.
2. Сегменты и зажимы.
3. Релаксация.

Обсуждение.

## **Тема 4. Арт-терапия**

Введение. История возникновения. Психотерапевтический радикал арт-терапии – седативная, активирующая, катарсическая направленность.

Работа с сопротивлением. Виды арт-терапии.

Практические упражнения.

1. Проективные рисунки (портрет группы)
2. Лепка и рисунок под музыкальным воздействием.
3. Танцевальная терапия.

#### 4. Групповые произведения.

### **Тема 5. Гештальт-терапия**

Введение. Основные понятия – фигура, фон, осознание и сосредоточение на настоящем, полярности, защитные функции, зрелость. Цель – снятие блокировки и стимулирование процесса развития человека. Основные теоретические принципы гештальт-терапии.

Практические упражнения и техники.

1. Развитие осознания.
2. Концентрация внимания на чувствах.
3. Интеграция полярностей.
4. Работа со сновидениями.
5. Преодоление сопротивления
6. Работа с потерей (утратой).

### **Стратегия работы с соматическими и психосоматическими заболеваниями.**

1. Генерализация проекции. Предлагается пациенту побыть своей болезнью и поговорить от ее имени. Описать характер болезни.
2. Проявление активной нереализованной потребности. Больной орган – что он хочет на самом деле. Осознание потребности.
3. Выражение заблокированного чувства, осознанной потребности по отношению к личному окружению.
4. Интеграция полученного опыта. Включение его в систему целостной личности.

### **Тема 6. Транзактный анализ.**

Введение. История создания, концепция Эрика Берна. Основные понятия: состояния «эго», транзакции, сценарий, контракт. Исследование жизненного стиля, пределы Я-состояния, переориентация. Метафорическое взаимодействие.

Практические упражнения.

1. Идентификация эго-состояний.
2. Обмен взаимодействиями. Дополнительные, перекрестные и скрытые транзакции.
3. Психологическая игра.
4. Осознание жизненного сценария.
5. Реориентация.

## **Тема 7. Семейная психотерапия**

Введение. История развития семейной психотерапии. Вклад С. Минухина, К. Витакера, В. Мягер, Э. Эйдемиллера. Виды и этапы семейной психотерапии. Семейный диагноз. Подходы и виды работы с семьей.

Практические упражнения.

1. В триадах и микрогруппах. Ролевые игры.
2. Психоскульптурирование.
3. Семейная психодрама.
4. Экологическая проверка.

### **ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ**

1. Упражнения и ролевые игры по воздействию на агрессивное поведение детей и подростков.
2. Методы распознавания уверенного и агрессивного поведения.
3. Способы воздействия на аутоагрессивное поведение.
4. Примеры конструктивного спора.
5. Методика вызванного гнева. Освоение и проведение в группе.
6. Методика тренингового обучения «теплые ключи» Эйдемиллера и Вовка.
7. Программа аутогенной тренировки (формулы-намерения для расстройств сна, отношения к пище, головной боли, фобий различного генеза и т.п.).
8. Разработка упражнений для арт-терапии.
9. Примеры проективных игр в «гештальт-терапии».
10. Виды упражнений для релаксации телесно-ориентированной психотерапии.
11. Упражнения в ролевых играх «взрослый-родитель-ребенок» в транзактном анализе.

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Основной целью самостоятельной работы студентов является подготовка к практическим занятиям и экзамену по дисциплине, а также, совершенствование практических навыков освоения данного курса.

Самостоятельную работу студентов можно разделить на несколько видов. Это подготовка к текущим домашним заданиям, самостоятельное чтение рекомендованной литературы по специальности, защита рефератов, разработка и презентация проектов.

Уровень сформированности компетенции оценивается в соответствии с

программой курса, распределением часов по видам и формам работ. Успешное усвоение курса предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы.

*Общие рекомендации:* изучение дисциплины следует начинать с проработки рабочей программы дисциплины, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделяется структуре и содержанию курса.

Необходимо систематически готовиться к практическим (семинарским) занятиям, изучать рекомендованные к прочтению учебные пособия, монографии, научные статьи и другие материалы. Также при подготовке заданий приветствуется использование любой соответствующей теме научной литературы на родном и иностранном языках, включая различные источники Интернет.

Методический материал, обеспечивает рациональную организацию самостоятельной работы студентов на основе систематизированной информации по темам практических занятий курса.

Для успешного изучения теоретического материала дисциплины студентам предлагается выполнить практико-ориентированные задания, которые преследуют следующие дидактические цели:

- закрепление, углубление, расширение и систематизация знаний;
- самостоятельное овладение новым учебным материалом;
- развитие умений использовать методики и техники самообразовательной деятельности и личностного роста.

Роль этого вида учебной деятельности позволяет сформировать у магистрантов потребность к постоянному самообразованию, развитию навыков самостоятельной познавательной деятельности.

К каждой практической работе студенты оформляют *конспект*, в котором указываются:

- тема и цели работы;
- описание отрабатываемых знаний, умений, навыков (методик, техник и т.п.);
- выводы.

При подготовке к практическому занятию необходимо уточнить план его проведения, продумать формулировки и содержание учебных вопросов, выносимых на обсуждение, ознакомиться с новыми публикациями по теме занятия и составить список обязательной и дополнительной литературы по вопросам плана занятия. Ведущей дидактической целью практических занятий является систематизация и обобщение знаний по изучаемой теме, разделу, формирование умений работать с дополнительными источниками

информации, сопоставлять и сравнивать точки зрения, конспектировать прочитанное, высказывать свою точку зрения и т.п.

*Оценка производится* через механизм совместного обсуждения, сопоставления предложенных вариантов ответов с теоретическими и эмпирическими научными знаниями, относящимися к данной предметной области.

*При подведении рейтинга студента* принимаются во внимание работа на практических занятиях (обсуждение теоретических вопросов, выполнение практических заданий и т.д.).

При подготовке к практическим занятиям следует использовать основную литературу из представленного списка, а также руководствоваться приведенными указаниями и рекомендациями. Для наиболее глубокого освоения дисциплины рекомендуется изучать литературу, обозначенную как «дополнительная» в представленном списке.

На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий.

Студенту рекомендуется следующая схема самостоятельной подготовки к практическому занятию:

1. Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу.
2. Ответить на вопросы плана практического занятия.
3. Выполнить домашнее задание.
4. Проработать тестовые задания и/или задачи.
5. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

## **ТРЕБОВАНИЯ К РЕЙТИНГ-КОНТРОЛЮ**

### ***Текущий контроль:***

- 1) работа на практических занятиях;
- 2) контроль выполнения студентами заданий для самостоятельной работы.

Работа на практических занятиях оценивается преподавателем по итогам подготовки и выполнения студентами заданий для самостоятельной работы, а также активности работы в группе. Пропуск практических занятий предполагает отработку по пропущенным темам. Форма отработки определяется преподавателем.

	1 контрольная точка	2 контрольная точка
Текущая работа студента	50 баллов за работу на практических занятиях и выполнение заданий	50 баллов за работу на практических занятиях и выполнение заданий
Всего	100 баллов	

Дисциплина заканчивается зачётом.

100 баллов выделяется на текущую работу студента.

Баллы распределяются равномерно между модулем и 1 и 2 по 50 баллов в каждом.

Оценивается: посещение аудиторных практических занятий, активность, выполнение заданий по курсу: аудиторных и самостоятельных работ.

Примечание: зачет студент получает при набранных им 40 и более баллах.

## VII. Материально-техническое обеспечение

Тренинговый класс, учебно-практическая лаборатория Клинической психологии и психодиагностики.

Тренинговый класс № 424  (170100 Тверская область, г. Тверь, пер. Студенческий, д.12)	Доска белая офисная магнитно-марк. (M082-08205) Музыкальный центр XM-111 E DAEWOO ELECTRONICS Телевизор Philips 32FL3605 DVD плеер HYUNDAI P5 Специализированная мебель (стулья, стол, тумбочки) Мобильный комплект оборудования: ноутбук, мультимедийный проектор, экран.
Учебно-практическая лаборатория «Клинической психологии и психодиагностики». Помещение, для групповых и индивидуальных консультаций. Помещение для самостоятельной работы № 444  (170100 Тверская область, г. Тверь, пер. Студенческий, д.12)	Компьютер SINTO (комплект: системный блок, монитор, клавиатура, мышка) Монитор /Acer AL 1716s 1280x1024,500:1.300cd/m 2 12ms Системный блок AS AMD ATHLON 64 3000+(2000MHz)2x512Mb/200Gb/128Mb/1.44/DVD+RW/кл Компьютер:Систем.комплект Arbyte Tempo B T4D3-65(i965G/P)+монитор 17" BenQ"FP71G+"1280*1024

	<p>МФУ Pantum M6500</p> <p>Устройство психофизиологического тестирования УПФТ-1/30 «Психофизиолог»</p> <p>Устройство психофизиологического тестирования УПФТ-1/30 «Психофизиолог»</p> <p>Устройство психофизиологического тестирования УПФТ-1/30 «Психофизиолог»</p> <p>Модуль психомоторных тестов</p> <p>Видеокамера Canon LEGRIA HF 306</p> <p>Внешний жесткий диск Transcend USB 320Gb (2 шт.)</p> <p>Диктофон цифровой Olympus VN-8100PC</p> <p>Ноутбук "Samsung R 522(FS07) T6500/3G/250G/DVD-SMulti/15,6" LED HD /HD4330 512MB/WiFi/BT/cam/VHP</p> <p><b>Психодиагностический инструментарий (психологические тесты, методики)</b></p>
--	---

### **VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины**

<b>№п.п.</b>	<b>Обновленный раздел рабочей программы дисциплины</b>	<b>Описание внесенных изменений</b>	<b>Реквизиты документа, утвердившего изменения</b>
1.	Все разделы	Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС 3++ направления подготовки 37.05.01 Клиническая психология	Протокол № 7 от 26.03.2021 заседания кафедры
2.	V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	Корректировка списка основной и дополнительной литературы. Обновление реквизитов договоров, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов: - программное обеспечение; - информационно-справочные системы; - профессиональные базы данных.	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
3.	IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации	Обновление фонда оценочных средств	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая

			психология»
4.	VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины	Внесены изменения в методические рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
5.	I. Аннотация 3. Объем дисциплины	Внесение изменений в учебный план на 2022-2023 учебный год (выделение часов по дисциплинам и практикам на практическую подготовку) 2017, 2018, 2019, 2020 г.н.	Протокол ученого совета № 6 от 13.01.2022 г.
6.	II. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	Внесение изменений в учебный план на 2022-2023 учебный год (выделение часов по дисциплинам и практикам на практическую подготовку) 2017, 2018, 2019, 2020 г.н.	Протокол ученого совета № 6 от 13.01.2022 г.
7.	V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	Корректировка списка основной и дополнительной литературы. Обновление реквизитов договоров, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов: - программное обеспечение; - информационно-справочные системы; - профессиональные базы данных.	Протокол № 1 от 29.08.2023 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
8.	VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины	Внесены изменения в методические рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	Протокол № 1 от 29.08.2023 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»