

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)

Гуманитарный институт



УТВЕРЖДАЮ:

Директор института

Е.М. Петровичева

06 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПСИХОТЕРАПИЯ**

(наименование дисциплины)

**направление подготовки / специальность**

**37.03.01 - Психология**

(код и наименование направления подготовки (специальности))

**направленность (профиль) подготовки**

**Психология**

(направленность (профиль) подготовки))

г. Владимир

2021

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Психотерапия» является ознакомление с основными положениями психологической модели психотерапии как области научных знаний.

Задачи:

- ознакомить студентов с теоретическими основаниями психотерапии;
- обучить студентов практике формирования авторской модели оказания психологической помощи клиенту.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Психотерапия» относится к обязательной части учебного плана по направлению подготовки 37.03.01 – Психология.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
ОПК-5. Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера	ОПК-5.1. Знает понятие, структуру, основные этапы психологической работы; психофизические и возрастные особенности личности.	<b>Знать:</b> - понятие, структуру, основные этапы психологической работы; - психофизические и возрастные особенности личности.  <b>Уметь:</b> - применять основные методологические принципы, понятия, категории, этапы психологического обследования; - применять основные направления и методы психодиагностики в работе с личностью.  <b>Владеть:</b> - навыками профилактической, развивающей, коррекционной и реабилитационной работы; основными направлениями и методами психодиагностики в работе с личностью.	Тестовые вопросы, ситуационные задачи, практико-ориентированное задание, рейтинг-контроль, зачет с оценкой (ФОМ)
	ОПК-5.2. Умеет применять основные методологические принципы, понятия, категории, этапы психологического обследования; применять основные направления и методы психодиагностики в работе с личностью.		
ОПК-6. Способен оценивать и удовлетворять потребности и	ОПК-6.1. Знает способы выявления и оценки потребностей и запросов целевой аудитории, а также	<b>Знать:</b> - способы выявления и оценки потребностей и запросов целевой аудитории,	
	и потребности и		

запросы целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам	практически приемлемые подходы к удовлетворению потребностей и запросов целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам. ОПК-6.2. Умеет обосновывать психологическую значимость и роль каждой из психологических теорий и концепций; выделить закономерности, выводимые из различных областей психологии с целью их применения в психологической практике. ОПК-6.3. Владеет навыками выявления потребностей и запросов целевой аудитории и их учета при формулировании психологических рекомендаций и прогнозов в области психологии для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам	а также практически приемлемые подходы к удовлетворению потребностей и запросов целевой аудитории для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам. <b>Уметь:</b> - обосновывать психологическую значимость и роль каждой из психологических теорий и концепций; выделить закономерности, выводимые из различных областей психологии с целью их применения в психологической практике. <b>Владеть:</b> - навыками выявления потребностей и запросов целевой аудитории и их учета при формулировании психологических рекомендаций и прогнозов в области психологии для стимулирования интереса к психологическим знаниям, практике и услугам	
---	--	--	--

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часа

##### Тематический план форма обучения – очно-заочная

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической		
1	Теоретико – методологические основы психотерапии как области научных знаний.	6	1-3	3	7			4	
2	Психоаналитические модели психотерапии	6	4-7	3	7			4	Рейтинг-контроль №1
3	Когнитивно – поведенческих модели психотерапии	6	8-11	4	7			4	
4	Гуманистические модели психотерапии	6	12-15	4	7			5	Рейтинг-контроль №2

5	Инновационная психотерапия	6	16-18	4	8			5	Рейтинг-контроль №3
Всего за 6 семестр:		6	18	18	36			54	Зачет с оценкой
Наличие в дисциплине КП/КР									
Итого по дисциплине		6	18	18	36			54	Зачет с оценкой

### Содержание лекционных занятий по дисциплине

**Тема №1. Теоретико – методологические основы психотерапии как области научных знаний.**

Содержание темы: Психологическая модель психотерапии как область научных знаний. Предмет, категории, цели, задачи, методы психологической модели психотерапии. Основные направления психотерапии (психоанализ, бихевиоризм, гуманизм). Психосоматика, учение о неврозах, психология телесности как смежные области научных знаний.

**Тема №2. Психоаналитические модели психотерапии.**

Содержание темы: Классический психоанализ (З. Фрейд, А. Адлер, К.Юнг). Неопсихоанализ (А. Фрейд, К.Хорни, А. Кардинер и др.) Практический психоанализ.

**Тема №3. Когнитивно – поведенческие модели психотерапии**

Содержание темы: Рационализм, оперантное научение (И.П. Павлов, Б. Скиннер). Условно – рефлекторная терапия (Сэлтр, Вольпе, Лазарус). Когнитивная психотерапия (А. Бек). Рациональная психотерапия. рационально – эмотивная. Когнитивно – аналитическая.

**Тема №4. Гуманистические модели психотерапии.**

Содержание темы: Патогенетическая терапия В.Н. Мясищева. Личностно – ориентированная терапия Ананьева. Личностно Ориентированная психотерапия Б.Д. Карвасарского. Клиент – центрированная терапия К. Роджерса.

**Тема №5. Инновационная психотерапия**

Содержание темы: «Ядерный процесс», «Безглавый путь», фокусирование, феноменология и др. М.Силз, Ю. Гендлин, С.Грофф и др.

### Содержание практических занятий по дисциплине

**Тема №1. Теоретико – методологические основы психотерапии как области научных знаний.**

1. Предмет, категории, цели, задачи, методы психологической модели психотерапии.
2. Основные направления психотерапии (психоанализ, бихевиоризм, гуманизм).
3. Психосоматика, учение о неврозах, психология телесности как смежные области научных знаний.

**Тема №2. Психоаналитические модели психотерапии.**

1. Классический психоанализ (З. Фрейд, А. Адлер, К.Юнг).
2. Неопсихоанализ (А. Фрейд, К.Хорни, А. Кардинер и др.) Практический психоанализ.

**Тема №3. Когнитивно – поведенческие модели психотерапии**

1. Рационализм, оперантное научение (И.П. Павлов, Б. Скиннер).
2. Условно – рефлекторная терапия (Сэлтр, Вольпе, Лазарус).
3. Когнитивная психотерапия (А. Бек).
4. Рациональная психотерапия. рационально – эмотивная.
5. Когнитивно – аналитическая.

**Тема №4. Гуманистические модели психотерапии.**

1. Патогенетическая терапия В.Н. Мясищева.
2. Личностно – ориентированная терапия Ананьева.
3. Личностно ориентированная психотерапия Б.Д. Карвасарского.
4. Клиент – центрированная терапия К. Роджерса.

**Тема №5. Инновационная психотерапия**

1. «Ядерный процесс» М.Силз
2. «Безглавый путь»
3. Фокусирование Ю. Гендлин
4. Феноменология

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ,  
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ  
И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
СТУДЕНТОВ**

**5.1. Текущий контроль успеваемости****Контрольные вопросы к рейтинг-контролю №1**

1. Предмет, категории, цели, задачи, методы психологической модели психотерапии.
2. Основные направления психотерапии (психоанализ, бихевиоризм, гуманизм).
3. Психосоматика, учение о невротизме, психология телесности как смежные области научных знаний.
4. Классификация основных методов психотерапии.
5. Требования, предъявляемые к личности психотерапевта.
6. Понятие психосоматических заболеваний и психогений.
7. Основные положения классического психоанализа З. Фрейда.
8. Основные процедуры и техники психоанализа.

**Контрольные вопросы к рейтинг-контролю №2**

1. Основные направления психотерапии, ориентированной на бихевиоризм.
2. Поведенческая психотерапия, основные положения.
3. Когнитивная психотерапия (А. Бек).
4. Рациональная психотерапия, рационально – эмотивная. Когнитивно – аналитическая.
5. Патогенетическая терапия В.Н. Мясищева.
6. Личностно – ориентированная терапия Ананьева.
7. Личностно Ориентированная психотерапия Б.Д. Карвасарского. 8. Клиент – центрированная терапия К. Роджерса.

**Контрольные вопросы к рейтинг-контролю №3**

1. «Ядерный процесс»
2. «Безглавый путь»
3. Фокусирование
4. Феноменология

**5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины – зачет с оценкой**

### Примерные вопросы к зачету с оценкой

1. Предмет, задачи и функции дисциплины.
2. Понятие о психотерапевтической теории. Принципы построения.
3. Психотерапия и смежные науки.
4. Общая характеристика психоанализа. Психодинамический подход З.Фрейда.
5. Терапия А.Адлера.
6. Терапия К.Юнга.
7. Терапия К.Хорни.
8. Общая характеристика когнитивно-бихевиоральных моделей психотерапии.

Оперантное и классическое обуславливание. Рационализм Б.Скинера.

9. Условно-рефлекторные теории. А.Сэлтры, Ж.Вольпе, А.Лязарус
10. Когнитивная психотерапия А.Бек.
11. Рациональная психотерапия.
12. Рационально-эмотивная терапия А.Эллис.
13. Когнитивно-аналитическая терапия.
14. Общая характеристика гуманистической модели психотерапии.
15. Патогенетическая терапия В.Н. Мясичева.
16. Личностно-ориентированная терапия Б.Д.Карвасарского.
17. Потрясающая терапия Ананьева.
18. Клиент-центрированная терапия К.Роджерса.
19. Понятия об инновационных моделях в психотерапии.
20. Общая характеристика инновационных моделей (по выбору 3 модели подробно).
21. Общая характеристика классических моделей в психотерапии.
22. Характеристики 3х (по выбору) классических моделей.
23. Этические принципы работы психотерапевта.
24. Индивидуальная психотерапия.
25. Групповая психотерапия.
26. Методы современной психотерапии.
27. Организация психологического исследования в современной психотерапии.
28. Сравнительный анализ психологической и медицинской моделей психотерапии.
29. Критерии эффективности в психотерапевтической работе.
30. Технология «Ядерный процесс».

### 5.3. Самостоятельная работа обучающегося.

*Вид самостоятельной работы – доклад.*

*Порядок выполнения и контроль самостоятельной работы.* Задание выполняется учащимися в течение всего семестра с опорой на рекомендуемую литературу, дополнительные источники (пункт 6) и защищаются в период прохождения рейтинг-контролей № 1, 2, 3.

#### Темы докладов

**Тема №1. Предмет, задачи и основные направления психотерапии. Рациональная психотерапия.**

1. Понятие «психотерапия».
2. Психотерапия медицинского направления и личностно ориентированная психотерапия.
3. Проблемы психического здоровья.
4. Общее представление о формах, методах, техниках психотерапии.

5. Рациональная психотерапия.
6. Внутренняя картина болезни и ее коррекция.
7. Показания к рациональной психотерапии.

**Тема №2. Исторический очерк развития психотерапии. Требования к личности психотерапевта.**

1. Психотерапия в различные исторические периоды.
2. Роль Ф. Месмера, И.Бернгейма, Ж. Шарко, В.М. Бехтерева в психотерапии.
3. Система подготовки психотерапевтов.
4. Основные роли психотерапевта (тренер, учитель,исповедник и др.)
5. Личностные качества психотерапевта.
6. Понятие эмпатии.

**Тема №3. Понятие суггестии, ее виды.**

1. Роль суггестии в жизни и в медицине.
2. Прямая и косвенная суггестия.
3. Источник и объект в суггестии.
4. Аутосуггестия и гетеросуггестия.
5. Понятие ятрогений.

**Тема №4. Понятие психической саморегуляции.**

1. Механизмы воздействия.
2. Методы.
3. Понятие психической саморегуляции, использование вербальных самоинструкций, чувственных образов, представлений, физиологических состояний.
4. Дыхательные упражнения, мышечная релаксация по Джейкобсону, метод Куэ, аутогенная тренировка (АТ).

**Тема №5. Медитативная психотерапия.**

1. Исторический аспект медитации.
2. Йога и медитация.
3. Техники медитации
4. Механизмы воздействия.
5. Показания к методу.
6. Основные этапы.
7. Объекты для концентрации.
8. Роль ритма дыхания.
9. Понятие «генсайта».
10. Возможность личностного роста.

**Тема №6. Представление о гипнозе. Основы эриксоновского гипноза.**

1. Природа гипноза, общие положения, техники гипнотизации.
2. Глубина гипноза, три стадии гипноза.
3. Лечебное внушение, показания к гипнозу, осложнения.
4. Понятия раппорта, сомнамбулизма, каталепсии.

**Тема №7. Психоанализ и психодинамическая психотерапия. Основные положения учения 3. Фрейда.**

1. Базисная модель психодинамической психотерапии.
2. Техники классического психоанализа.
3. Факторы психотерапевтического воздействия.
4. Понятие психологической защиты.
5. Проявления сопротивления и работа с ним.

**Тема №8. Психотерапия, ориентированная на бихевиоризме. Нейролингвистическое программирование (НЛП).**

1. Основные принципы бихевиоризма.
2. Изменение модели поведения.

3. Оперантное обусловливание.
4. Примеры упражнений.
5. Сущность НЛП.
6. Основные термины.
7. Репрезентативные системы, значение предикатов.
8. Техника якоря.
9. Техника рефрейминга.
10. Ассоциация и диссоциация.

**Тема №9. Гештальттерапия.**

1. Исторический аспект.
2. Механизмы, этапы процесса, техники.
3. Принцип «здесь и теперь».
4. Принцип «целостности и фигуративности».
5. Расширение сознания.
6. Техники: «горячий стул», «две роли», «обратная связь», «активная деятельность клиента», «осознание себя».

**Тема №10. Клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса.**

1. Механизмы, этапы, техники.
2. Необходимые и достаточные условия психотерапевтического изменения клиента.
3. Функции метафоры в психотерапевтическом процессе.
4. Понятие самоактуализации.
5. Техника рефлексивных ответов, техника эмпатических ответов, техника терапевтической метафоры.

**Тема №11. Телесная психотерапия.**

1. Основные положения телесно-ориентированной терапии В. Райха.
2. Понятие мышечного панциря, его основные зоны.
3. Типы характерологических структур по А. Лоуэну.
4. Связь особенностей движений тела и психологических характеристик.
5. Диагностика телесных блоков.
6. Упражнения для освобождения от мышечного панциря.

**Тема №12. Групповая психотерапия.**

1. Психодрама.
2. Ролевые игры.
3. Арттерапия.
4. Понятия и категории групповой психотерапии.
5. Руководство группой.
6. Групповой процесс.
7. Развитие межличностных умений.
8. Катарсис.
9. Группы тренинга.
10. Фазы психодраматического действия.
11. Техники психодрамы и ролевых игр.
12. Развитие личности через исполнение роли.
13. Возможности арттерапии, ее виды.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

**6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ДИСЦИПЛИНЫ**



## 6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
<b>Основная литература*</b>		
Гуревич, П. С. Психоанализ. Т. 1. Фрейдизм и неоФрейдизм :учебник для магистров / П. С. Гуревич. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт	2019	<a href="https://urait.ru/bcode/425250">https://urait.ru/bcode/425250</a>
Гуревич, П. С. Психоанализ. Т. 2. Современная глубинная психология : учебник для магистров / П. С. Гуревич. — Москва : Издательство Юрайт	2019	<a href="https://urait.ru/bcode/406657">https://urait.ru/bcode/406657</a>
Ромек, В. Г. Поведенческая психотерапия : учебное пособие для вузов / В. Г. Ромек. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт	2020	<a href="https://urait.ru/bcode/454468">https://urait.ru/bcode/454468</a>
<b>Дополнительная литература</b>		
Решетников, М. М. Трудности и типичные ошибки начала терапии : практическое пособие / М. М. Решетников. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт	2019	<a href="https://urait.ru/bcode/453526">https://urait.ru/bcode/453526</a>
Олешкевич, В. И. Психология, психотерапия и социальная педагогика А. Адлера : учебник для академического бакалавриата / В. И. Олешкевич. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт	2017	<a href="https://urait.ru/bcode/399925">https://urait.ru/bcode/399925</a>

## 6.2. Периодические издания

1. Вопросы психологии. М.: ПИ РАО
2. Психологический журнал. М.: Наука, ИП РАН

## 6.3. Интернет-ресурсы

1. <http://www.chtivo.ru/book/993709/>
2. <http://www.ozon.ru/context/detail/id/4110434/>
3. <http://books.tr200.ru/v.php?id=264857>
4. <http://lib.rus.ec/b/204476>
5. [http://ifets.ieee.org/russian/depository/v12\\_i3/html/6r.htm](http://ifets.ieee.org/russian/depository/v12_i3/html/6r.htm)

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (аудитории 527-3, 529а-3, 529б-3, 209а-3).

Аудитории оснащены следующим оборудованием:

209а-3 – Дисплей Брайля Focus 14 Blue, Компьютер Digitech, МФУ Canon i-sensys MF 226h, переплетчик на пластиковую пружину Rayson SD-1201, Принтер Intex Everest v4, Принтер HP Laser jet 1320, Компьютер (Lenovo Think Center);

527-3 – Проектор – 14/2-1 BenQ MP 620 C, доска магнитно-маркерная BoardSYS 100\*180.

529а-3 – Интерактивная система SMART Board 480.

529б-3 – Электронная доска SMART Board 640, Проект мультимедийный NEC 265.

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения Word, Excel, PowerPoint.

Рабочую программу составил к.пс.н., доцент Литвинова Н.Ю.

  
\_\_\_\_\_  
(ФИО, подпись)

Рецензент

(представитель работодателя) Крылова Т.А. медицинский психолог ГКУЗ ВО «ОПБ №1»

  
\_\_\_\_\_  
(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии личности и специальной педагогики

Протокол № 11 от 23.06.21 года


Заведующий кафедрой О.В. Филатова

  
\_\_\_\_\_  
(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 37.03.01 - Психология

Протокол № 11 от 23.06.21 года

Председатель комиссии О.В. Филатова

  
\_\_\_\_\_  
(ФИО, подпись)

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на 20 22 / 20 23 учебный года

Протокол заседания кафедры № 10 от 26.05.22 года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 \_\_\_\_ / 20 \_\_\_\_ учебный года

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_ от \_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 \_\_\_\_ / 20 \_\_\_\_ учебный года

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_ от \_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 \_\_\_\_ / 20 \_\_\_\_ учебный года

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_ от \_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 \_\_\_\_ / 20 \_\_\_\_ учебный года

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_ от \_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Филатова О.В.

Рабочая программа одобрена на 20 \_\_\_\_ / 20 \_\_\_\_ учебный года

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_ от \_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Филатова О.В.