

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)



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор  
по образовательной деятельности

А.А.Панфилов

« 29 » 08 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ПСИХОТЕРАПИЯ**

(наименование дисциплины)

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Профиль/программа подготовки Психология

Уровень высшего образования - академический бакалавриат

Форма обучения – очно-заочное

Семестр	Трудоемкость зач. ед./ час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточной аттестации (экзамен/зачет/зачет с оценкой)
6	3/108		18	-	90	Зачет с оценкой
Итого	3/108		18	-	90	Зачет с оценкой

Владимир 2019

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Задачи:

1. Ознакомить студентов с теоретическими основаниями психотерапии.
2. Обучить студентов практике формирования авторской модели оказания психологической помощи клиенту.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Психотерапия» относится к базовой части учебного плана.

Пререквизиты дисциплины: психологическое консультирование, социальная психология, психология конфликта, психология общения.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

Код формируемых компетенций	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
1	2	3
ОК-9	<i>полное</i>	<b>Знать:</b> приемы первой помощи. <b>Уметь:</b> использовать методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. <b>Владеть:</b> приемами выявления природных факторов риска; приемами использования средств защиты от негативных воздействий социальной среды на человека; методикой расчета ущерба, связанного с травматизмом и несоблюдением требований гигиены и охраны труда.
ОПК-1	<i>частичное</i>	<b>Знать:</b> основы информационной, библиографической культуры, информационно – коммуникационных технологий. <b>Уметь:</b> решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной, библиографической культуры, информационно – коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности. <b>Владеть:</b> способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной, библиографической культуры, информационно – коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.



ПК-1	частичное	<p><b>Знать:</b> стандартные программы, направленные на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных исков в различных видах деятельности</p> <p><b>Уметь:</b> реализовывать стандартные программы, направленные на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных исков в различных видах деятельности</p> <p><b>Владеть:</b> способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных исков в различных видах деятельности</p>
ПК-3	частичное	<p><b>Знать:</b> стандартные базовые процедуры оказания психологической помощи индивиду, группе, организации с использованием традиционных методов и технологий.</p> <p><b>Уметь:</b> оказывать психологическую помощь индивиду, группе, организации с использованием традиционных методов и технологий.</p> <p><b>Владеть:</b> способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий</p>
ПК-4	частичное	<p><b>Знать:</b> основы психофизического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов.</p> <p><b>Уметь:</b> выявлять специфику психофизического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов.</p> <p><b>Владеть:</b> способностью к выявлению специфики психофизического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.</p>
ПК-6	частичное	<p><b>Знать:</b> профессиональные задачи в области научно – исследовательской и практической деятельности.</p> <p><b>Уметь:</b> ставить профессиональные задачи в области научно – исследовательской и практической деятельности</p> <p><b>Владеть:</b> способностью к постановке профессиональных задач в области научно – исследовательской и практической деятельности.</p>

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часов

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС		
1	Теоретико – методологические основы психотерапии как области научных знаний.	6	1, 2, 3		3		18		
2	Психоаналитические модели психотерапии	6	4, 5, 6, 7		3		18	3/100%	Рейтинг – контроль №1
3	Когнитивно – поведенческие модели психотерапии	6	8, 9, 10, 11		4		18	4/100%	
4.	Гуманистические модели психотерапии	6	12, 13, 14, 15		4		18	2/50%	Рейтинг – контроль №2
5	Инновационная психотерапия	6	16, 17, 18		4		18		Рейтинг – контроль №3
Всего за 6 семестр			18		18		90	9/50%	Зачет с оценкой
Наличие в дисциплине КП/КР					-				
Итого по дисциплине			18		18		90	9/50%	Зачет с оценкой

### Содержание лекционных занятий по дисциплине

Тема 1. Теоретико – методологические основы психотерапии как области научных знаний.



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.

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

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

Тема 4.

Гуманистические модели психотерапии.

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

Тема 5 Инновационная психотерапия

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

### **Содержание практических/лабораторный 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 – рефлексорная 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. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

В преподавании дисциплины «Психотерапия» используются разнообразные образовательные технологии как традиционные, так и с применением активных и интерактивных методов обучения.

Активные и интерактивные методы обучения:

- Интерактивная лекция (тема №1-5);
- Групповая дискуссия (тема №2-5);
- Ролевые игры (тема №2-5);
- Тренинг (тема №4,3,4,5);
- Анализ ситуаций (тема №2-5);
- Применение имитационных моделей (тема №3);
- Разбор конкретных ситуаций (тема №2-5).

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

### **Рейтинг-контроль №1**

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.
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.

### **Рейтинг-контроль №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. Мяснищева.
- 6.Личностно – ориентированная терапия Ананьева.
- 7.Личностно Ориентированная психотерапия Б.Д. Карвасарского.
- 8.Клиент – центрированная терапия К. Роджерса.

### **Рейтинг-контроль №3**

1. «Ядерный процесс»



2. «Безглавый путь»,
3. Фокусирование
4. Феноменология

### 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. Мясищева.
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».

### Вопросы для самостоятельной работы

**Тема 1.** Предмет, задачи и основные направления психотерапии. Рациональная психотерапия.

Понятие «психотерапия». Психотерапия медицинского направления и личностно ориентированная психотерапия. Проблемы психического здоровья. Общее представление о формах, методах, техниках психотерапии. Рациональная психотерапия. Внутренняя картина болезни и ее коррекция. Показания к рациональной психотерапии.

**Тема 2.** Исторический очерк развития психотерапии. Требования к личности психотерапевта. Психотерапия в различные исторические периоды. Роль Ф. Месмера, И.Бернгейма, Ж. Шарко, В.М. Бехтерева в психотерапии. Система подготовки



психотерапевтов. Основные роли психотерапевта (тренер, учитель, исповедник и др.) Личностные качества психотерапевта. Понятие эмпатии.

**Тема 3.** Понятие суггестии, ее виды.

Роль суггестии в жизни и в медицине. Прямая и косвенная суггестия.

Источник и объект в суггестии. Аутосуггестия и гетеросуггестия. Понятие ятрогений.

**Тема 4.** Понятие психической саморегуляции.

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

**Тема 5.** Медитативная психотерапия.

Исторический аспект медитации. Йога и медитация. Техники медитации Механизмы воздействия. Показания к методу. Основные этапы. Объекты для концентрации. Роль ритма дыхания. Понятие «генсайта». Возможность личностного роста.

**Тема 6.** Представление о гипнозе. Основы эриксоновского гипноза. Природа гипноза, общие положения, техники гипнотизации. Глубина гипноза, три стадии гипноза. Лечебное внушение, показания к гипнозу, осложнения. Понятия раппорта, сомнамбулизма, каталепсии.

**Тема 7.** Психоанализ и психодинамическая психотерапия. Основные положения учения З. Фрейда. Базисная модель психодинамической психотерапии. Техники классического психоанализа. Факторы психотерапевтического воздействия. Понятие психологической защиты. Проявления сопротивления и работа с ним.

**Тема 8.** Психотерапия, ориентированная на бихевиоризме. Нейролингвистическое программирование (НЛП).

Основные принципы бихевиоризма. Изменение модели поведения. Оперантное обусловливание. Примеры упражнений. Сущность НЛП. Основные термины. Репрезентативные системы, значение предикатов. Техника якоря. Техника рефрейминга. Ассоциация и диссоциация.

**Тема 9.** Гештальттерапия.

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

**Тема 10.** Клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса. Механизмы, этапы, техники. Необходимые и достаточные условия психотерапевтического изменения клиента. Функции метафоры в психотерапевтическом процессе. Понятие самоактуализации. Техника рефлексивных ответов, техника эмпатических ответов, техника терапевтической метафоры.

**Тема 11.** Телесная психотерапия.

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

**Тема 12.** Групповая психотерапия. Психодрама. Ролевые игры. Арттерапия. Понятия и категории групповой психотерапии. Руководство группой. Групповой процесс. Развитие межличностных умений. Катарсис. Группы тренинга. Фазы психодраматического действия. Техники психодрамы и ролевых игр. Развитие личности через исполнение роли. Возможности арттерапии, ее виды.



Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 7.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ	
		Количество экземпляров изданий в библиотеке ВлГУ в соответствии с ФГОС ВО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
1	2	3	4
Основная литература*			
1. 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. — 531 с. — (Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-2964-5.	2019	100	
2. Гуревич, П. С. Психоанализ. Т. 2. Современная глубинная психология : учебник для магистров / П. С. Гуревич. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 564 с. — (Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-2965-2.	2019	100	
3. Ромек, В. Г. Поведенческая психотерапия : учебное пособие для вузов / В. Г. Ромек. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 192 с. — (Специалист). — ISBN 978-5-534-05738-6.	2019	100	
Дополнительная литература			
Олешкевич, В. И. Психология, психотерапия и социальная педагогика А. Адлера : учебник для академического бакалавриата / В. И. Олешкевич. — 2-е изд., испр.	2019	100	

и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 337 с. — (Бакалавр. Академический курс. Модуль). — ISBN 978-5-534- 09719-1.			
2. Решетников, М. М. Трудности и типичные ошибки начала терапии : практическое пособие / М. М. Решетников. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 152 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5- 534-06604-3.	2019	100	

## 7.2. Периодические издания

## 7.3. Интернет-ресурсы

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического/лабораторного типа, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Практические/лабораторные занятия проводятся в аудиториях 529а, 529б, 209а

Перечень используемого программного обеспечения: Word, Excel, PowerPoint

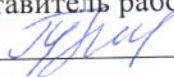


Рабочую программу составил Литвинова Н.Ю., к.пс.н., доцент кафедры ПЛиСП



(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 ПЛиСП

Протокол № 1 от 29.08.19 года

Заведующий кафедрой Филатова О.В.



(ФИО, подпись)

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

Протокол № 1 от 29.08.19 года

Председатель комиссии О.В. Филатова



(ФИО, подпись)

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**


Рабочая программа одобрена на 20 20 / 20 21 учебный года

Протокол заседания кафедры № 15 от 2.07.20 года

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


Рабочая программа одобрена на 20 21 / 20 22 учебный года

Протокол заседания кафедры № 11 от 23.06.21 года

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

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.