

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.06 Основы психологического консультирования и психотерапии**

Автор: канд. педагог. наук, доцент Забродина Т.И.

Код и наименование направления подготовки, профиля: 37.03.01 «Психология»

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная

Цель: сформировать способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий.

План курса:

Наименование тем (разделов)	Содержание тем (разделов)
Психотерапия: понятие, цели и задачи, модели.	<p>Понятие "психотерапия": отсутствие единого подхода в определении. Цели и задачи психотерапии (Д. Бернштейн). Специфика консультирования, медицинской и немедицинской психотерапии (А. Бондаренко, Б.Д. Карвасарский). Основные модели психотерапии: медицинская, психологическая, социологическая, философская. Систематизация психотерапии по различным основаниям.</p> <p>Воздействия на психику человека в древние века. Учение Ф. Месмера. "Золотой век гипноза" (XIX в.) – исследования Ш. Де Пьюнсежюра, Д. Брейда, изучение гипнабельности и способов введения людей в гипноз (Ж. Шарко, И.Бернгейм). Стадии глубины гипноза (по Шарко). Метод самопроизвольного самовнушения Э. Куэ. Гетерогенные и аутогенные психотерапевтические методики. Психотерапия в XX в. – возникновение различных направлений, методов и техник. Становление отечественной психотерапии. Значение исследований В. Данилевского (о возможности гипнотического воздействия на животных) и А. Токарского (исследования деятельности народных целителей и знахарей). Вклад В. Бехтерева в развитие психотерапии. Основные направления отечественной психотерапии: патогенетическая психотерапия, активизирующая психотерапия, психосоматическая психотерапии, активизирующая психотерапия.</p> <p>Классификация методов психотерапии: личностно-ориентированной, суггестивной и поведенческой психотерапии (Б. Карвасарский). Основные направления психотерапии: краткая характеристика и представители:</p> <ol style="list-style-type: none">1. психодинамическое: классический психоанализ (З. Фрейд), индивидуальная психология А. Адлера, эгопсихология (А. Фрейд, Хартман), неофрейдизм (К. Хорни, Э. Фромм, Г. Салливен), теория объектных отношений (М. Клейн, О. Кернберг, Г. Кохут), отечественная личностно-ориентированная (реконструктивная) психотерапия (В. Мясищев).2. феноменологическое (экзистенциально-гуманистическое):

	<p>клиент - центрированная терапия (Карла Роджерс), гештальт - терапия (Ф. Перлза), логотерапия (В. Франкл).</p> <p>3. поведенческое (когнитивно-поведенческое): когнитивная терапия Д. Келли, когнитивная терапия А. Бека, рационально - эмотивная терапия А. Эллиса.</p> <p>Основные категории: психотерапия, медицинская психотерапия, немедицинская психотерапия, модели психотерапии, гипноз, гипнабельность, гетерогенные и аутогенные психотерапевтические методики, методы психотерапии, психодинамическое направление, феноменологическое направление, поведенческое направление психотерапии.</p>
<p>Специфика групповой психотерапии. Психотерапевтическая группа.</p>	<p>Цели и задачи групповой психотерапии. Преимущества и ограничения групповой психотерапии. Фазы групповой психотерапии. Основные задачи и средства воздействия группового психотерапевта. Групповая психотерапия и психотерапия в группе. Методы групповой психотерапии (основные и вспомогательные). Определение психотерапевтической группы. Терапевтические факторы. Групповая динамика в психотерапевтической группе и ее характеристика. Цели и задачи, нормы группы. Структура группы, групповые роли и проблемы лидерства. Фазы развития психотерапевтической группы.</p> <p>Проблема соотношения профессиональных навыков и личностных особенностей психотерапевта. Роли психотерапевта (Ялом, Кратохвил). Терапевтический стиль по Либерману. Котерапевт.</p> <p>Основные категории: групповая психотерапия, психотерапия в группе, фазы групповой психотерапии, групповой психотерапевт, роли терапевта, групповая динамика, нормы психотерапевтической группы, гетерогенная и гомогенная группы, котерапевт.</p>
<p>Факторы лечебного действия психотерапии. Эффективность психотерапии.</p>	<p>Факторы лечебного действия психотерапии: универсальность, акцептация (принятие), альтруизм, отреагирование (катарсис), самораскрытие, "обратная связь» или конфронтация, инсайт (осознание), коррективный эмоциональный опыт, проверка нового поведения («проверка реальности») и обучение новым способам поведения, предоставление информации (обучение наблюдением). Позиция психотерапевта.</p> <p>Основные категории: универсальность, акцептация (принятие), альтруизм, отреагирование (катарсис), самораскрытие, "обратная связь» или конфронтация, инсайт (осознание), коррективный эмоциональный опыт, проверка нового поведения («проверка реальности») и обучение новым способам поведения, предоставление информации (обучение наблюдением)</p>
<p>Классический психоанализ З. Фрейда как система</p>	<p>Цели и задачи психоанализа как психотерапевтической системы. Теоретические основы психоанализа. Психосексуальные стадии развития личности. Структура личности. Техники психоанализа: продуцирование материала, анализ материала пациента</p>

психотерапии.	<p>(сопротивления, переноса, сновидений, ошибочных действий). Рабочий альянс: определение, показатели, функции. Показания и противопоказания к практике психоанализа. Личность аналитика.</p> <p>Основные категории: Психоанализ, психоаналитик, либидо, «Эго», «Ид», «Супер-эго», бессознательное, подсознательное, невроз, рабочий альянс, продуцирование материала, анализ материала пациента (сопротивления, переноса, сновидений, ошибочных действий), интерпретация, свободные ассоциации, трансфер, психосексуальные стадии развития, катексис, инстинкт, «цензура», фиксация, механизмы защиты, лечение, правила Гринсона.</p>
А. Адлер: индивидуальная психология и психотерапия.	<p>Цели и задачи индивидуальной психотерапии. Основные понятия: неполноценность и компенсация, борьба за превосходство, жизненные цели, жизненный стиль, схема апперцепции, творческая сила личности, социальный интерес. Методы индивидуальной психологии: интервью, анализ ранних воспоминаний. Механизм неврозов. Этапы индивидуальной психотерапии. Метафоры в адлеровской психотерапии.</p> <p>Основные категории: Неполноценность и компенсация, борьба за превосходство, жизненные цели, жизненный стиль, схема апперцепции, творческая сила личности, невроз, интервью, анализ ранних воспоминаний, метафора, деформация жизненного стиля, неполноценность, избалованность и отверженность, когнитивная карта, социальный интерес.</p>
Аналитическая психология и психотерапия К. Юнга.	<p>Теоретические положения аналитической психотерапии. Учение Юнга об экстраверсии и интроверсии. Основные психические функции. Структура личности (персона, Эго, тень, Анима (у мужчин), Анимус (у женщин) и самость). Коллективное бессознательное. Архетипы. Этапы психотерапии. Основные техники аналитической психотерапии.</p> <p>Основные категории: Интроверт, экстраверт, мышление, чувствование, ощущение, интуиция, коллективное бессознательное, архетипы, «персона», «Эго», «тень», «Анима», «Анимус», самость, индивидуация.</p>
Телесно-ориентированная психотерапия.	<p>Основные ориентированные на тело подходы к терапии и личностному росту. Цели и задачи телесно – ориентированной терапии.</p> <p>Телесно-ориентированная терапия В. Райха. Основные понятия: «энергия» и ее свойства, характер и его формирование, «мышечная броня». Освобождение мускульного панциря. Психологический рост и препятствия ему. Невроз. Оргоническая энергия.</p> <p>Типы характера по Лоуэну. Основные процедуры: работа с дыханием клиента, оценка тела и напряженные позы, арка Лоуэна, двигательные упражнения, физический контакт.</p> <p>Требования к профессиональным и личностным качествам терапевта.</p> <p>Основные категории: Энергия, оргонная энергия, оргастическая потенция, биоэнергия, биоэнергетика, мышечная броня (панцирь),</p>

	психологический рост, невроз.
Когнитивная терапия	<p>Рационально – эмотивная терапия А. Эллиса. Цели и задачи терапии. Основные понятия: типы когниций (дескриптивные, оценочные), иррациональные установки.</p> <p>Теория когнитивной терапии А. Бека. Основные концепции терапии. Основные понятия: типология личности, когнитивное содержание эмоциональных расстройств, когнитивные искажения. Когнитивная уязвимость. Когнитивные модели, когнитивная триада при депрессии. Основные направления работы в когнитивной терапии.</p> <p>Основные категории: Рационально – эмотивная терапия, когнитивная терапия, эмпиризм сотрудничества, сократовский диалог, направляемое открытие, когнитивное содержание эмоциональных расстройств, когнитивные искажения. Когнитивная уязвимость заполнение пустоты, сбор информации об образах, логический анализ, категоризация и идентификация когнитивных искажений, специфические когнитивные техники (декатастрофизация, реатрибуция, переформулирование, децентрализация), поведенческие техники (поведенческий эксперимент, домашнее задание, проверка гипотезы, репетиция поведения, техники отвлечения внимания, задания с постепенным усложнением задания, экспозиционная терапия), иррациональные установки, когниции, автоматические мысли, когнитивные искажения, экспектации.</p>
Гештальт – терапия	<p>Цели и задачи гештальт-терапии. Основные понятия: целостность, контакт – уход, «фигура – фон», сознавание, «здесь-и-сейчас», слияние. Типология личности. Психологический рост (уровни фальшивых отношений, фобий и осознания, тупика, имплозии, эксплозии), препятствия росту (психологические защиты - интроекция, проекция, ретрофлексия, дефлексия, конфлуенция). Основные принципы проведения терапии. Требования к профессиональным и личностным качествам терапевта.</p> <p>Основные категории: Гештальт, гештальт-терапия, целостность, контакт – уход, «фигура – фон», сознавание, «здесь-и-сейчас», слияние, психологический рост, невроз, уровни невроза.</p>
Клиент-центрированная терапия К. Роджерса	<p>Основные положения и принципы гуманистической психотерапии. Основные положения, цели, задачи клиент-центрированной терапии Роджерса. Основные понятия клиент-центрированной терапии: эмпатия, конгруэнтность, стремление к актуализации, идентичность. Стадии развития личности клиента в процессе клиент-центрированной терапии. Требования к организации психотерапевтического процесса. Триада Роджерса. Требования к личности психотерапевта.</p> <p>Основные категории: Триада Роджерса, эмпатия, конгруэнтность и неконгруэнтность, стремление к актуализации, идентичность, теория личности, организм, опыт, поле восприятия, самость, идеальная самость.</p>

<p>Позитивная психотерапия (Н. Пезешкиан)</p>	<p>Теоретические положения, цели, задачи позитивной психотерапии. Транскультурная психотерапия. Основные понятия позитивной психотерапии: позитивный подход (наблюдение семьи пациента и симптомов, позитивное толкование симптомов, повышение самооценки пациента), подход с точки зрения содержания проблемы клиента. Процесс психотерапии: пять ступеней.</p> <p>Основные категории: Позитивная терапия, кратковременная конфликт-центрированная терапия, конфликт, сферы переработки конфликта: тело, деятельность, контакты, фантазии; реакция на конфликт, актуальные личностные способности.</p>
<p>Нейролингвистическое программирование</p>	<p>История появления. Теоретические положения, цели, задачи НЛП. Процесс изменения в НЛП. Основные понятия НЛП: картина и модель мира, репрезентативная и ведущая системы, способы получения информации, ключи доступа, внутренние стратегии, метамодель. Три категории ограничений: нейрофизиологические, ограничения и индивидуальные. Основные синтаксические категории. Основные техники: якорение, раппорт, подстройка, ведение, калибровка и др.</p> <p>Основные категории: Нейролингвистическое программирование, карта и территория, картина и модель мира, репрезентативная и ведущая системы, способы получения информации, ключи доступа, внутренние стратегии, метамодель. Три категории ограничений: нейрофизиологические, ограничения и индивидуальные; моделирование, генерализация, искажение и опущение части информации, синтаксические категории, уровни моделирования, фрейм.</p>
<p>Поведенческая психотерапия</p>	<p>Теоретические основы поведенческой терапии: теория научения. Цели и задачи поведенческой терапии. Основные понятия: идентификация и оценка проблемы. Основные процедуры: систематическая десенситизация, методы, основанные на угасании, моделирование, тренинг уверенного поведения и социальных умений, позитивное подкрепление, техника вызывания отвращения, использование наказания, усиление самоконтроля, когнитивное реструктурирование. Применение поведенческой терапии. Группы тренинга умений (Т- группы). Основные понятия: учебная модель, постановка цели, измерение и оценка. Основные процедуры: репетиция поведения, релаксационный тренинг, домашняя работа.</p> <p>Основные категории: бихевиоризм, стимул-реакция, систематическая десенситизация, моделирование, тренинг уверенного поведения и социальных умений, позитивное подкрепление, наказание, игнорирование, усиление самоконтроля, когнитивное реструктурирование, репетиция поведения, релаксационный тренинг, домашняя работа.</p>
<p>Патогенетическая психотерапия</p>	<p>Теория личности и психология отношений В. Мясищева как основа патогенетической психотерапии. Концепция невроза.</p>

	<p>Индивидуальная патогенетическая психотерапия: основные цели, задачи, методы, техники и упражнения. Процедура индивидуальной терапии. Групповая патогенетическая психотерапия, цели и задачи, механизмы. Групповая дискуссия как основной метод групповой патогенетической психотерапии. Методы групповой патогенетической психотерапии: биографический, тематический, интеракционный.</p> <p>Основные категории: личность, отношения, патогенетическая терапия, невроз.</p>
--	---

Основная литература

1. Кашапов, М. М. Психологическое консультирование : учебник и практикум для вузов / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 132 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16463-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/531122> (дата обращения: 03.06.2023).
2. Смолова, Л. В. Психологическое консультирование : учебное пособие для вузов / Л. В. Смолова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 356 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12382-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/513859> (дата обращения: 03.06.2023).