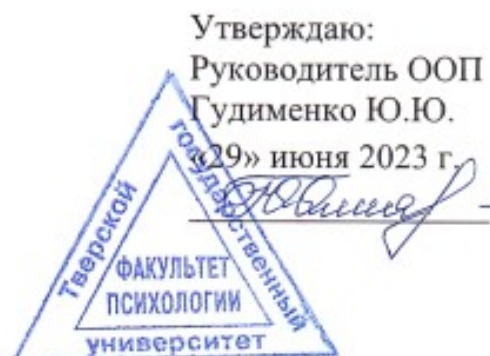


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 26.09.2023 11:27:35
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

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

Специализация

Патопсихологическая диагностика и психотерапия

Для студентов 5 курса очной формы обучения

Составитель: *Е.А. Карасева*

Тверь, 2023

I. Аннотация

1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом

Тренинговые методика в клинической психологии

2. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является: 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.

3. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина относится к вариативной части учебного плана.

Для освоения дисциплины студенту необходимы знания по психодиагностике, патопсихологии, дифференциальной и возрастной психологии, необходимо владение знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств: патопсихологического эксперимента, психологического консультирования и их теоретической обоснованности, психотерапии, а также прохождение курса «Тренинг как система методов активного обучения».

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: «Психология здоровья», «Виктимология», «Практикум по нейропсихологической диагностике и коррекции», «Диагностика и коррекция аномалий поведения в период подросткового кризиса», «Клиническая психофизиология», «Клиническая психология в геронтологии и гериатрии», «Особенности самосознания при пограничных личностных расстройствах», и др., а также для успешного прохождения производственной, преддипломной практик, НИР, написания и защиты ВКР.

4. Объем дисциплины:

для набора 2017 г.:

2 зачетных единицы, 72 академических часа, в том числе

контактная работа: лекции 0 часов, практические занятия 28 часов,

самостоятельная работа: 44 часа.

для набора 2018, 2019, 2020 гг.:

2 зачетных единицы, 72 академических часа, в том числе

контактная работа: лекции 0 часов, практические занятия 28 часов, в т.ч.

практическая подготовка 28 часов; **самостоятельная работа:** 44 часа.

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

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p>ОПК-2 Готовность к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач профессиональной деятельности</p>	<p style="text-align: center;">Заключительный этап</p> <p>Владеть: –опытом выражения своих мыслей и мнения в профессиональном общении на иностранном языке; –навыками публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики на русском</p>

	<p>языке и иностранном языке при решении задач профессиональной деятельности.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> –осуществлять коммуникацию в устной и письменной формах на русском языке и иностранном языке при решении задач профессиональной деятельности. <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> –основные методы и приемы коммуникации при решении задач профессиональной деятельности
<p>ПК-6 Способность осуществлять психологическое консультирование медицинского персонала (или работников других учреждений) по вопросам взаимодействия с пациентами (клиентами), создавать необходимую психологическую атмосферу и «терапевтическую среду»</p>	<p style="text-align: center;">Заключительный этап</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приемами психологического консультирования, группового и индивидуального; - схемами взаимодействия и преемственности в работе с персоналом учреждения. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - профессионально взаимодействовать с пациентами (клиентами) лечебного или иного учреждения; - оказывать помощь медицинскому персоналу или работникам других учреждений в вопросах коммуникации с пациентами (клиентами). <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способы создания комфортной психологической атмосферы и терапевтической среды; - формы профессиональной работы с персоналом; - особенности профессиональной коммуникации с пациентами (клиентами) в зависимости от нозологической принадлежности и индивидуально-психологических особенностей личности.
<p>ПСК-3.12 Способность и готовность к взаимодействию с работниками в области охраны психического здоровья, с работниками экспертных учреждений и учреждений социальной защиты населения</p>	<p style="text-align: center;">Начальный этап</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками предоставления информации о пациента в виде развернутого структурированного интервью сотрудникам экспертных организаций; - навыками разработки программ по психологическому образованию населения, лекционных и тренинговых программ.

	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - предоставлять информацию о мерах сохранения психического здоровья и предотвращения риска нарушений психического здоровья для широких масс населения при взаимодействии с работниками в области охраны психического здоровья и социальной защиты населения; - оформлять развернутое структурированное заключение по данным психодиагностического обследования для работников экспертных организаций; - проводить психодиагностическое обследование пациента согласно целям, поставленным сотрудниками экспертных организаций; - разрабатывать психообразовательные, тренинговые, психокоррекционные и реабилитационные программы по запросу учреждений социальной защиты населения и сотрудников, работающих в области охраны психического здоровья населения. <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные деонтологические нормы; - основные принципы организации психообразовательной работы; - основные способы предоставления информации для сотрудников в области охраны психического здоровья, специалистов экспертных учреждений и учреждений социальной защиты населения.
--	--

6. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения: зачет, 9 семестр

7. Язык преподавания - русский

II. Содержание дисциплины структурированное по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

для набора 2017 г.:

Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
		Лекции и	Практические работы	
1. Тренинг агрессивного поведения подростков	24	-	16	8
2. Техники и приемы поведенческой психотерапии	8	-	2	6
3. Техники и приемы телесно-ориентированной психотерапии	8	-	2	6
4. Виды и способы проведения арт-терапии	8	-	2	6
5. Техники и приемы гештальт-терапии	8	-	2	6
6. Основные приемы транзактного анализа	8	-	2	6
7. Техники семейной психотерапии	8	-	2	6
ИТОГО	72	-	28	44

для набора 2018, 2019, 2020 гг.:

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)				Контроль (час.)	Самостоятельная работа (час.)
		Лекции		Практические занятия			
		всего	в т.ч. практическая	всего	в т.ч. практическая		
1. Тренинг агрессивного поведения подростков	24	-	-	16	16		8
2. Техники и приемы поведенческой психотерапии	8	-	-	2	2		6
3. Техники и приемы телесно-ориентированной психотерапии	8	-	-	2	2		6
4. Виды и способы проведения арт-терапии	8	-	-	2	2		6
5. Техники и приемы гештальт-терапии	8	-	-	2	2		6
6. Основные приемы транзактного анализа	8	-	-	2	2		6

7. Техники семейной психотерапии	8	-	-	2	2		6
ИТОГО	72	-	-	28	28		44

Ш. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:

- планы практических занятий;
- практические задания в форме элементов тренинга по дисциплине;
- вопросы и задания для самостоятельной подготовки к зачету;
- итоговая практическая работа;
- методические рекомендации к самостоятельной работе студентов;
- требования к рейтинговой системе оценки.

IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине:

1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ОПК-2: Готовность к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач профессиональной деятельности

Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина	Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
Заключительный Владеть: – опытом выражения своих мыслей и мнения в профессиональном общении на иностранном языке; навыками публичной речи, аргументации, ведения дискуссии и полемики на русском языке и иностранном языке при решении задач профессиональной деятельности. Уметь:	1. Составить текст выступления перед коллегами с предоставлением любой известной вам техники и аргументацией в каких случаях её использование наиболее адекватно. В выступлении необходимо аргументировать почему следует использовать именно эту технику. 2. Перевести данное выступление на иностранный язык. 3. Выступить перед группой используя составленный текст.	10-8 баллов. Текст составлен грамотно, без ошибок. Имеет явно выраженную аргументацию. При выступлении студент использует навыки публичной речи, демонстрирует навык ведения дискуссии. 7-5 баллов. Текст составлен с незначительными ошибками. При презентации есть некоторые слабости в аргументации. Публичное выступление проводится с небольшими затруднениями.

<p>осуществлять коммуникацию в устной и письменной формах на русском языке и иностранном языке при решении задач профессиональной деятельности.</p> <p>Знать:</p> <p>основные методы и приемы коммуникации при решении задач профессиональной деятельности</p>		<p>4-3 балла. Текст составлен с ошибками. При его презентации студенту сложно подобрать аргументы, вести дискуссию.</p> <p>2-0 баллов. Текст составлен ошибочно. Аргументы отсутствуют. Навыков публичного выступления не демонстрирует.</p>
---	--	--

2. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ПК-6: Способность осуществлять психологическое консультирование медицинского персонала (или работников других учреждений) по вопросам взаимодействия с пациентами (клиентами), создавать необходимую психологическую атмосферу и «терапевтическую среду»

Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина	Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p>Промежуточный Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - представлением о возможностях оказания консультативной помощи персоналу лечебных или иных учреждений по запросу; - первичными навыками индивидуального консультирования; - навыками аргументации, ведения дискуссии, публичного выступления. 	<p>1. Назовите основные принципы ведения конструктивного спора. Продемонстрируйте пример ведения конструктивного спора в паре.</p> <p>2. Определите эмоциональное состояние партнера по характеристикам его невербального поведения.</p> <p>3. Приведите пример техники перефразирования, продемонстрируйте и обоснуйте ее использование в соответствующей ситуации</p>	<p>Ответ дан развернуто, с пониманием темы, демонстрация проведена уверенно, с умением использовать адекватные упражнения, навыки аргументации – 20 баллов</p> <p>Ответ дан неполно, но с пониманием темы, демонстрация проведена с использованием адекватных упражнений, но недостаточно уверенно и аргументировано – 15 баллов</p> <p>Ответ характеризуется частичным пониманием</p>

<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять психологическую атмосферу учреждения; в - выявлять и анализировать информацию о потребностях пациента (клиента); формулировать запрос и цели консультирования. <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - этику и деонтологию; - области компетенции клинического психолога в лечебном или ином учреждении; - этический кодекс клинического психолога и зоны ответственности. 		<p>темы, демонстрация не отвечает заданным параметрам, аргументация отсутствует или крайне слаба – 10 баллов</p> <p>Ответ и демонстрация не соответствуют заданным параметрам, свидетельствуют о непонимании темы – 0 баллов</p>
---	--	--

3. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ПСК-3.12 Способность и готовность к взаимодействию с работниками в области охраны психического здоровья, с работниками экспертных учреждений и учреждений социальной защиты населения

Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина	Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p>Начальный этап Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками предоставления информации о пациента в виде развернутого структурированного интервью сотрудникам экспертных организаций; - навыками разработки программ по 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разработать тренинговое занятие для специалистов социальной защиты населения по тематике: «Общение с суицидальными подростками: способы взаимодействия» 2. Подобрать упражнения, которое будет направлено на развитие понимания сотрудниками медицинских учреждений состояние больного. Развитие у них 	<p>10-8 баллов. Подобраны актуальные упражнения, соответствующие тематике тренинга и особенностям тренинговой группы. Учтены специфические особенности проведения тренинга для различных групп населения и специалистов.</p> <p>7-5 баллов. Подобранные упражнения и методики в целом соответствуют</p>

<p>психологическому образованию населения, лекционных и тренинговых программ.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - предоставлять информацию о мерах сохранения психического здоровья и предотвращения риска нарушений психического здоровья для широких масс населения при взаимодействии с работниками в области охраны психического здоровья и социальной защиты населения; - оформлять развернутое структурированное заключение по данным психодиагностического обследования для работников экспертных организаций; - проводить психодиагностическое обследование пациента согласно целям, поставленным сотрудниками экспертных организаций; - разрабатывать психообразовательные, тренинговые, психокоррекционные и реабилитационные программы по запросу учреждений социальной защиты населения и сотрудников, работающих в области охраны психического здоровья населения. 	<p>чувства сострадания к пациенту.</p> <p>3. Разработать правила тренинга, при его проведении с пациентами, имеющими соматические нарушения (болезни сердца).</p>	<p>требованиям и учитывают специфику клиентской группы, однако имеются неточности в их представлении и использовании.</p> <p>4-3 балла Тренинговые упражнения и методики не в полной мере соответствуют заданным условиям. Они не учитывают все особенности клиентских групп.</p> <p>2-0 баллов</p> <p>Тренинговые упражнения подобраны неверно, либо не подобраны совсем. Обоснование выбранных методик совершенно не рассматривает специфические особенности представленных в заданиях клиентских групп.</p>
---	---	--

<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные деонтологические нормы; - основные принципы организации психообразовательной работы; - основные способы предоставления информации для сотрудников в области охраны психического здоровья, специалистов экспертных учреждения и учреждений социальной защиты населения. 		
--	--	--

V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

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>

VI. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Информационно-образовательный портал AUDITORIUM.RU: <http://www.auditorium.ru/>
1. Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru/>
2. Научная библиотека МГУ <http://www.lib.msu.ru>

VII. Методические указания 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 принятие 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. Попытайтесь 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 Александра, структурная интеграция Рольф (рольфинг). Перечень методик.

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

Практические упражнения (метод Лоуэна, метод Александра)

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 трансакции.
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.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ В ФОРМЕ ЭЛЕМЕНТОВ ТРЕНИНГА ПО ДИСЦИПЛИНЕ.

Варианты упражнений.

Упражнение «Невербальные компоненты общения»

Стоит поднять в группе вопрос о значении невербальных компонентов общения. Участников просят перечислить невербальные компоненты общения. После этого тренер предлагает тому, кто хочет, поделиться своим личным опытом и вспомнить какие-либо ситуации, в которых очевидно проявлялась бы значимость данного компонента общения.

Затем тренер должен сказать что-то обоснованное и практически важное о том, какие невербальные сигналы важны в активном слушании. Тренер предлагает участникам рассмотреть фазы деловой беседы: вступление в контакт, ориентация в проблеме, обсуждение и решение. На фазе вступления в контакт очень важны невербальные компоненты общения. Участникам раздаются материалы.

Далее предлагается невербальное упражнение. Два ведущих уходят из комнаты, группа делится на две команды. Одной команде предлагается не улыбаться, когда ведущий будет здороваться с ними, а другой – наоборот, улыбаться. Задача ведущих - вступить в контакт со своими командами.

Следующим заданием для команд будет смотреть для одной и не смотреть для другой команды в глаза ведущего.

После упражнения в кругу участники, как правило, сначала обсуждают, что получилось и что не получилось. Резюмируя, группа беседует о том, что установить контакт помогают такие сигналы, как улыбка, взгляд в глаза, ассиметричная поза, наклон вперед, оптимальная для партнёров дистанция.

Отсутствие их вызывает дискомфорт и затрудняет контакт.

Упражнение «Почтительная вербализация»

Цель: развитие умения использовать более почтительные формулировки для вербализации эмоциональных состояний.

Участники объединяются в пары по кругу. Те, кто в паре сидят справа, будут нападающими. Те, кто слева – регулирующими напряжением (их задача – снизить напряжение с помощью почтительной вербализации чувств). Каждой паре дается несколько минут на подготовку, после чего каждая пара должна по очереди должны продемонстрировать свои сценки. После окончания сценки тренер спрашивает у группы, было ли это сделано почтительно, эффективно.

После окончания упражнения тренер обсуждает с группой, какие формулировки оказались наиболее эффективными и записывает их на доске.

Упражнение «Отработка техники интерпретации»

Цель: отработка умения формулировать свои предположения о причинах или целях высказывания партнера.

Участникам предлагается потренироваться в умении формулировать пробные гипотезы. Один из участников должен рассказать о каком-то своем поступке, возможно, о таком, который он сам до конца не понимает. Затем каждый из участников может задать ему пробный вопрос, который будет начинаться со слов: «А может быть, что ты...». Когда участник почувствует, что его правильно поняли, сессия интерпретаций закончится.

Обсуждение упражнения:

- Какие вопросы были наиболее удачными для прояснения причин или целей высказывания другого человека?

Участники обращаются к раздаточным материалам. Далее предлагается разделить на тройки, где один из участников будет супервизором, другой – оператором, а третий – «жалобщиком». Задача участников – использовать

технику интерпретации. После этого все снова садятся в круг и обсуждают, что получилось, а что – нет.

Упражнение «Отработка техники перефразирования»

Цель: отработка умения передавать суть сказанного своими словами.

Тренер объединяет участников в команды. Каждая команда вспомнит какое-нибудь четверостишие из известного стихотворения. Нужно перефразировать строфу таким образом, чтобы каждое слово в нем передавалось иным словом или словосочетанием. Например, «я» можно превратить в «автора», «дорогу» - «в путь» и т.д. Важно, чтобы остальные смогли догадаться, что за стихотворение было перефразировано.

Обсуждение упражнения:

- Каким должно быть перефразирование, чтобы оно наиболее точно отражало суть первоначального текста?

После обсуждения предлагается обратиться к раздаточным материалам и поговорить о том, что дает нам умение перефразировать сказанное партнером.

Ролевая игра « В чем дело? »

Участникам предлагается разделиться на три группы, каждая из которых должна придумать проблемную ситуацию. Группа должна сообщить участнику из другой группы определенное неприятное для него известие. Например, сообщить, что в проектную команду будет включен не он, а другой кандидат. Задача партнера: добиться максимально полного понимания позиции своего собеседника. Он должен стараться сделать это с помощью техник перефразирования и повторения.

После предполагается обсуждение результатов, трудностей и ощущений от игры.

Упражнение «Расслоение по полюсам»

Для выполнения упражнения понадобится два ведущих, которые должны будут по наблюдаемым признакам определять личностные свойства других людей. Ведущие выйдут из комнаты на несколько минут, а когда вернуться будет сформировано две группы людей, представляющих два полюса (два полярных качества), например: чрезмерно осторожные – опрометчивые/ агрессивные – податливые и т.д. Задача ведущих – дать обеим

группам какие-то задания. Надо придумать такие задания, чтобы их выполняли всей командой, и по тому, как команды будут выполнять задания, ведущие смогут понять, в чем различие между ними.

После выполнения упражнения группа обсуждает то, что получилось.

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.

Пример задания.

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

Предложите психотерапевтические мероприятия, сценарий, пример контракта.

ИТОГОВАЯ ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА.

Защита итоговой 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.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТУДЕНТОВ

1. К каждому занятию студенты готовят самостоятельно одно из упражнений по обсуждаемой теме. Упражнения обсуждаются, рассматриваются цели упражнений, после чего по желанию участников тренинга один из участников может провести подготовленное упражнение в группе.
2. По теме участникам тренинга предлагается домашнее задание. На занятии обсуждаются проблемы, возникшие при подготовке задания.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ ОЦЕНКИ

В семестре предусматривается 2 промежуточных этапа оценки знаний (рейтинговый контроль). В соответствии с этим положением изучение дисциплины делиться на 2 модуля.

Интегральный балл по каждому модулю складывается из оценки текущей работы студента и оценки, полученной по итогам текущего контроля, следующим образом:

	1 модуль	2 модуль
Текущая работа	35	35
Рейтинговый контроль	15	15
Всего	50	50
ИТОГО	100 баллов	

Текущий контроль. В течение занятий оценивается активность студентов, соблюдение графика посещения занятий, выполнение домашнего задания (самостоятельная подготовка упражнений по теме занятия, генерализация навыков).

Итоговый контроль. Во время итогового контроля студенты работают в микрогруппах. Каждой микрогруппе дается индивидуальное задание по пройденным темам. Оценивается ориентация в проблеме, соответствие предлагаемых упражнений теме, организация и активность.

VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (по необходимости)

педагогические технологии:

- практические демонстрационные занятия в малых группах;
- презентация мини-проектов в малых группах;
- интерактивные тренинговые формы работы.

информационные технологии:

использование мультимедийных технологий в рамках проведения лекционных и практических занятий.

• 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.

• информационно-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?;
8. Репозиторий ТвГУ <http://eprints.tversu.ru>,
9. Wiley Online Library <https://onlinelibrary.wiley.com/>

Профессиональные базы данных:

1. База данных международных индексов научного цитирования Scopus www.scopus.com (<http://library.tversu.ru/kratkie-novosti/35-about-library/resurs/488-scopus.html>)
2. База данных международных индексов научного цитирования Web of Science (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html>)
3. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (в сети ТвГУ) www.consultant.ru (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/348-c.html>)
4. Психологический навигатор - психологический портал <https://www.psynavigator.ru/>
5. Национальная психологическая энциклопедия <https://vocabulary.ru>
6. Психологический портал (базы данных) <http://www.psychology-online.net>

IX. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Тренинговый класс, мультимедийная техника, аудиотехника, флипчарт.

X. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Дата и протокол заседания кафедры, утвердившего изменения
1.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 3 от 17.10.2017 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»

2.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (или модулю) 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций	Новые варианты оценочных средств	Протокол № 3 от 17.10.2017 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
3.	VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)	Внесены изменения в учебную программу и методические рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	Протокол № 3 от 17.10.2017 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
4.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
5.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (или модулю) 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций	Новые варианты оценочных средств	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
6.	VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)	Внесены изменения в учебную программу и методические рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»

7.	VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	Обновление реквизитов документа, подтверждающего их наличие, в том числе договоры, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов: - программное обеспечение; - информационно-справочные системы; - профессиональные базы данных.	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
8.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
9.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (или модулю) 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций	Обновление фонда оценочных средств	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
10.	VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)	Внесены изменения в учебную программу и методические рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
11.	VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного	Обновление реквизитов договоров, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов: - программное обеспечение;	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»

	процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	<ul style="list-style-type: none"> - информационно-справочные системы; - профессиональные базы данных. 	
12.	I. Аннотация 4. 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.
13.	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.
14.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол ученого совета № 1 от 29.08.2023
15.	VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	<p>Обновление реквизитов договоров, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - программное обеспечение; - информационно-справочные системы; - профессиональные базы данных. 	Протокол ученого совета № 1 от 29.08.2023

