

## ОСНОВЫ ПСИХОТЕРАПИИ

(А.В. Гонга, доцент кафедры социальной и семейной психологии БГПУ)

Специальность 1-03 04 03 Практическая психология

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

**Цель:** развитие навыков самостоятельной работы с психологическими первоисточниками, ознакомление с методиками диагностики семейных отношений.

#### **Задачи:**

1. Ознакомление с современной психологической литературой по психологии и психотерапии семьи.

1. Приобретение навыков анализа и сбора психологической информации.

2. Приобретение навыков расширения и углубления знаний по психологии семьи.

3. Развитие профессиональной рефлексии.

#### **УСРС (лекции, 4 часа)**

##### **1 модуль (уровень узнавания)**

Вариант 1 – подготовить доклад в виде развернутого реферата/сообщения по выбранному направлению (Темы 1-2, вопросы 1-2. Одно направление на выбор).

Вариант 2 – разработать тест контроля знаний по выбранной теме дисциплины (Темы 1-2, вопросы 1-2. Количество заданий теста 15-20).

##### **2 модуль (уровень воспроизведения)**

Вариант 1 – провести одно занятие с группой в ко-терапии с преподавателем и осуществить процесс-анализ этой групповой сессии.

Вариант 2 – получить собственный клиентский опыт, участвуя в работе группы краткосрочной/долгосрочной групповой психотерапии и осуществить письменный заочный процесс-анализ одной из встреч.

##### **3 модуль (уровень применения полученных знаний)**

Вариант 1. Получить собственный клиентский опыт, участвуя в работе группы краткосрочной/долгосрочной, личностно-ориентированной/нелично-ориентированной групповой психотерапии. Провести одно занятие с группой в ко-терапии с преподавателем и осуществить процесс-анализ этой групповой сессии.

Вариант 2. Получить собственный клиентский опыт, участвуя в работе группы краткосрочной/долгосрочной, личностно-ориентированной/нелично-ориентированной групповой психотерапии.

Самостоятельно провести одно занятие с группой под очной супервизией преподавателя и осуществить процесс-анализ этой групповой сессии.

### **Примерная схема проведения процесс-анализа сессии в групповой психотерапии**

**Тема:** процесс-анализ сессии в групповой психотерапии.

**Цель:** обучить будущих психологов навыкам построения и анализа сессии в групповой психотерапии.

**Задачи:**

1. Обучить процессу отслеживания определенных аспектов сессии, стимулирующих терапевтическое видение и навыки профессионального анализа;

2. Развить навыки работы с групповыми динамическими феноменами – понимание причин их возникновения, особенностей протекания и утилизации.

**Материалы:** карточки со схемой процесс-анализа сессии.

**Ход занятия:**

#### **Схема процесс-анализа сессии в групповой психотерапии**

1. Этап развития группы \_\_\_\_\_
2. Основные темы группы \_\_\_\_\_
3. Наблюдение за невербальными параметрами и распределением энергии в группе во времени \_\_\_\_\_
4. Пересечение контекста происходящего в жизни клиентов и в течение групповой сессии \_\_\_\_\_
5. Отслеживание двойных посланий клиенту, посланий клиента группе, удачных реплик и интервенций, приводящих к продвижению в процессе терапии \_\_\_\_\_
6. Определение механизмов прерывания контакта в группе \_\_\_\_\_
7. Сопоставление «фасадной» потребности и фигуры-потребности в группе \_\_\_\_\_
8. Определение скрытых посланий от участников группы друг к другу и терапевту \_\_\_\_\_
9. Формулирование терапевтической гипотезы (с чем связаны происходящие в группе процессы) \_\_\_\_\_
10. «Роли» терапевта и клиентов в групповой сессии и выход за границы этих ролей \_\_\_\_\_
11. Представление о фазах контакта, стадиях сессии, проясненности контекста группы \_\_\_\_\_

### **УСРС (лабораторные занятия, 6 часов)**

**Тема УСРС 1:** Стратегия и тактика психотерапии.

**1 модуль.** Составить краткий опорный конспект по пяти вопросам из списка по желанию и подобрать к ним видеоматериалы в качестве иллюстрации.

**2 модуль.** Подготовить доклад и представить презентацию по теме, выбранной из списка, или составить тест на 10 вопросов по ней.

**3 модуль.** Студентам предлагается несколько форм работы на выбор:

1. Написать эссе о проблемах стратегического и тактического устройства психотерапии;
2. Подготовить выступление на студенческую конференцию или конкурс;
3. Подготовить публикацию.

**Тема УСРС 2:** Личностно-ориентированные направления индивидуальной групповой психотерапии.

**1 модуль.** Составить краткий опорный конспект по одному личностно-ориентированному направлению индивидуальной и групповой психотерапии из списка по желанию и подобрать к ним видеоматериалы сессий в качестве иллюстрации.

**2 модуль.** Подготовить доклад и представить презентацию по направлению, выбранному из списка, или составить по нему тест на 10 вопросов.

**3 модуль.** Студентам предлагается несколько форм работы на выбор:

1. Написать эссе о современном развитии личностно-ориентированных направлений психотерапии в Беларуси;
2. Подготовить выступление на студенческую конференцию или конкурс;
3. Подготовить публикацию.

**Тема УСРС 3:** Нелично-ориентированные подходы в психотерапии.

**1 модуль.** Составить краткий опорный конспект по одному нелично-ориентированному направлению индивидуальной и групповой психотерапии из списка по желанию и подобрать к ним видеоматериалы сессий в качестве иллюстрации.

**2 модуль.** Подготовить доклад и представить презентацию по направлению, выбранному из списка, или составить по нему тест на 10 вопросов.

**3 модуль.** Студентам предлагается несколько форм работы на выбор:

1. Написать эссе о современном развитии нелично-ориентированных направлений психотерапии в Беларуси;
2. Подготовить выступление на студенческую конференцию или конкурс;
3. Подготовить публикацию.

*Форма контроля:* анализ письменных работ.

Выполнение заданий **I модуля (уровень узнавания)** – оценивается в пределах 4-5 баллов.

Выполнений заданий **II** модуля (уровень воспроизведения) – оценивается в пределах 6-7 баллов.

Выполнение заданий **III** модуля (уровень применения полученных знаний) – оценивается в пределах 8-10 баллов.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

## **ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- устный опрос во время семинарских занятий;
- написание рефератов по рекомендуемым темам;
- выступление студентов на семинарских занятиях;
- подготовка докладов и эссе;
- участие в моделировании и анализе проблемных ситуаций;
- устный экзамен.

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

Управляемая самостоятельная работа по учебной дисциплине «Основы психотерапии» выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя.

Целью управляемой самостоятельной работы по учебной дисциплине «Основы психотерапии» является:

- создание условий для реализации творческих способностей студентов;
- развитие академических, профессиональных, социально-личностных компетенций;
- активное включение в учебную, научную, общественную и инновационную деятельность;
- овладение студентами в процессе обучения научными методами познания, умениями и навыками выполнения самостоятельной работы, углубленное и творческое освоение учебного материала;
- формирование у студентов умений и навыков самостоятельного решения актуальных учебных, научных и инновационных задач;
- личностное развитие студентов в качестве субъектов образовательной и профессиональной деятельности.

Управляемая самостоятельная работа как важная составная часть образовательного процесса должна опираться на мотивацию студентов, доступность и качество научно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса, сопровождаться эффективной системой контроля и способствовать усилению практической направленности обучения.

При выполнении управляемой самостоятельной работы создаются условия, при которых обеспечивается активная позиция студентов в самостоятельном получении знаний и систематическом применении их на практике.

Формы управляемой самостоятельной работы по учебной дисциплине «Основы психотерапии»:

- подготовка к практическим занятиям;
- выполнение контрольных работ;
- выполнение исследовательских и творческих заданий;
- составление библиографии и реферирование литературы по заданной теме;
- создание карт, графиков и других наглядных пособий по изучаемым темам;
- написание тематических докладов и эссе на проблемные темы;
- составление тестов студентами для организации взаимоконтроля.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

1. Подготовительный (определение целей, составление программы, подготовка методического обеспечения, подготовка оборудования);
2. Основной (реализация программы, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);
3. Заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности программы и приемов работы, выводы о направлениях оптимизации труда).

В процессе самостоятельной работы студенты приобретают навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становятся активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя студент должен:

- освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу студентов и предложенный преподавателем;
- планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;
- самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой преподавателя;
- выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

В качестве контроля управляемой самостоятельной работы по учебной дисциплине «Основы психотерапии» могут использоваться следующие формы:

- проведение групповых письменных, контрольных работ или тестирование;
- оценка устного ответа на вопрос, сообщения, доклада или решения задачи на практических занятиях;
- проверка рефератов, письменных докладов и отчетов;
- проверка конспектов практических занятий, первоисточников, монографий и статей.