

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное научное учреждение
«Психологический институт РАО»

Лаборатория консультативной психологии и психотерапии

Утверждаю:
Зам.директора

Н.В.Кисельникова
(подпись)

« ____ » _____ 20__ г.

**Дополнительная профессиональная авторская программа
Программа повышения квалификации**

«ПОНИМАЮЩАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ. 1 СТУПЕНЬ»

Москва 2018

Содержание

1. Общие положения
 - 1.1. Цель программы
 - 1.2. Планируемые результаты освоения программы
 - 1.3. Трудоемкость и срок освоения программы
 - 1.4. Категория слушателей и требования к уровню их подготовки
 - 1.5. Форма обучения
 2. Документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации программы
 - 2.1. Учебный план программы
 - 2.2. Основное содержание
 - 2.3. Фонд оценочных средств
- Список рекомендуемой литературы

1. Общие положения

Программа курсов повышения квалификации «Понимающая психотерапия. 1 ступень» предназначена для специалистов в сфере психологического консультирования, работающих в одной из следующих областей социально-психологической практики – психологическая служба в школе, психологическая (медико-психологическая) консультация (в том числе по детским, подростковым и семейным проблемам), психиатрическая клиника, государственные и частные учреждения (работа с персоналом организаций).

Индивидуальное консультирование и психотерапия имеют общее значение как основа всякой психотехнической работы, психологической практики. Без этой основы невозможно продуктивно заниматься ни профессиональной ориентацией, ни тренингом менеджеров, ни семейной или групповой психотерапией, словом, никаким другим видом

психотехнической практики. Поэтому данная дисциплина занимает центральное место в программе повышения квалификации, выявляя способность к самостоятельной осмысленной профессиональной работе психолога-консультанта.

Курс построен таким образом, чтобы дать студенту возможность освоить методологические принципы и овладеть базовым уровнем технических приемов психотерапевтической работы, при этом получить опыт личного проживания психотерапевтической теории и методов.

Основа курса - «фирменные» теоретические, методические и дидактические разработки факультета психологического консультирования МГППУ, кафедры Индивидуальной и групповой психотерапии и Лаборатории научных основ психологического консультирования и психотерапии ПИ РАО.

Психотерапия в пределах курса «Понимающая психотерапия. 1 ступень» рассматривается с четырех сторон. В теоретико-методологическом аспекте реализуется представление о психотехническом мышлении, адекватном для осмысления психотерапевтической реальности. Теоретические схемы, изученные слушателем в теоретических курсах, даны здесь в техническом залоге как конструкции, порождающие психотерапевтические методики и приемы. В культурологическом аспекте определяется специфика психологического консультирования и психотерапии как особой профессиональной деятельности, отличной от «смежных» профессий врача, учителя, воспитателя, священника и т.д. В структурном аспекте описывается «устройство» психотерапевтической ситуации, характеризуются основные фигуры терапевтического процесса и отношения между ними. В техническом аспекте дается дифференцированная система приемов психотерапии и набор эффективных методик, достаточных для начала психотерапевтической практики слушателя.

Модуль «Психотерапевтические гаммы» дает возможность

рефлексивного осмысления, анализа консультативного процесса, трудностей и преодоления их, презентации своей психотерапевтической работы. Программа стимулирует интерес студентов к совместному, диалогическому и к самоисследованию, осмыслению и обсуждению своего профессионального опыта в коммуникации с коллегами разного уровня опыта.

1.1. Цель программы

Общей целью курса выступает проведение повышения квалификации в сфере психологического консультирования для дальнейшей деятельности в одной из следующих областей социально-психологической практики – психологическая служба в школе, психологическая (медико-психологическая) консультация (в том числе по детским, подростковым и семейным проблемам), психиатрическая клиника, государственные и частные учреждения (работа с персоналом организаций). Освоение материала курса на должном уровне позволяет сделать первый шаг на пути к ведению психотерапевтических консультаций в простых случаях со здоровыми клиентами, при условии систематической супервизорской поддержки со стороны опытного коллеги.

Основные задачи курса:

- Формирование углубленного представления о психотерапевтической теории, достаточного для осмысления собственного консультативного опыта и анализа психологических механизмов психотерапевтических методов.
- Обучение системе методологических, теоретических, психотехнических аспектов понимающей психотерапии.
- Формирование и развитие психотехнического мышления как базовой компетенции психолога-консультанта.
- Формирование способности создавать и поддерживать ситуацию

профессиональной психологической помощи и диалога с клиентом (в отличие от непрофессионального, «житейского» разговора).

- Обучение базовым техникам индивидуальной психотерапии (эмпатия, понимание, майевтика, интерпретация), которые позволят обучающемуся ориентироваться в текущем процессе работы клиента и содействовать этому процессу.
- Развитие коммуникативных компетенций психолога-консультанта, выраженных в умении устанавливать терапевтический контакт.
- Обучение навыкам конвертировать (утилизировать) эмоциональные, аффективные состояния консультанта в терапевтическом диалоге.
- Обучение навыкам профессионального самонаблюдения, рефлексии, анализа своей работы.

Курс «Понимающая психотерапия. 1 ступень» является начальной ступенью в системе из пяти уровней обучения понимающей психотерапии. Задача всех пяти ступеней – создать опыт объемного видения психотерапии. На первом этапе решается задача обучения базовым техникам психологического консультирования, овладение системой методологических, теоретических и психотехнических аспектов понимающей психотерапии. В результате полученных знаний и навыков, позволяющих устанавливать терапевтический контакт, профессионально поддерживать помогающий диалог с клиентом и осмыслять свою работу в рамках супервизорского разбора, студент подходит к освоению 2 ступени понимающей психотерапии. *Программу данного модуля можно скачать здесь.*

Для специалиста, который начинает обучение на первой ступени, перспективой является освоение следующих, фундаментальных для практики психологического консультирования и психотерапии тем: структурирование психотерапевтической ситуации (Понимающая психотерапия. 2 ступень), построение психотерапевтических методик

(Понимающая психотерапия. 3, 4 ступени), ведение консультативного случая (Понимающая психотерапия. 5 ступень).

1.2. Планируемые результаты освоения программы

После освоения программы у слушателей должны сформироваться следующие профессиональные компетенции:

А) Общие профессиональные компетенции

- Формирование и развитие психотехнического мышления как важнейшей общей профессиональной компетенции психолога-консультанта.
- Способность диалогического супервизорского исследования отношений между психологической теорией и практикой.
- Освоение общей системы методологических, теоретических, психотехнических аспектов понимающей психотерапии.

Б) Знание и понимание

- Углубленное знание конкретной психотерапевтической теории (Понимающей психотерапии), в рамках которой можно одновременно осмысливать собственный опыт консультирования и понимать психологические механизмы известных психотерапевтических методов.
- Знание и понимание профессиональных ценностей и этических принципов консультирования и психотерапии.

В) Интеллектуальные и аналитические компетенции

- Умение осмысливать психотерапевтическую и другие гуманитарные практики с точки зрения методологических оснований.
- Умение анализировать консультативный процесс в терминах психотехнических единиц: «переживание – эмпатия», «сознавание – кларификация», «рефлексия – майевтика».
- Развитие навыков психотехнического мышления, т.е. умения в ситуации реального консультирования воплощать психологические и

философские идеи.

- Формирование профессионального мышления, профессионального сознания, грамотной профессиональной речи.

Г) Практические компетенции

- Умение создавать и поддерживать ситуацию профессиональной психологической помощи, профессионального диалога с клиентом (в отличие от непрофессионального, «житейского» разговора).

- Владение базовыми техниками индивидуальной психотерапии (эмпатия, понимание, майевтика, интерпретация), которые позволяют одновременно ориентироваться в текущем процессе работы клиента и содействовать этому процессу.

- Умение конвертировать (утилизировать) эмоциональные, аффективные состояния консультанта в терапевтический диалог.

- Умение анализировать свой и чужой профессиональный опыт консультирования и психотерапии.

Д) Социально-личностные компетенции

- Умение устанавливать терапевтический контакт.

- Развитие смыслового слуха и чувствительности к переживанию другого человека.

- Формирование профессиональных навыков познания себя как профессионала и человека как необходимой основы консультативной деятельности и как условия участия в супервизии.

Результатом личностной интеграции совокупности данных компетенций должно стать формирование способности к:

- применению на практике полученных знаний о методах консультативной и психотерапевтической работы,

- осознанию теоретических оснований своей практической психологической работы,

- рефлексии процесса и результата своей практической психологической работы, и учитыванию этих результатов в научно-исследовательской деятельности.

1.3. Трудоемкость и срок освоения программы

Программа повышения квалификации «Понимающая психотерапия. 1 ступень» рассчитана на 65 часов, в том числе 4 часа лекционных, 21 час семинарских и 40 часов практических занятий.

Текущий контроль успеваемости реализуется в ходе индивидуальных консультаций слушателей, проверки домашних заданий. Промежуточный контроль осуществляется в форме групповой дискуссии, контрольной работы.

Итоговая аттестация осуществляется в форме коллоквиума.

1.4. Категория слушателей и требования к уровню их подготовки

Программа предназначена для психологов-практиков, имеющих высшее психологическое образование.

1.5. Форма обучения.

Очная.

2 Документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации программы

2.1 Учебный план программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН «Понимающая психотерапия. 1 ступень» (программа повышения квалификации)

№ п/п	Наименование разделов (модулей), дисциплин и тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практические, семинарские занятия	
1.	Модуль 1. Базовые понятия и технологический алфавит.	38		38	Групповая дискуссия
1.1	Методологические основания понимающей психотерапии.	7	4	3	
1.2	Структура теории понимающей психотерапии.	5		5	
1.3	Психотехническая единица «переживание – эмпатия».	8		8	
1.4	Психотехническая единица «сознание – кларификация».	8		8	
1.5	Психотехническая единица «рефлексия – майевтика».	8		8	
1.6	Контрольная работа	2		2	
2	Модуль 2. Психотерапевтические гаммы.	25		25	Групповая дискуссия
2.1	Психотерапевтические гаммы.	5		5	
2.2	Супервизорский аудиопрактикум.	20		20	
4.	Итоговая аттестация	2		2	Коллоквиум
	Всего:	65			

2.2 ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Модуль 1. Базовые понятия и технологический алфавит.

Методологические основания понимающей психотерапии.

Методологическое обоснование понимающей психотерапии как психотехнической системы. История психотерапевтических упований. Переживание как главное упование понимающей психотерапии. Основные характеристики переживания в экзистенциально-гуманистическом подходе - холистичность, субъективность, органичность. Истоки понимающей психотерапии - отечественная традиция культурно-исторической психологии и экзистенциально-гуманистический подход зарубежной психотерапии.

Структура теории понимающей психотерапии.

Общий обзор основных понятий понимающей психотерапии. Специфика психотерапии с позиции теории переживания. Ключевые характеристики теории понимающей психотерапии. Категория переживания-деятельности. Типология уровней функционирования сознания: рефлексия, сознавание, непосредственное переживание, бессознательное. Уровни переживания и базовые психотехнические единицы.

Психотехническая единица «переживание – эмпатия».

Значение уровня переживания в психотерапевтической работе. Характеристики психотехнической единицы «переживание – эмпатия»: непосредственный предмет психотехнического внимания, контекст осмысления сознания и поведения клиента, отношение к субъективности клиента, преобразующий процесс, ролевая позиция психотерапевта.

Структура и варьирование эмпатических реплик. Функции оператора понимания, вариации персоны, хронотоп. Функции эмпатических реплик.

Критерии правильности эмпатических реплик.

Психотехническая единица «сознавание – кларификация».

Значение уровня сознавания в работе переживания. Характеристики психотехнической единицы «сознавание – кларификация»: непосредственный предмет психотехнического внимания, контекст осмысления сознания и поведения клиента, отношение к субъективности клиента, преобразующий процесс, ролевая позиция психотерапевта.

Структура и варьирование кларификационных (проясняющих) реплик - интеллектуальные и перцептивные вариации. Функции кларификационных (проясняющих) реплик. Критерии правильности кларификационных (проясняющих) реплик.

Психотехническая единица «рефлексия – майевтика».

Значение уровня рефлексии в работе переживания. Характеристики психотехнической единицы «рефлексия – майевтика»: непосредственный предмет психотехнического внимания, контекст осмысления сознания и поведения клиента, отношение к субъективности клиента, преобразующий процесс, ролевая позиция психотерапевта.

Структура и варьирование майевтических реплик (вариации персоны, модуса, модальности). Функции майевтических реплик. Отличия майевтики от психокоррекции, спора, ссоры. Критерии правильности майевтических реплик.

Модуль 2. Психотерапевтические гаммы

Психотерапевтические гаммы.

Сочетания психотехнических единиц в консультативном процессе. Варианты парных сочетаний. Психотерапевтические гаммы. Психотехническое исследование критериев выбора психотехнической

единицы – функция реплики, состояние клиента, состояние терапевта, состояние терапевтических отношений. «Дирижирование» психотехническими единицами.

Супервизорский аудиопрактикум.

Супервизорский аудиопрактикум посвящен работе с мини-консультациями, где проводится пофразовый скрупулезный анализ расшифрованных протоколов небольших этюдов психотерапевтической работы. Презентация своей психотерапевтической работы. Рефлексивное осмысление, анализ консультативного процесса, трудностей и преодоление их.

2.3 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Промежуточный контроль

Модуль 1. Контрольная работа

Инструкция: на реплику клиента напишите ответную реплику терапевта по формуле, указанной справа.		
№	Формула	Фраза терапевта
1	Эмпатия: Здесь-и-Теперь	
2	Эмпатия: Там-и-тогда, экспрессивная форма	
3	Эмпатия: Здесь-и-Теперь + Там-и-тогда, два разных субъекта	
4	Кларификация: Зум-крупный план.	
5	Кларификация: : обобщ. – абстракт. форма, персона - соц. роль или «псих. орган»	
6	Кларификация: Здесь-и-Теперь , акцент на действия субъекта.	
7	Майевтика: долженствование, сильный масштаб.	

8	Майевтика: позволение, сильный масштаб, другой субъект	
9	Аккорд: Майевтика +Эмпатия	
10	Свободный формат	

Модуль 2. Отчет о супервизии

Инструкция: после супервизии своей работы следует написать отчет, в котором осветить следующие темы:

- Переживания консультанта в ходе супервизии.
- Ценные идеи, родившиеся на супервизии, связанные с техникой психотерапии, проблемой терапевтических отношений, состояния терапевта и клиента, эффективности терапии, задачами личного профессионального развития и пр.

Итоговая аттестация

Итоговая аттестация проводится в форме зачета с учетом следующих факторов:

- 1) посещение занятий;
- 2) активность на занятиях (участие в дискуссиях и проблематизация);
- 3) выполнение домашних заданий;
- 4) успешность прохождения промежуточного контроля.

Зачет проходит в форме коллоквиума, на котором слушатели в свободной форме обсуждают темы курса. Факультативно возможна подготовка устных докладов, тематика которых должна быть связана с любой из тем, обсуждавшихся на занятиях 1 и 2 модулей курса.

Список рекомендуемой литературы

Модуль 1. Базовые понятия и технологический алфавит.

Основная литература:

1. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система. Автореферат на соискание ученой степени доктора психологических наук; Москва, 2007. (Электронная версия в метод. кабинете ПК)
2. Василюк Ф.Е. Структура и специфика теории понимающей психотерапии // Московский психотерапевтический журнал. 2008. №1, с. 3-14
3. Василюк Ф.Е. От психологической практики к психотехнической теории. Московский психотерапевтический журнал, 1992, N1, с. 15 — 32. (Электронная версия в метод. кабинете ПК)
4. Василюк Ф.Е. Уровни построения переживания и методы психологической помощи. - Вопросы психологии, 1988, N5. с.27-37. (Электронная версия в метод. кабинете ПК)
5. Василюк Ф.Е. Семиотика и техника эмпатии. – Вопросы психологии, 2007, №2 (Электронная версия в метод. кабинете ПК) С. 3-14.
6. Василюк Ф.Е. Кларификация как метод понимающей психотерапии. Понимающая психотерапия: теория, методология, исследования. М.: МГППУ; ПИ РАО, 2009. С. 198-225.
7. Василюк Ф.Е. Майевтика как базовый метод понимающей психотерапии // Вопросы психологии. 2008, №5. С. 31-43
8. Карягина Т.Д. Специфика эмпатии в процессе консультирования и психотерапии. Электронный ресурс: <http://pk.mgppu.ru/>
9. Роджерс К. Эмпатия. // Психология мотивации и эмоций (под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер и М. В. Фаликман). М.: ЧеРо, 2002. С. 428 — 430
10. Роджерс К., Мидор Б., Личностно-центрированная терапия // Журнал практической психологии и психоанализа, 2002, № 4. Электронный ресурс: <http://www.psyjournal.ru>

Дополнительная литература:

1. Василюк Ф.Е. Методологические исследования в психологии. М.: Смысл. 2003. .- 240с.
2. Выготский, Л. С. Исторический смысл психологического кризиса / Л. С. Выготский // Собр. соч.: в 6 т. Т. 1: Вопросы теории и истории психологии. – М.: Педагогика, 1982. – С. 291–436

3. Гулина М.А. Основы индивидуального психологического консультирования. СПб.: 2000. - 352 с
4. Джендлин Ю. Фокусирование: новый психотерапевтический метод работы. М.: Класс, 2000. - 448 с.
5. Роджерс, К. Искусство консультирования и Терапии / К. Роджерс. – М.: Апрель-Пресс; Изд-во Эксмо, 2002.

Модуль 2. Психотерапевтические гаммы.

Основная литература:

1. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия: опыт построения психотехнической системы // Гуманитарные исследования в психотерапии: труды по психотерапии и психологическому консультированию. М.: ПИ РАО; МГППУ, 2007, вып. 1, с. 159-203
2. Роджерс К. Клиентоцентрированный/ человекоцентрированный подход в психотерапии // Вопросы психологии. 2001, № 2 С.48 — 58

Дополнительная литература:

1. Василюк Ф. Е. Историко-методологический анализ психотерапевтических упований // Москов. психотер. журн.— 2007.— Юбилейный выпуск, 1992.— 2007.— С. 44 –70.
2. Мэй Р. Раненый целитель. Электронный ресурс: <http://psywings.narod.ru/Library/May.html>
3. Пузырей А.А. Психология. Психотехника. Психагогика. М.: Смысл, 2005. с. 67-187,262-299, 458-463.

Разработчики программы:

1. Василюк Ф.Е., д.пс.н, главный научный сотрудник Центра развития психологической службы образования ФГАУ «ФИРО»
2. Щукина Ю.В, доцент МГППУ
3. Гросицкая М.К., научный сотрудник Центра развития психологической службы образования ФГАУ «ФИРО»