

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Вятский государственный университет»  
(ВятГУ)  
г. Киров

Утверждаю  
Директор/Декан Утемов В. В.



Номер регистрации  
РПД\_3-37.03.01.03\_2018\_97719  
Актуализировано: 08.05.2021

**Рабочая программа дисциплины**  
**Основы индивидуальной и групповой психотерапии**

	наименование дисциплины
Квалификация выпускника	Бакалавр пр.
Направление подготовки	37.03.01 шифр
	Психология ПИ наименование
Направленность (профиль)	3-37.03.01.03 шифр
	Консультативная психология наименование
Формы обучения	Заочная, Очная наименование
Кафедра-разработчик	Кафедра психологии(ОРУ) наименование
Выпускающая кафедра	Кафедра психологии(ОРУ) наименование

## Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Бельтюкова Оксана Витальевна

---

ФИО

## Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины	Формирование у будущих психологов профессиональных компетенций к использованию методов индивидуальной и групповой психотерапии в профессиональной деятельности.
Задачи дисциплины	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование представлений о психотерапии и ее основных направлений</li> <li>- овладение принципами и содержанием стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии</li> <li>- овладение способами и приемами проведения индивидуальной и групповой психотерапии, психологической диагностики, прогнозирования изменений личности с использованием традиционных методов и технологий</li> </ul>

### Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

#### Компетенция ПК-3

Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий		
Знает	Умеет	Владеет
стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	применять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	навыками осуществления стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

**Структура дисциплины**  
**Тематический план**

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Шифр формируемых компетенций
1	Теоретические основы психотерапии	ПК-3
2	Психоаналитическое направление в психотерапии	ПК-3
3	Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии	ПК-3
4	Когнитивно-бихевиоральное направление в психотерапии	ПК-3
5	Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	ПК-3

**Формы промежуточной аттестации**

Зачет	Не предусмотрен (Очная форма обучения) Не предусмотрен (Заочная форма обучения)
Экзамен	8 семестр (Очная форма обучения) 9 семестр (Заочная форма обучения)
Курсовая работа	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)
Курсовой проект	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)

### Трудоемкость дисциплины

Форма обучения	Курсы	Семестры	Общий объем (трудоемкость)		Контактная работа, час	в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час				Самостоятельная работа, час	Курсовая работа (проект), семестр	Зачет, семестр	Экзамен, семестр
			Часов	ЗЕТ		Всего	Лекции	Семинарские, практические занятия	Лабораторные занятия				
Очная форма обучения	4	8	180	5	93.5	46	18	28	0	86.5			8
Заочная форма обучения	4, 5	8, 9	180	5	18.5	16	6	10	0	161.5			9

## Содержание дисциплины

### Очная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
<b>Раздел 1 «Теоретические основы психотерапии»</b>		<b>34.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л1.1	История становления психотерапии и ее современное состояние	4.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П1.1	Сущность психотерапевтического процесса	4.00
П1.2	Позиция психотерапевта и клиента	2.00
П1.3	Виды психотерапии (индивидуальная, групповая, семейная). Основные направления психотерапии	2.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С1.1	Представить в виде таблицы сравнительный анализ медицинской и не медицинской моделей психотерапии	4.00
С1.2	Провести обзор современных психотерапевтических школ и направлений	4.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа	14.00
<b>Раздел 2 «Психоаналитическое направление в психотерапии»</b>		<b>35.50</b>
<b>Лекции</b>		
Л2.1	Психоаналитическое направление в психотерапии	4.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П2.1	Классический психоанализ З. Фрейда	2.00
П2.2	Индивидуальная психотерапия А. Адлера	2.00
П2.3	Глубинная психотерапия К. Юнга	2.00
П2.4	Современные психоаналитические направления психотерапии	1.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С2.1	Подготовить мультимедийную презентацию "Психоаналитическое направление в психотерапии: история и осовремененное состояние"	4.00
С2.2	Провести сравнительный анализ процедур классического психоанализа, психоанализа А.Адлера и К.Юнга	6.00
С2.3	Провести анализ первого детского воспоминания по А. Адлеру	4.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	10.50
<b>Раздел 3 «Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии»</b>		<b>37.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л3.1	Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии	4.00

ЛЗ.2	Гештальттерапия	2.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
ПЗ.1	Базовые техники гештальт-терапии	2.00
ПЗ.2	Клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса	1.00
ПЗ.3	Экзистенциальная психотерапия Дж. Бьюджентала	1.00
ПЗ.4	Базовые техники логотерапии В. Франкла и психодраммы	1.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
СЗ.1	Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии	2.00
СЗ.2	Сделать аннотированную подборку техник гештальт-терапии	6.00
СЗ.3	Подготовить презентацию техник клиент-центрированной терапии	3.00
СЗ.4	Подготовить презентацию техник психодрамы	4.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВРЗ.1	Контактная внеаудиторная работа	11.00
<b>Раздел 4 «Когнитивно-бихевиоральное направление в психотерапии»</b>		<b>46.50</b>
<b>Лекции</b>		
Л4.1	Когнитивно-поведенческая терапия: теоретические основы, факторы невроза и фрустрации, цели терапии	4.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П4.1	Бихевиоральная психотерапия	2.00
П4.2	Когнитивная психотерапия А. Бека	2.00
П4.3	Терапия реальностью У. Глассера	2.00
П4.4	Трансактный анализ Э. Берна	2.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С4.1	Когнитивно-бихевиоральное направление в психотерапии	9.00
С4.2	Разработать схему применения техники систематической десенсибилизации для работы со страхами (по выбору)	8.00
С4.3	Техники когнитивной терапии	4.00
С4.4	Провести анализ жизненного сценария по Э. Берну	4.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР4.1	Контактная внеаудиторная работа	9.50
<b>Раздел 5 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b>		<b>27.00</b>
Э5.1	Подготовка к сдаче экзамена	24.50
КВР5.1	Консультация перед экзаменом	2.00
КВР5.2	Сдача экзамена	0.50
<b>ИТОГО</b>		<b>180.00</b>

#### Заочная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических
-------------	--------------------------	-----------------------------

		часов
<b>Раздел 1 «Теоретические основы психотерапии»</b>		<b>38.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л1.1	История становления психотерапии и ее современное состояние	2.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П1.1	Сущность психотерапевтического процесса	
П1.2	Позиция психотерапевта и клиента	
П1.3	Виды психотерапии (индивидуальная, групповая, семейная). Основные направления психотерапии	
<b>Самостоятельная работа</b>		
С1.1	Представить в виде таблицы сравнительный анализ медицинской и не медицинской моделей психотерапии	20.00
С1.2	Провести обзор современных психотерапевтических школ и направлений	16.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа	
<b>Раздел 2 «Психоаналитическое направление в психотерапии»</b>		<b>48.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л2.1	Психоаналитическое направление в психотерапии	2.00
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П2.1	Классический психоанализ З. Фрейда	
П2.2	Индивидуальная психотерапия А. Адлера	
П2.3	Глубинная психотерапия К. Юнга	
П2.4	Современные психоаналитические направления психотерапии	2.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С2.1	Подготовить мультимедийную презентацию "Психоаналитическое направление в психотерапии: история и современное состояние"	10.00
С2.2	Провести сравнительный анализ процедур классического психоанализа, психоанализа А.Адлера и К.Юнга	16.00
С2.3	Провести анализ первого детского воспоминания по А. Адлеру	18.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	
<b>Раздел 3 «Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии»</b>		<b>42.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л3.1	Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии	2.00
Л3.2	Гештальттерапия	
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П3.1	Базовые техники гештальт-терапии	2.00
П3.2	Клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса	2.00
П3.3	Экзистенциальная психотерапия Дж. Бьюджентала	
П3.4	Базовые техники логотерапии В. Франкла и	

	психодраммы	
<b>Самостоятельная работа</b>		
С3.1	Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии	18.00
С3.2	Сделать аннотированную подборку техник гештальт-терапии	6.00
С3.3	Подготовить презентацию техник клиент-центрированной терапии	6.00
С3.4	Подготовить презентацию техник психодрамы	6.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР3.1	Контактная внеаудиторная работа	
<b>Раздел 4 «Когнитивно-бихевиоральное направление в психотерапии»</b>		<b>43.00</b>
<b>Лекции</b>		
Л4.1	Когнитивно-поведенческая терапия: теоретические основы, факторы невроза и фрустрации, цели терапии	
<b>Семинары, практические занятия</b>		
П4.1	Бихевиоральная психотерапия	2.00
П4.2	Когнитивная психотерапия А. Бека	
П4.3	Терапия реальностью У. Глассера	
П4.4	Трансактный анализ Э. Берна	2.00
<b>Самостоятельная работа</b>		
С4.1	Когнитивно-бихевиоральное направление в психотерапии	16.00
С4.2	Разработать схему применения техники систематической десенсибилизации для работы со страхами (по выбору)	11.00
С4.3	Техники когнитивной терапии	6.00
С4.4	Провести анализ жизненного сценария по Э. Берну	6.00
<b>Контактная внеаудиторная работа</b>		
КВР4.1	Контактная внеаудиторная работа	
<b>Раздел 5 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»</b>		<b>9.00</b>
Э5.1	Подготовка к сдаче экзамена	6.50
КВР5.1	Консультация перед экзаменом	2.00
КВР5.2	Сдача экзамена	0.50
<b>ИТОГО</b>		<b>180.00</b>

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).

## **Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся знакомятся на официальном сайте университета [www.vyatsu.ru](http://www.vyatsu.ru).

## **Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине**

### **Учебная литература (основная)**

- 1) Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2002. - 652 с. - (Золотой фонд психотерапии). - 143.54 р. - Текст : непосредственный.
- 2) Старшенбаум, Г. В. Психотерапия в группе / Г.В. Старшенбаум. - Москва : Издательство института психотерапии, 2005. - 298 с. - ISBN 5-89939-122-7 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=69871/> (дата обращения: 03.03.2021). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.
- 3) Старшенбаум, Г. В. Психосоматика и психотерапия: исцеление души и тела / Г.В. Старшенбаум. - Москва : Издательство института психотерапии, 2005. - 341 с. - ISBN 5-89939-125-1 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=65014/> (дата обращения: 03.03.2021). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

### **Учебная литература (дополнительная)**

- 4) Адлер, Альфред Практика и теория индивидуальной психологии : лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей / А. Адлер. - М. : Изд-во Ин-та Психотерапии, 2002. - 213 с. - (Золотой фонд психотерапии). - ISBN 5-89939-066-2 : 96.18 р. - Текст : непосредственный.
- 5) Игумнов, Сергей Александрович. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков / С. А. Игумнов. - М. : Изд-во ин-та психотерапии, 2000. - 112 с. - (Золотой фонд психотерапии). - Библиогр.: с. 107-108. - ISBN 5-89939-016-6 : 25.71 р. - Текст : непосредственный.
- 1) Игровая семейная психотерапия / [пер. с англ. А. И. Копытина] ; под ред. Ч. Шефера, Л. Кэри. - СПб. : Питер, 2001. - 384 с. - (Практикум по психотерапии). - ISBN 5-272-00256-3 : 67.40 р. - Текст : непосредственный.
- 2) Франкл, В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия / В. Э. Франкл. - СПб. : Речь, 2000. - 286 с. - (Мастерская психологии и психотерапии). - ISBN 5-9268-0005-6 : 64.00 р. - Текст : непосредственный.
- 3) Краткосрочная позитивная психотерапия / [пер. с англ. Л. Б. Лариной] ; Т. Ахола, Б. Фурман, А. М. Ялов. - СПб. : Речь, 2000. - 220 с. - (Психотерапия на практике). - Библиогр.: с. 218. - ISBN 5-9268-0025-0 : 61.20 р. - Текст : непосредственный.
- 6) Романин, Андрей Николаевич. Основы психотерапии : учеб. пособие для вузов / А. Н. Романин. - М. : Академия, 1999. - 207 с. - (Высшее образование). - ISBN 5-7695-0418-8 : 56.30 р. - Текст : непосредственный.

## Учебно-наглядное пособие

1) Цветкова, Наталия Викторовна. Основы психотерапии : учеб. пособие для псих. фак. спец. 050716.65 Спец. психология и направление подготовки 050700.62 Спец. (дефектол.) образование / Н. В. Цветкова. - Киров : Изд-во ВятГГУ, 2012. - 168 с. - Библиогр. в конце глав. - ISBN 978-5-456-00129-0 : 150.00 р., 150.00 р. - Текст : непосредственный.

2) Основы психотерапии : учебно-методический комплекс / Роман Козьяков. - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 126 с. - ISBN 978-5-4458-3444-1 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210551/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

## Электронные образовательные ресурсы

1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>

2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: [https://www.vyatsu.ru/php/programs/eduPrograms.php?Program\\_ID=3-37.03.01.03](https://www.vyatsu.ru/php/programs/eduPrograms.php?Program_ID=3-37.03.01.03)

3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>

4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

## Электронные библиотечные системы (ЭБС)

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» ([www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru))
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ (<http://lib.vyatsu.ru/>)
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

## Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)

## Материально-техническое обеспечение дисциплины

### Демонстрационное оборудование

Перечень используемого оборудования
Мультимедиа-проектор Epson EB-X72
НОУТБУК HP 255 (HD) 15,6"

### Учебно-наглядное пособие

Перечень используемого оборудования
АППАРАТУРНАЯ МЕТОДИКА "АРКА"

**Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)**

№ п.п	Наименование ПО	Краткая характеристика назначения ПО
1	Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»	Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертация и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO
2	Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP	Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами
3	Office Professional Plus 2016	Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями
4	Windows Professional	Операционная система
5	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	Антивирусное программное обеспечение
6	Справочная правовая система «Консультант Плюс»	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
7	Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
8	Security Essentials (Защитник Windows)	Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.
9	МойОфис Стандартный	Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах
10	2017 ПО "Ко-терапевтическая компьютерная система "Келли-98"	Специализированное лицензионное ПО
11	2017 ПО "Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС)"	Специализированное лицензионное ПО

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:  
[https://www.vyatsu.ru/php/list\\_it/index.php?op\\_id=97719](https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=97719)