

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Кислова Наталья Николаевна  
Должность: Проректор по УМР и качеству образования  
Дата подписания: 28.04.2019  
Уникальный программный ключ:  
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

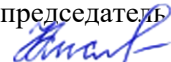
**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования**

**«Самарский государственный социально-педагогический университет»**

**Кафедра общей и социальной психологии**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УМР и КО,  
председатель УМС СГСПУ  
 Н.Н. Кислова

## **Основы психотехнологий**

### **рабочая программа дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой **Общей и социальной психологии**

Учебный план ФПСО-618СПз(5г)АБ.plx  
Психология

С изменениями:  
протокол №4 от 30.11.2018

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72  
в том числе:  
аудиторные занятия 8  
самостоятельная работа 60  
часов на контроль 4

Виды контроля в семестрах:  
зачеты 7

#### **Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	7(4.1)		Итого	
	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	2	2	2	2
Семинарские занятия	6	6	6	6
В том числе инт.	2	2	2	2
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

*А.И. Белкин, Н.В Наумова*

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

**Основы психотехнологий**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 07.08.2014 г. № 946)

составлена на основании учебного плана:

Психология

С изменениями:

протокол №4 от 30.11.2018

утвержденного учёным советом вуза от 29.08.2017 протокол № 1.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Общей и социальной психологии**

Протокол от 28.08.2018 г. № 1

Зав. кафедрой Акопов Г.В.

Начальник УОП

\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_ Н.А. Доманина

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Основная цель курса – знакомство обучающихся с типологией характеров, механизмами адаптации здоровой личности, с функционированием механизмов адаптации в случаях психологической патологии; изучение основных механизмов сознательной и бессознательной коммуникации.

Основными задачами курса являются:

- ознакомление обучающихся с основными направлениями развития психотехнологий;
- овладение понятийным аппаратом, описывающим механизмы функционирования здоровой и нездоровой личности;
- приобретение опыта в осуществлении реконструкции личности через самопознание;
- приобретение опыта учета индивидуально-психологических и личностных особенностей людей, стилей их общения в профессиональной деятельности и межличностном общении;
- усвоение теоретических основ психотехнологий;
- ознакомление с методами и методикой психологической коррекции и психотерапии;
- усвоение методов работы с клиентом

Область профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает решение профессиональных задач в сфере образования, здравоохранения, культуры, спорта, обороноспособности страны, юриспруденции, управления, социальной помощи населению.

Объектами профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, являются: психические процессы, свойства и состояния человека, их проявления в различных областях человеческой деятельности, в межличностных и социальных взаимодействиях на уровне индивида, группы, сообщества, а также способы и формы их организации, изменения, воздействия.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.В

### 2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Содержание дисциплины базируется на материале:

Философия

### 2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Подготовка к процедуре защиты и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Производственная практика (преддипломная практика)

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### ПК-1 способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности

**Знать:** необходимые требования, предъявляемые к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе

**Уметь:** разбираться в специфике подходов различных практикоориентированных психологических школ

**Владеть:** навыками проведения индивидуальной и групповой сессии

### ПК-3 способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

**Знать:** специфику в осуществлении стандартных базовых процедур оказания инди-виду, группе и организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий

**Уметь:** создавать эмпатийную поддержку и сопровождение в клиент-центрированном подходе с визави

**Владеть:** навыками оперирования основными механизмами и техниками психологи-ческого воздействия основные механизмы и техники психологического воз-действия

### ПК-14 способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп

<b>Знать:</b> основную базу психологических приёмов и технологий, ориентированных на личностный рост и охрану здоровья людей и групп
<b>Уметь:</b> подбирать техники психотерапии в соответствии с запросом самого инди-вида, группы людей или их руководителя
<b>Владеть:</b> навыками использования техник и приёмов с целью социализации, адаптации и профессионального совершенства личности

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

**Знать:** необходимые требования, предъявляемые к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе; Специфику в осуществлении стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе и организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий; Основную базу психологических приёмов и технологий, ориентированных на личностный рост и охрану здоровья людей и групп

**Уметь:** разбираться в специфике подходов различных практикоориентированных психологических школ; Создавать эмпатийную поддержку и сопровождение в клиент-центрированном подходе с визави; Подбирать техники психотерапии в соответствии с запросом самого инди-вида, группы людей или их руководителя

**Владеть:** навыками проведения индивидуальной и групповой сессии; Навыками оперирования основными механизмами и техниками психологического воздействия основные механизмы и техники психологического воздействия; Навыками использования техник и приёмов с целью социализации, адаптации и профессионального совершенства личности

<b>4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>				
<b>Код занятия</b>	<b>Наименование разделов и тем /вид занятия/</b>	<b>Семестр / Курс</b>	<b>Часов</b>	<b>Интеракт.</b>
	<b>Раздел 1.</b>			
1.1	Психотехнологии как научная и учебная дисциплина, ее предмет и задачи /Лек/	7	0,25	0
1.2	Психотехнологии как научная и учебная дисциплина, ее предмет и задачи /Сем зан/	7	0	0
1.3	Психотехнологии как научная и учебная дисциплина, ее предмет и задачи /Ср/	7	0	0
1.4	Основные задачи и цели психотерапии /Лек/	7	0,25	0
1.5	Основные задачи и цели психотерапии /Сем зан/	7	1	1
1.6	Основные задачи и цели психотерапии /Ср/	7	6	0
1.7	Суггестивные и ауто-суггестивные техники – общая характеристика /Лек/	7	0,25	0
1.8	Суггестивные и ауто-суггестивные техники – общая характеристика /Сем зан/	7	1	1

1.9	Суггестивные и аутосуггестивные техники – общая характеристика /Ср/	7	6	0
1.10	Концептуальные основы психоанализа и неотрейдизма /Лек/	7	0,25	0
1.11	Концептуальные основы психоанализа и неотрейдизма /Сем зан/	7	0,5	0
1.12	Концептуальные основы психоанализа и неотрейдизма /Ср/	7	6	0
1.13	Психодрама /Лек/	7	0,25	0
1.14	Психодрама /Сем зан/	7	0,5	0
1.15	Психодрама /Ср/	7	6	0
1.16	Концептуальные основы гештальт-терапии /Лек/	7	0,25	0
1.17	Концептуальные основы гештальт-терапии /Сем зан/	7	0,5	0
1.18	Концептуальные основы гештальт-терапии /Ср/	7	6	0
1.19	Телесноориентированная терапия /Лек/	7	0,25	0
1.20	Телесноориентированная терапия /Сем зан/	7	0,5	0
1.21	Телесноориентированная терапия /Ср/	7	6	0
1.22	Клиент-центрированный подход в психокоррекционной работе /Лек/	7	0,25	0
1.23	Клиент-центрированный подход в психокоррекционной работе /Сем зан/	7	0,5	0
1.24	Клиент-центрированный подход в психокоррекционной работе /Ср/	7	6	0
1.25	Техники НЛП /Лек/	7	0	0
1.26	Техники НЛП /Сем зан/	7	0,5	0
1.27	Техники НЛП /Ср/	7	6	0
1.28	Арт-терапия /Сем зан/	7	0,5	0
1.29	Арт-терапия /Ср/	7	6	0
1.30	Семейная психотерапия /Сем зан/	7	0,5	0
1.31	Семейная психотерапия /Ср/	7	6	0

## 5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

### 5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

Тема 1. Общее представление о психотехнологиях. Основные модели оказания психотерапевтической помощи  
Общее представление о психотехнологиях. Предсказуемость психотехнического воздействия. Теоретические основы психотехнологий. Психокоррекция. Психотерапия. Методы психологической коррекции. Место психотехнологий в системе методов психологического воздействия. Четыре модели психотерапии: медицинская – историческая психологическая; философская.

Тема 2. Основные задачи и цели психотерапии. Психотерапевтическое пространство. Сеттинг  
Цели, задачи психотерапии. Классификация по базисным уровням воздействия. Психотерапевтическое пространство. Сеттинг. Психотехнический миф и его функции. Создание психотехнического мифа. Правила конструирования психотехник с учетом психотехнического мифа. Появление психотехнических мифов. Индивидуальная реальность клиента. Необходимость создания психотехнических мифов. Создание психотехник с использованием психотехнических мифов.

Тема 3. Суггестивные и аутосуггестивные техники – общая характеристика  
Релаксация по Джейкобсону. Аутогенная тренировка по Шульцу. Медитации и их применение в практической работе. История возникновения суггестивных и аутосуггестивных техник. Преимущества и недостатки аутогенной тренировки. Медитативные техники при работе с клиентами. Использование метафор при конструировании медитативных техник. Символика техник медитаций-визуализаций. Проведение медитаций-визуализаций. Направленные медитации по Саймонтоу. Применение направленных медитаций для работы с психосоматическими симптомами и поведенческими нарушениями. Транс и медитация: сходства и различия.

Тема 4. Концептуальные основы психоанализа и неотрейдизма  
История развития мирового и российского психоанализа. Стадии психосексуального развития. Влечение к смерти и влечение к жизни. Коррекционное воздействие в рамках классического психоанализа. Бессознательная проблематика. Уровни бессознательного. Понятие «невроз». Психологические защиты как механизмы адаптации к среде и поддержания патологии. Концепция психологических защит в работах З.Фрейда. Феноменология психологических защит в структуре личности клиента. Основные характеристики проявлений защит клиентов в процессе коррекционной работы. Структура личности. Аналитическая индивидуальная психология А.Адлера.

Тема 5. Психодрама  
Якоб, Леви и Морено как основоположники психодрамы. Работа со сновидениями: сон и антисон. Понятие психодрамы. Компоненты психодрамы. Ролевая игра и психодрама. Спонтанность, катарсис и инсайт и психодрама. Фазы развития психодрамы (постепенное раскрепощение двигательной активности участников, стимуляция спонтанных поведенческих реакций, фокусировка членов группы на конкретной теме). Методика проведения психодрамы. Техники, используемые в психодраме (монолог, двойник, обмен ролями и пр.). Драматизация. Психодрама. Семейная психодрама. Расстановки.

#### Тема 6. Концептуальные основы гештальт-терапии

Основные понятия гештальта. Отношения «фигура – фон». Личностный рост как процесс расширения зон осознания (здесь и сейчас). Зоны сознания: внутренняя, внешняя, средняя. Формирование невроза как фиксация на средней зоне. Работа с мечтами и фантазиями. Интеграция противоположностей. Функции защит как механизмы нарушения процесса саморегуляции: проекция, интроекция, ретрофлексия, дефлексия, конфлуенция. Принятие ответственности на себя. Зрелость. Понятие «незаконченное дело» как центральное в гештальттерапии. Уровни невроза: уровень фальшивых отношений, фобический уровень, уровень тупика и отчаяния, имплозия, эксплозия. Цели коррекции. Позиция психолога. Требования и ожидания от клиента. Техники.

#### Тема 7. Телесноориентированная терапия

Цели коррекции. Позиция психолога. Требования и ожидания от клиента. Техники. Структура личности по Р. Ассаджиоли. Понятие «субличность». Проявление субличностей. Выявление субличностей. Драматизация и рисование при работе с субличностями. Техники отождествления и разотождествления. Q-сортировка. Понятие телесноориентированной психотерапии. Значение телесно-ориентированной психотерапии в коррекции дыхания и мышечных «зажимов». Основные понятия телесноориентированной психотерапии и их характеристика. Цели телесноориентированной психотерапии. Основные принципы телесно-ориентированной психотерапии. История применения методов телесноориентированной психотерапии в устранении различных психологических проблем, связанных с эмоциональными расстройствами и в коррекции страхов. Формы и приемы телесноориентированной психотерапии. Метод Ф. Александера и его характеристика.

#### Тема 8. Клиент-центрированный подход в психокоррекционной работе

История развития метода клиент-центрированной психокоррекции. Показания и противопоказания к применению метода. Механизмы клиент-центрированной коррекции. Основные понятия клиент-центрированной психокоррекции. Техники психокоррекционной работы в данном направлении. Современное состояние и тенденции развития клиент-центрированной психокоррекции.

#### Тема 9. Техники НЛП

Определение «нейро-лингвистического программирования». Четыре модальности: зрительные сигналы. Репрезентативные системы: аудиалы, визуалы, кинестетики и дигиталы. Вербальное, невербальное и праввербальное сообщение. Фильтры восприятия. Картина мира, способы ее изменения. Присоединение. Ведение. Якорение. Установка якорей для разных модальностей. Ресурные круги.

#### Тема 10. Арт-терапия

Исцеляющее искусство. Использование рисунка для отреагирования негативных эмоций. Использование рисунка при психосоматических заболеваниях. Боди-арт для повышения уровня социальности. Рисуночные техники для работы с зависимостями.

#### Тема 11. Семейная психотерапия

Основоположники семейной терапии. Семья как объект психокоррекционного воздействия. Психокоррекционные направления в работе с семьей. Методики коррекции детско-родительских отношений.

### 5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

#### 5.3. Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

#### 5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Бально-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC

- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite

- GIMP

- Microsoft Office 2016 Professional Plus (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher)
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Skype for Business, OneDrive, SharePoint Online)
- Microsoft Windows 10 Education
- Microsoft Windows 7/8.1 Professional
- XnView
- Архиватор 7-Zip
- Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»
<b>6.3 Перечень информационных справочных систем</b>
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Информационно-образовательная программа «Росметод»
- СПС «ГАРАНТ-Аналитик»
- СПС «Консультант-Плюс»

#### **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. Оснащенность: Комплект учебной мебели, меловая доска, ноутбук, переносное проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран на треноге), портативное звукоусиливающее оборудование. Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, читальный зал. Оснащенность: комплект мебели, ПК-4 шт.
-----	--

#### **8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Методические рекомендации для студентов. Для того чтобы изучение дисциплины «риторика» было успешным, вы должны ознакомиться с программой курса, списком литературы, с теми требованиями, которые будут предъявляться вам по ходу изучения дисциплины, при текущем и промежуточном контроле. В начале семестра рекомендуется выяснить, какие виды работ предусмотрены, каковы формы текущего и итогового контроля, какие темы вынесены на самостоятельное изучение; ознакомиться с заданиями контрольных работ. Это позволит вам определить, какой материал является наиболее важным в той или иной теме, какие знания вы должны получить, какими умениями и навыками овладеть, и в конечном итоге так организовать свою работу, чтобы она привела к желаемому результату. Для успешного овладения теоретическим материалом рекомендуется во время лекции быть предельно внимательным и активным. По ходу лекции или после нее следует отразить материал в виде ментальной карты, а также проработать содержание материала на предмет освоения новых терминов.