

# БАЗОВЫЕ ТЕОРИИ И МЕТОДЫ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

## 1. Цель освоения дисциплины

Формирование компетенций у будущих специалистов, позволяющих им системно решать профессиональные задачи по оказанию индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных психотерапевтических методов и психотехнологий.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Базовые теории и методы психотерапевтической помощи» относится к базовой части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Базовые теории и методы психотерапевтической помощи» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности», «Методика и технология работы социального педагога», «Педагогика девиантного поведения», «Психология девиантного поведения», «Психология конфликта», «Социальная педагогика», «Технологии психологической помощи в экстремальных ситуациях», «Философия», «Кейс менеджмент», «Система профессиональной деятельности специалиста-девиантолога», «Супервизия в профилактике девиантного поведения».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплины «Социально-педагогическая виктимология».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий (УК-1);
- способен взаимодействовать с различными категориями несовершеннолетних, в том числе в сложных социально-педагогических ситуациях; осуществлять контроль кризисных ситуаций, предупреждение и конструктивное разрешение конфликтов; оказывать помощь в разрешении межличностных конфликтов (ОПК-6).

**В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

### *знать*

- понятия психотерапии, ведущие современные направления оказания психотерапевтической помощи;
- цели, задачи, принципы, приемы оказания психотерапевтической помощи в индивидуальном и групповом контексте с точки зрения различных психотерапевтических направлений;

### *уметь*

- использовать систему психотерапевтических категорий и знания о методах психотерапевтического воздействия в различных областях профессиональной практики;
- взаимодействовать с различными категориями несовершеннолетних, в том числе в сложных социально-педагогических ситуациях;

### *владеть*

- общими принципами организации и осуществления психотерапевтического воздействия в профессиональной практике;

– основными традиционными методами, приемами и техниками психокоррекционной и психотерапевтической работы с различными категориями несовершеннолетних.

#### **4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение**

количество зачётных единиц – 4,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 144 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 26 ч., СРС – 109 ч.),

распределение по семестрам – 5 курс, лето, 6 курс, зима,

форма и место отчётности – экзамен (5 курс, лето), экзамен (6 курс, зима).

#### **5. Краткое содержание дисциплины**

Психотерапия. Ее виды, цели, задачи и основные направления..

Понятие психотерапии в контексте психологического знания. Медицинская и психологическая модели психотерапии. Отличия между психотерапией и психокоррекцией. Виды психотерапии по форме организации, по характеру направленности воздействий, по характеру управления воздействием, по содержанию, по продолжительности. Требования, предъявляемые к специалисту, осуществляющему психотерапевтические и психокоррекционные мероприятия. Психоанализ как особое направление в психотерапии. Классический психоанализ. Современный психоанализ. Бихевиоральное направление в психологии и психотерапии. Когнитивное и когнитивно-бихевиоральное направление в психотерапии. Когнитивно-поведенческая психотерапия. Гуманистическое направление в психотерапии. Теория и практика клиент-центрированной психотерапии. Гештальттерапия. Транзактный анализ как психотерапевтическое направление. Экзистенциальный подход в психотерапии. Телесно-ориентированная психотерапия. Принципы психотерапии. Интегративный характер психотерапии. Особенности использования психологической информации для организации психотерапевтической помощи. Взаимосвязь психодиагностики и психотерапии. Организация и проведение индивидуальной и групповой психотерапии. Супервизия и интервизия в психотерапии. Эффективность психотерапии.

Основные базовые методы психотерапевтической помощи..

Психоаналитическое направление: работа над осознанием неосознаваемого (мотивов фиксации защитных механизмов, способов поведения) и принятие клиентом адекватной и реалистической интерпретации; работа с клиентом по усилению его «Его» для построения более реалистичного поведения. Аналитическая индивидуальная психотерапия А. Адлера. Цели психотерапии по А. Адлеру: снижение чувства неполноценности; развитие социального интереса (просоциальной направленности); коррекция целей и мотивов с перспективой изменения стиля жизни. Клиент-центрированный подход К. Роджерса: методы и приемы. Направления когнитивного подхода: когнитивно-аналитическое, когнитивно-поведенческое. Цели когнитивной психотерапии: исправления ошибочной переработки информации; помощь клиентам в изменении убеждений, которые поддерживают неадаптивное поведение и неадаптивные эмоции. Методы когнитивно-поведенческой терапии. Гештальттерапия Ф. Перлза: базовые методы и приемы работы с механизмами нарушения процесса саморегуляции(интроекция; проекция; ретрофлексия; дефлексия; конфлуенция (слияние)). Основные направления в арттерапии. Цели, задачи и показания к арттерапии. Формы организации арттерапии. Методы и приемы психодрамы и символдрамы в работе с детьми. Использование сказкотерапии, психогимнастики и методов телесноориентированной терапии в работе с различными категориями несовершеннолетних. Методы тренинговой работы и игровой терапии в развитии эмоционально-личностной сферы ребенка и подростка. Использование ролевых и коммуникативных игр в развитии коммуникативной сферы человека. Методы и приемы психотерапии детских страхов. Основные направления психокоррекционной работы с тревожным ребенком. Нарушения

поведения в детском и подростковом возрасте, их профилактика и психотерапия.

## **6. Разработчик**

Бобрышева Инна Владимировна, канд. пед. наук, доцент кафедры психологии профессиональной деятельности ФГБОУ ВО «ВГСПУ».