|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Название специализированного модуля по выбору студентов | **Техники краткосрочной терапии в работе психолога**  |
| 2.  | Специальность (направление специальности, специализация) | 1- 23 01 04 Психология |
| 3. | Курс обучения | 5 курс, заочное отделение; |
| 4. | Семестр обучения | 9 семестр; |
| 5. | Количество кредитов |  |
| 6. | Фамилия, имя, отчество, ученая степень, звание, должность преподавателя | Черепанов Олег Анатольевич, старший преподаватель кафедры психологии и коррекционной работы |
| 7. | Цели учебной дисциплины | ***Цель учебного курса:*** углубить представление о структуре психотерапевтического процесса, общих факторах лечебного воздействия психотерапии и ее краткосрочных формах, как наиболее экономичных и адекватных для использования в консультативной практике психолога. |
| 8. | Пререквизиты | Теория и практика психологической помощи, Семейная психотерапия |
| 9. | Краткое содержание дисциплины по выбору | **Общие вопросы психотерапии. Формы и методы психотерапии.**Определение психотерапии. Основные направления и формы психотерапии. Общие элементы психотерапии: общие элементы психотерапевтического процесса и общие элементы психотерапевтических интервенций. Классификация методов психотерапии. Краткосрочные методы психотерапии в консультативной практике психолога.Оценка эффективности психотерапевтических воздействий. Портрет эффективного психотерапевта. «Трудные» клиенты и работа с ними.**Эриксоновская психотерапия**Особенности Эриксоновского подхода: использование многоуровневой речи, утилизация, депатологизация проблем пациента, косвенное воздействие. Стадии гипнотического транса. Прямые, косвенные и открытые внушения. Основные стратегии работы. Ресурсные техники Сопровождение в приятное воспоминание. Использование метафор. Двойная и тройная спирали. Техники управляемой визуализации. Прямые, непрямые и парадоксальные предписания поведения.**Базовые навыки десенсибилизации и переработки движениями глаз.** Теоретические основы и общие принципы ДПДГ-психотерапии. Краткая версия метода (техника ДДГ). Основные стадии стандартной процедуры ДПДГ. Работа с отдельными негативными воспоминаниями. Дополнительные приѐмы для обеспечения безопасности пациента. Применение стимулирующих стратегий при заблокированной переработке дисфункционального материала. Особенности работы при отреагировании. ДПДГ в работе с острыми психотравмами и отдалѐнными травматическими событиями. ДПДГ и дети. Терапия изолированных и социальных фобий. Работа с острым горем (синдромом утраты). ДПДГ в коррекции тревожных состояний. Работа с травмами насилия и супружеской неверностью. Использование ДПДГ при сексуальных проблемах. Сочетанное применение ДПДГ и приѐмов эриксоновской терапии.**История когнитивно-бихевиоральной терапии**. **Наблюдение и протоколирование поведения**.Когнитивно-бихевиоральная терапия: терминология, определения. БТ и КТ: общие черты. Этапы развития КБТ. Иван Петрович Павлов, Эдвард Торндайк, Джон Уотсон, Беррес Скиннер. "Первая волна": Джозеф Вольпе, Арнольд Лазарус, Стэнли Рахман и др. "Вторая волна": Альберт Эллис, Аарон Бек. "Третья волна": новое поколение методов КБТ.Поведенческий ассессмент. Определение целевого поведения. Определение логистики протоколирования. Выбор метода протоколирования. Непрерывное протоколирование. Протоколирование результатов. Интервальное протоколирование. Периодическое протоколирование. Выбор инструмента протоколирования. Реактивность. Надѐжность наблюдения.**Методы управления тревогой.** Оперантные и респондентные компоненты страха. Релаксационный тренинг. Диафрагмальное дыхание. Упражнения по фокусировке внимания. Биологическая обратная связь. Поведенческий релаксационный тренинг. Прогрессивная релаксация. Десенсибилизация. Систематическая десенсибилизация: 3 этапа. Десенсибилизация in vivo. Контактная десенсибилизация. Десенсибилизация с моделированием. Эмотивное воображение. Ролевая игра. Иммерсионные методы. Наводнение. Имплозия. Парадоксальная интенция.**Альберт Эллис: рационально - эмотивно - поведенческая терапия. Аарон Бек: когнитивная психотерапия.**Теория РЭТ. Фундаментальные и первичные цели. Холодные, тѐплые и горячие когниции. Схема ABC. Этапы проведения РЭТ. Идентификация установок. Когнитивный, образный и поведенческий диспут.Когнитивная психотерапия. Автоматические мысли. Систематические когнитивные ошибки. Фиксация когнитивных ошибок. Декатастрофизация. Реатрибуция. Децентрация. Переформулирование и фиксация рациональных решений. Имажинация. Техника учѐта проявлений активности. Техника мастерства и удовольствия. |
| 10. | Рекомендуемая литература | 1. Айви, А. Е. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники / А. Е. Айви, М. Б. Айви, Л. М. Саймен-Даунинг. – Москва : Практическое руководство, 1999. – 487 с.
2. Айсина, Р. М. Индивидуальное психологическое консультирование: основы теории и практики: учебное пособие / Р. М. Айсина. – Москва : Риор Инфра-М, 2015. – 146 с.
3. Беккио Ж. Гипноз 21 века / Ж. Беккио Ж., Э. Росси – Москва : Нез. Фирма «Класс», 2003. – 272 с.
4. Варламова, Е. Н. Техника краткосрочной терапии в работе психолога: учебно-методические материалы / Е. Н. Варламова. – Могилев : Могилевский гос. ун-т, 2018. – 45 с. – Режим доступа : http : // libr. Msu/ by / handle / 123456789 / 8151.
5. Гаврилуца, Е. В. Теория и практика психологической помощи : практикум для студентов специальности 1-23 01 04 Психология / Е. В. Гаврилуца. – 2-е изд., перераб. и доп. – Брест : Брестский гос. ун-т., 2017. – 158 с.
6. Гарфилд, С. Практика краткосрочной психотерапии / С. Гарфилд. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 256 с.
7. Даниленко, А. В. Аддиктология : психология и психотерапия зависимостей : учебно-методический комплекс для магистрантов специальности 1-23 81 01 «Психологическое консультирование и психокоррекция» / А. В. Даниленко. – Брест : Брестский гос. ун-т., 2017. – 296 с.
8. Дилтс, Р. Моделирование с помощью НЛП / Р. Дилтс. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 288 с.
9. Дилтс, Р. Фокусы языка. Изменение убеждений с помощью НЛП / Р. Дилтс. – Санкт-Петербург : Речь, 2001. – 320 с.
10. Доморацкий, В. А. Современная психотерапия: краткосрочные подходы: пособие для студентов / В.А. Доморацкий. – Минск : БГУ. – 2008. – 219 с.
11. Емельянова, Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования / Е. В. Емельянова. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 368 с.
12. Ковалев, С. В. Основы нейролингвистического программирования. Введение в человеческое совершенство. / С. В. Ковалев. – Москва : Библиотека NLP, 2011. – 208 с.
13. Кондрашенко, В. Т. Общая психотерапия: учебное пос. для студ. вузов / В. Т. Кондрашенко, Д. И. Донской. – Минск : Выш. школа, 2003. – 463 с.
14. Коттлер, Дж. Психотерапевтическое консультирование / Дж. Коттлер, Р. Браун. – Санкт-Петербург : Речь, 2001. – 464 с.
15. Малейчук, Г. И. Клиническое консультирование : учебно-методический комплекс для магистрантов специальности 1-23 81 01 «Психологическое консультирование и психокоррекция» / Г. И. Малейчук. – Брест : Брестский гос. ун-т., 2017. – 208 с.
16. Мальцева, О. Е. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей [Электрон. ресурс] : электрон. учебно-метод. комплекс для магистрантов специальности 1-238101 "Психологическое консультирование и психокоррекция" / О. Е. Мальцева. - Электрон. текст. дан. и прогр. (50,3 Мб). – Гродно : Гродненский гос. ун-т. им. Я. Купалы, 2017. - 1 Электрон. опт. диск (CD-ROM). – 2018.
17. Мальцева, О. Е. Организационное консультирование [Электрон. ресурс] : электрон. учебно-метод. комплекс для магистрантов специальности 1-238101 "Психологическое консультирование и психокоррекция" / О. Е. Мальцева. - Электрон. текст. дан. и прогр. (62,2 Мб). – Гродно : Гродненский гос. ун-т. им. Я. Купалы, 2018. - 1 Электрон. опт. диск (CD-ROM). – 2018.
18. Марченко, Е. Е. Социально-психологические основы организации групповой работы : учебно-методический комплекс для магистрантов специальности 1-23 81 04 «Социальная психология» / Е. Е. Марченко. – Брест : Брестский гос. ун-т., 2017. – 99 с.
19. Нардонэ, Дж. Искусство быстрых изменений: Краткосрочная стратегическая терапия. / Дж. Нардонэ, П. Вацлавик. – Москва : Изд. Ин-та психотерапии, 2006. – 192 с.
20. Немов, Р. С. Психологическое консультирование: учебник для академического бакалавриата: для студентов высших учебных заведений, обучающихся по гуманитарным направлениям и специальностям: для студентов, обучающихся по специальности «Психология» / Р. С. Немов. – Москва : Юрайт, 2016. – 440 с.
21. Пезешкиан, Н. Психосоматика и позитивная психотерапия / Н. Пезешкиан. – Москва : Ин-т позитивной психотерапии, 2009. – 464 с.
22. Прохазка Дж., Норкросс Дж. Системы психотерапии: Пособие для специалистов в области психотерапии и психологии / Дж. Прохазка, Дж. Норкросс. – Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2005. – 384 с.
23. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б. Д. Карвасарского. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 1024 с.
24. Пшеничная, О. А. Семейное консультирование : учебно-методический комплекс для студентов специальности 1-23 01 04 Психология / О. А. Пшеничная. – Брест : Брестский гос. ун-т, 2017. – 190 с.
25. Ракицкая, А. В. Экзистенциально-гуманистическое консультирование [Электрон. ресурс] : электрон. учебно-метод. комплекс для студентов специальности 1-238101 "Психологическое консультирование и психокоррекция" / А. В. Ракицкая. - Электрон. текст. дан. и прогр. – Гродно : Гродненский гос. ун-т. им. Я. Купалы, 2016. – 1 Электр. компакт диск (CD-ROM). – 2016.
26. Ромек В. Г. Поведенческая психотерапия: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В. Г. Ромек. — Москва, 2002. — 192 с.
27. Рудестам, К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 384 с.
28. Степанова, Л. Г. Психологическое консультирование : учебное пособие для студентов учреждений высшего образования по специальности «Психология» / Л. Г. Степанова. – Минск : Выш. шк., 2017. – 334 с.
29. Федоров А. П. Когнитивно-поведенческая психотерапия / А.П. Федоров — Санкт-Петербург : Питер, 2002. — 352 с.
30. Фролова, Ю. Г. Медицинская психология : учебник для студентов учреждений высшего образования по психологическим специальностям / Ю. Г. Фролова. – Минск : Выш. шк., 2016. – 431 с.
31. Хегенхан Б. Теории научения / Б. Хегенхан, М. Олсон. – 6-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 474 с.
32. Шапиро Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз: основные принципы, протоколы и процедуры / пер. с англ. / Ф. Шапиро – Москва : Нез. Фирма «Класс», 1998. – 496 с.
33. Эриксон, М. Мой голос останется с вами… / М. Эриксон. – Москва : Ин-т общегуманитарных исследований, 2011. – 304 с.
 |
| 11. | Методы преподавания | Лекции, семинарские занятия, отработка психологических приемов и техник работы в данном направлении, «анализ конкретных ситуаций» (кейс-метод) |
| 12. | Язык обучения | русский |
| 13. | Формы текущей аттестации | Анализ видеоматериалов, обсуждение сообщений, контрольные срезы, зачет |
| 14. | Условия (требования) для освоения учебной дисциплины |  |