

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по выполнению лабораторных работ
по дисциплине «Психологическая интервенция (развитие, коррекция и реабилита-
ция)» для студентов направления для студентов направления подготовки
37.05.01 Клиническая психология
Направленность (профиль):
«Патопсихологическая диагностика и психотерапия»

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Лабораторная работа №1-2. Коррекционные программы и занятия.

Лабораторная работа №3-4. Бихевиоральный подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Лабораторная работа №5-6 Психоаналитический подход к проблеме психологической коррекции и реабилитации.

Лабораторная работа №7-8. Гештальт-подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Лабораторная работа №9-10. Гуманистический подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Лабораторная работа №11-12. Экзистенциальный подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Лабораторная работа №13-14. Арт-методы в коррекционной работе.

Лабораторная работа №15-16. Телесная терапия в рамках психологической коррекции.

ВВЕДЕНИЕ

Целью освоения дисциплины «**Психологическая интервенция (развитие, коррекция и реабилитация)**» является формирование у студентов компетенций в области форм, методов и основных принципов проведения реабилитационных мероприятий, направлений психологической профилактики, психологической коррекции и психотерапии, а также ознакомление с особенностями организации психологической составляющей реабилитационной работы с профессиональными контингентами правоохранительных структур.

Задачи дисциплины:

В процессе усвоения учебного материала дисциплины решаются профессиональные задачи разного уровня, составляющие современное естественнонаучное мировоззрение, профессиональное становление студентов и включающие ознакомление:

- с существующими психологическими направлениями, а также возникшими в их рамках методами психологической работы;
- со структурой психологической работы в ходе процесса психологической коррекции;
- с психокоррекционным процессом применительно к работе с ПТСР, профвыгоранием или психосоматическими расстройствами;
- с особенностями психологической реабилитации при работе с профессиональными контингентами.

Лабораторное занятие №1-2

Тема: Коррекционные программы и занятия.

Цель: ознакомление с теоретическими основами составления коррекционных программ и занятий.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Термины «психологическое (клинико-психологическое) вмешательство», широко распространенные в зарубежной литературе, у нас используются еще редко. Более употребительным является термин «психологическая коррекция». Психологическая коррекция представляет собой направленное психологическое воздействие для полноценного развития и функционирования индивида. Термин получил распространение в начале 70-х годов. В этот период психологи стали активно работать в области психотерапии, главным образом, групповой. Длительные дискуссии о том, может ли психолог заниматься лечебной (психотерапевтической) работой, носили, преимущественно, теоретический характер, потому что на практике психологи не только хотели, могли и успешно реализовывали эту возможность, но и были в то время за счет базового психологического образования более подготовлены к такого рода деятельности, во всяком случае, к работе в качестве групповых психотерапевтов. Но поскольку психотерапия является лечебной практикой, а ею по закону может заниматься только врач, имеющий высшее медицинское образование, то распространение термина «психологическая коррекция» в определенной мере было направлено на преодоление этой ситуации: врач занимается психотерапией, а психолог – психологической коррекцией. Однако вопрос о соотношении понятия «психотерапия» и «психологическая коррекция» остается открытым и сегодня, причем здесь можно указать две основные точки зрения.

Одна из них заключается в признании полной идентичности понятий «психологическая коррекция» и «психотерапия». Однако при этом не учитывается, что психологическая коррекция, как направленное психологическое воздействие, реализуется не только в медицине (можно указать две основные области ее применения: психопрофилактика и собственно лечение – психотерапия), но и в других сферах человеческой практики, например, в педагогике. Даже обычное, обыденное человеческое общение может содержать в большей или в меньшей степени целенаправленно используемую психологическую кор-

рекцию.

Другая точка зрения основана на том, что психологическая коррекция преимущественно призвана решать задачи психопрофилактики на всех ее этапах, в том числе при осуществлении вторичной и третичной профилактики.

Однако такое жесткое ограничение сферы применения в медицине психологической коррекции представляется в определенной степени искусственным. Во-первых, если подобные представления кажутся вполне убедительными в отношении соматических заболеваний, то в области неврозов, например, полностью развести понятия «психологическая коррекция» и «психотерапия», «лечение» и «профилактика» не удастся, так как невроз – это заболевание динамическое, при котором не всегда можно отделить состояние предболезни от собственно болезни, а сам процесс лечения в значительной степени включает в себя и вторичную профилактику. Во-вторых, в настоящее время в системе восстановительного лечения различных заболеваний все шире реализуется комплексный подход, учитывающий наличие в этиопатогенезе биологического, психологического и социального факторов, каждый из которых нуждается в лечебных или корригирующих воздействиях, соответствующих его природе. Если психологический фактор при том или ином заболевании выступает как один из этиологических, то его коррекция в значительной степени совпадает с содержанием психотерапии (одного из компонентов лечебного процесса). Определить общую схему соотношения психологической коррекции и психотерапии вне конкретной нозологии практически невозможно. Значение психологического фактора в этиопатогенезе того или иного заболевания обуславливает направленность методов психологической коррекции на решение собственно лечебных (психотерапевтических) задач и позволяет рассматривать методы психологической коррекции как методы психотерапии. Таким образом, задачи психологической коррекции могут существенно варьировать от направленности на вторичную и третичную профилактику основного заболевания и первичную профилактику возникающих последствий вторичных невротических расстройств при соматической патологии до практически полной идентичности задачам психотерапии при неврозах (во всяком случае, в рамках различных психотерапевтических систем, направленных на личностные изменения). Следует также подчеркнуть, что как психотерапия, так и психопрофилактика не ограничивают свою практику лишь методами психологической коррекции, что еще раз указывает на разноуровневый, динамический характер соотношения задач и методов психологической коррекции и психотерапии, которые взаимопересекаются, но полностью не исчерпывают друг друга.

Об обоснованности использования понятия «психологическая коррекция» наряду с понятием «психологическое вмешательство» ответить однозначно довольно трудно. Их сопоставление обнаруживает очевидное сходство. Психологическая коррекция так же, как и психологическое вмешательство, понимается как целенаправленное психологическое воздействие. Психологическая коррекция, как и психологическое вмешательство, реализуются в различных областях человеческой практики и осуществляются психологическими средствами. Психологическая коррекция в медицине может быть направлена на решение задач профилактики, лечения (психотерапия) и реабилитации. Психологические вмешательства в медицине (клинико-психологические вмешательства) также выполняют функции профилактики, лечения и реабилитации. И психологическая коррекция, и психологическое вмешательство, используемые с целью лечения, выполняют психотерапевтическую функцию. Очевидно, что по существу эти понятия совпадают. Возможно, наиболее точным и адекватным был бы термин «психологическое вмешательство с целью психологической коррекции», однако это слишком громоздко. В заключение можно лишь указать, что в отечественной литературе более распространенным является понятие «психологическая коррекция», а в зарубежной – «психологическое вмешательство».

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Антистрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM»).

Вопросы для обсуждения:

1. Структура коррекционно-развивающей программы.
2. Структура коррекционного занятия.
3. Основные этапы реализации программы: ориентировочный, объективирующий, формирующий, закрепляющий.
4. Взаимодействие психолога с клиентами в ходе реализации коррекционной программы.
5. Схема контроля эффективности коррекционной и реабилитационной работы.

Задания:

1. Сформулируйте специфические черты психологического консультирования и психологической коррекции. Проведите сопоставительный анализ данных видов психологической помощи. Определите сходство и различия психокоррекции и психоконсультирования как видов деятельности практического психолога.
2. Определите, при каких нарушениях и трудностях клиента психолог принимает решение об оказании клиенту психокоррекционной помощи
3. Сформулируйте понятие «психическое здоровье» и его критерии. Используя предлагаемый перечень возможных нарушений клиента, определите, какой из критериев психического здоровья у человека является нарушенным

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;

- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. –

200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Лабораторное занятие №3-4

Тема: Бихевиоральный подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Цель: ознакомление с основными теоретическими основами психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Поведенческий подход – подход, где в центре внимания психолога находится человеческое поведение, а конкретнее "что в поведении есть", "что мы в поведении изменить хотим" и "что для этого конкретно следует сделать". Бихевиоральный подход – поведенческий подход, где человек рассматривается не как самостоятельная личность со своими целями, а только как организм, управляемый внешними обстоятельствами.

Соответственно, бихевиоризм (бихевиоральный подход) – разновидность, одно из направлений поведенческого подхода. О всем разнообразии направлений внутри поведенческого подхода

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ

Основная форма проведения занятия – учебный тренинг

Вопросы для обсуждения:

1. Бихевиоральный подход.
2. Коррекция как воздействие, направленное на изменения поведения.
3. Основные понятия: стимул, реакция, подкрепление.
4. Оперантное и социальное научение.
5. Моделирование и репетиция поведения.
6. Использование релаксации.
7. Систематическая десенсибилизация.

Задания:

1. Перечислите основные теоретические положения подходов, используя план для подготовки ответа (подготовка к заданию ведется студентами заранее, группа разбивается на подгруппы по 2–3 студента и рассматривает выбранный подход):
 - 1) понятие личности, структура личности;
 - 2) движущие силы развития личности;
 - 3) модель (условия) роста и развития личности;
 - 4) нарушения личности и их источник
2. Исходя из основных теоретических положений рассматриваемой концепции, сформулируйте цель психокоррекционной работы. Для фиксации ответа используйте табл. 3.
3. Представьте возможности использования методов и техник различных концептуальных подходов в психокоррекционной работе в табл. 3.

Таблица 3

Основные концептуальные подходы в психологической коррекции

Подход, представители	Основные положения подхода	Цели психокоррекции	Основные методы и техники
-----------------------	----------------------------	---------------------	---------------------------

4. Подготовить и провести учебный тренинг с применением бихевиоральных техник.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. [www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Лабораторное занятие №5-6

Тема: Психоаналитический подход к проблеме психологической коррекции и реабилитации.

Цель: ознакомление с основами психоаналитического подхода в психокоррекционной и реабилитационной работе.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Согласно Фрейд, человеческая психика состоит из трех уровней: сознание, предсознательное и бессознательное. Часть наших фантазий, желаний находится в предсознательном и становится ясной, лишь когда мы направляем на нее свое внимание. Но многое мы не можем осознать даже ценой величайших усилий. Эта часть души называется «бессознательным». Здесь находится все то, что тревожит и ранит нас, что неприемлемо для нашего «Я». Даже усилием воли самостоятельно мы не можем осознать, «вспомнить» это. И психоанализ помогает нам проделать эту работу.

Бессознательные мотивы человека постоянно стремятся вырваться наружу, но поскольку это противоречит здравому смыслу, подсознание выступает неким цензором, который их блокирует, не давая реализовываться. В связи с этим человек находится в состоянии постоянного внутреннего конфликта и подвержен невротическому состоянию. Фрейд подчеркивал, что нет четкой границы между нормой и аномалией и каждый человек потенциальный невротик. Поскольку человеку необходима защита от бессознательных чувств, психика вырабатывает определенные механизмы психологической защиты.

Вытеснение – самый неэффективный механизм. В процессе вытеснения бессознательные мотивы не получают выхода, разрядки, они просто вытесняются в подсознание. Там они трансформируются и могут всплывать в сознании человека в виде символов – в снах, в описках, в оговорках, в ошибках памяти (эффект дежа вю).

Регрессия – реализация бессознательных чувств и избегание конфликта посредством каких-либо действий и мыслей. Человек начинает грызть ногти, портить одежду, верить в злых духов и т.д. То есть возвращается к более ранним, детским поступкам.

Рационализация – попытка объяснить свои бессознательные действия и поступки разумными вещами.

Проекция – это приписывание другому человеку чувств, мыслей, желаний, которые

присущи самому. Если субъект проекции оправдывает приписанные ему чувства, то бессознательные чувства человека получают разрядку, и человек чувствует себя удовлетворенным, так как может осознать реальность своих желаний. На основе механизма проекции возникли проективные методики.

Сублимация – это реализация сексуальных и агрессивных желаний человека в творческой деятельности. Потому что именно в процессе творения, человек может достичь катарсиса. Фрейд все достижения творчества и искусства человечества считал продуктом сублимации. На основе сублимации возникла арт-терапия.

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Антистрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM»).

Основная форма проведения занятия – учебный тренинг.

Вопросы для обсуждения:

1. Психоаналитический подход.
2. Принципы психоанализа.
3. Механизмы психологической защиты.
4. Психокоррекционная работа как обеспечение возможности символического выражения и отреагирования бессознательных импульсов и травматических переживаний.
5. Свободные ассоциации, толкование сновидений, анализ сопротивления, анализ переноса и интерпретация как базовые психоаналитические техники.

Задания:

1. Выберите воображаемый или реальный случай взрослого/ребенка, нуждающегося в психокоррекционной помощи. Разработайте содержание диагностического и аналитического этапов психокоррекционной работы с данным клиентом/ребенком. Сформулируйте психологический диагноз и психологический прогноз клиента/ребенка.
2. Опишите эффективную стратегию психокоррекционной работы для данного клиента/ребенка (используйте вопрос «Виды психологической коррекции»).
3. Подготовить и провести учебный тренинг, основанный на психоаналитическом подходе.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;

- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. [www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Лабораторное занятие №7-8

Тема: Гештальт-подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Цель: ознакомление с основами психоаналитического подхода в психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Гештальт – (нем. Gestalt – форма, образ, структура) – в психотерапии – целостный подход к психической деятельности, как и ко всему организму.

В основе целостного восприятия лежит система доминирующих образов, обеспечивающих наше отношение к воспринимаемым событиям за счет выделения нашим сознанием «фигуры на фоне», т.е. более значимое, из всего что происходит вокруг, мы выделяем (фигура), а остальное остается не интересным (фон).

Физиологические и психические процессы у человека рассматриваются гештальт-терапевтом в единстве, как проявления человеческого бытия.

Таким образом, во время гештальт-терапии, можно на основании действий клиента понять, что он думает, а на основании его мыслей – что он делает или хотел бы сделать.

Между же мышлением и действиями, часто происходит стадия бессознательной ролевой игры.

У человека с психологическими, эмоциональными и личностными проблемами происходит нарушение целостности восприятия и ощущения, он не может объединить в целое (гештальт) свои чувства, мысли и поведение.

Этому могут способствовать его комплексы, внутренние конфликты и незаконченные ситуации.

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Антистрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM»).

Основная форма проведения занятия – учебный тренинг.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия гештальт-подхода в коррекционной работе: поле, саморегуляция, контакт, творческое приспособление, доминантность.
2. Последовательность контакта.
3. Способы прерывания контакта.
4. Механизмы психологической защиты.
5. Теория полярностей.
6. Цели и ценности гештальт-терапии.
7. Способы развития способности к проживанию и осознанию жизненного опыта.
8. Диалог как психотерапевтический инструмент.
9. Работа с образами и телесными ощущениями в гештальте.
10. Работа со сновидениями.

Задания:

1. Решите следующую задачу: на приеме у психотерапевта клиентка, 34 года (первый раз). Тело напряжено. Взгляд в пол. Голос сдавленный. Правой рукой держится за горло. При вопросе – зачем она это делает, говорит, что «в горле комок, говорить трудно». Взгляд отводит. Дыхание поверхностное. Рассказывает о том, что 14 лет состоит в браке, имеет 10-летнего ребенка. Семейная жизнь была спокойной и размеренной. Особой близости с мужем нет, но она уже к этому привыкла. Несколько дней назад случайно узнала, что муж ей изменяет с ее лучшей подругой (На этих словах, начинает плакать, отворачивается еще больше, кисти рук сжимаются в кулак). Говорит о том, что так плохо себя чувствует, что хотела бы уйти из жизни. На вопрос психотерапевта, чего бы она хотела в этой ситуации. Говорит: «Ничего не знаю. Даже не знаю, как жить дальше». Проанализируйте ситуацию и определить ведущее сопротивление у пациента

2. Рассмотрите холистическую доктрину как целостную теорию организма с позиции гештальттерапии.

3. Подготовить и провести учебный тренинг.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;

- ответы на задания лабораторной работы;

- список литературы;

- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов.

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. [www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Лабораторное занятие №9-10

Тема: Гуманистический подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Цель: ознакомление с основами гуманистического-подхода в психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Берет начало в гуманистической психологии и работах ее основателей – К. Роджерса, Р. Мэя, А. Маслоу и др. Сущностное ядро этого подхода – в понимании человека как неделимого и принципиально целостного единства тела, психики и духа, а соответственно - в обращении к интегральным переживаниям (счастья, горя, вины, утраты и т. д.), а не к отдельным изолированным аспектам, процессам и проявлениям. Категориальный аппарат гуманитарного подхода включает в себя представления о "Я", идентичности, аутентично-

сти, самореализации и самоактуализации, личностном росте, экзистенции, смысле жизни и т. д.

Методический аппарат связан с гуманистически-экзистенциальным переосмыслением жизненного опыта и психотерапевтического процесса. С этим подходом связан широкий круг методов: недирективная клиент-центрированная психотерапия (К. Роджерс), психологическое консультирование (Р. Мэй), биоэнергетика (В. Райх), сенсорное осознание (Ш. Сильвер, Ч. Брукс), структурная интеграция (И. Рольф), психосинтез (Р. Ассаджоли), логотерапия (В. Франкл), экзистенциальный анализ Р. Мэя и Дж. Бугенталя, и др. Сюда же можно отнести арттерапию, поэтическую терапию, терапию творческим самовыражением (М. Е. Бурно), музыкотерапию (П. Нордофф и К. Роббинс) и др.

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Анти-стрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM»).

Основная форма проведения занятия – учебный тренинг.

Вопросы для обсуждения:

1. Специфика гуманистического подхода в коррекционной работе.
2. Основные понятия: самость, идеальная самость, конгруэнтность, самоактуализация.
3. Причины неконгруэнтности.
4. Цели гуманистической терапии.
5. Эффективное взаимодействие как условие успешности коррекционной работы.
6. Способы эффективного взаимодействия: эмпатическое понимание, активное слушание, основные коммуникативные техники.

Задания:

1. Проанализируйте готовую психокоррекционную программу (по выбору), напишите рецензию на нее, отметив достоинства и недостатки (программу можно взять из журнала «Школьный психолог»).
2. Выберите воображаемый или реальный случай обращения за психологической помощью взрослого/ребенка. Составьте/разработайте проект психокоррекционной программы в соответствии с принципами и правилами ее составления.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;

- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов.

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. [www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Лабораторное занятие №11-12

Тема: Экзистенциальный подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Цель: ознакомление с основами экзистенциального подхода в психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Экзистенциальный подход как любой глубинный подход предполагает, что обрезание симптома не ведет к излечению, а реальные изменения возможны только при работе с глубинным содержанием. Экзистенциальная психотерапия – это динамический терапевтический подход, предполагающий, что неосознаваемые силы оказывают влияние на сознательную деятельность. Экзистенциальная психотерапия основана на тезисе: внутренний конфликт, терзающий нас, проистекает не столько из нашей борьбы с подавляемыми инстинктивными склонностями, значимыми взрослыми или же частичками полузабытых травматических воспоминаний, сколько из внутреннего конфликта с «данностями» существования. В данном подходе базовый конфликт заключается в конфронтации человека с конечными данностями существования: смертью, свободой, изоляцией, бессмысленностью. Жизнеизменяющая терапия – это попытка клиента и психотерапевта помочь первому проанализировать, как он отвечает на экзистенциальные вопросы жизни, и попытаться пересмотреть некоторые из ответов так, чтобы сделать его жизнь более аутентичной и,

таким образом, более реализованной.

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Антистрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM»).

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности экзистенциального подхода в коррекционной и реабилитационной работе.
2. Способы поиска смысла жизни.
3. Экзистенциальный вакуум и экзистенциальная фрустрация.
4. Концепция свободы и ответственности.
5. Задачи логотерапии.

Задания:

1. Подготовить теоретический и практический материал по основным зарубежным подходам к психокоррекции:

психоаналитический;
аналитический;
адлеровский;
бихевиоральный;
когнитивный;
рансактный;
гештальт-подход;
гуманистический;
экзистенциальный.

В подготовке теоретического материала необходимо использовать план ответа на вопрос «Основные положения подхода»:

- 1) понятие личности, структура личности;
- 2) движущие силы развития личности;
- 3) модель (условия) роста и развития личности;
- 4) нарушения личности и их источники.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;

- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов.

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. [www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Лабораторное занятие №13-14

Тема: Арт-методы в коррекционной работе.

Цель: ознакомление с основами экзистенциального подхода в психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Арт-терапия возникла сравнительно недавно, в первой трети двадцатого столетия, а сегодня стремительно и активно методы арт-терапии набирают обороты. Слово «арт» обозначает творчество, так что фактически арт-терапию можно называть терапией с помощью творчества.

Творческая терапия как метод психологической коррекции с успехом применяется для лечения детей, взрослых и стариков и задействует рисование, лепку, плетение, танцы или сочинение в качестве основных приемов.

Что же такое настоящая арт-терапия, и зачем она нужна? Занятия «лечебным творчеством» применяются очень широко и в самых разных случаях достигают положительного эффекта. Широко применяется арт-терапия для подростков, детей, для беременных женщин. Она используется на психологических консультациях, при психотерапевтическом лечении, во время реабилитации после травм – как физических, так и психологического характера.

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Анти-стрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM»).

Вопросы для обсуждения:

1. Использование арт-методов в коррекционной работе.
2. Понятие и психотерапевтические эффекты арт-терапии.
3. Виды арт-терапии.
4. Стадии развития изобразительной деятельности.
5. Показания к применению арт-методов.
6. Принципы выбора изобразительного материала.
7. Типы заданий и их соответствие коррекционным целям.
8. Анализ рисунка. Динамика рисунка.
9. Работа со сказкой в контексте психологической коррекции. Сказка как средство психопрофилактики, психодиагностики и коррекции. Сказки народные и авторские. Смысл сказочного сюжета. Адекватность использования сказок на различных этапах личностного развития. Способы работы со сказочным материалом.

Задания:

1. Определите специфику видов метода арт-терапии, показания к применению, механизм психологического воздействия на аспекты поведения и психологии клиента/ребенка. Определите особенности подготовки и проведения рисуночного и скульптурного метода, методов музыкотерапии, библиотерапии и танцетерапии.
2. Разработайте арт-терапевтическую сессию (занятие) для воображаемого или реального случая обращения к психологу взрослого/ ребенка, нуждающегося в психокоррекционной помощи.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов.

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. [www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Лабораторное занятие №15-16

Тема: Телесная терапия в рамках психологической коррекции.

Цель: ознакомление с основами телесной терапии.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Телесно-ориентированная терапия или сокращенно ТОТ – одно из направлений современной психологии и психотерапии, которое рассматривает тело как основное отражение внутреннего мира человека, состояния его души. Телесная терапия рассматривает единство «тело – эмоции – ум». Доказано, что более 90% всех психических болезней, возникающих у человека, возможно излечить посредством воздействия на его тело, так как многие психосоматические нарушения и заболевания зачастую являются последствиями существующих у человека мышечных зажимов. Использование телесной терапии способствует осознанию взаимосвязи между основными составляющими жизни человека – тела, души и разума.

Телесно-ориентированная психотерапия относится к интегративным моделям психотерапии. Она возникла и продолжает в настоящее время развиваться в двух основных вариантах:

- как самостоятельное направление психологии и психотерапии;
- как второе, – дополнительное и необходимое – в русле многих сложившихся ранее психологических подходов, прежде всего, в психоанализе, гештальт – подходе, экзистенциальной психологии и др.

Все происходящее в душе человека оставляет отпечаток в его теле. Наше сознание и бессознательное в большинстве случаев говорят не словами, а сигналами тела. Важно научиться улавливать эти сигналы, слышать свое тело, быть с ним в контакте.

В любой момент времени состояние тела человека - это воплощенная история пережитых и переживаемых им эмоциональных и физических травм, накопленного жизненного опыта, взглядов и представлений, недомоганий и заболеваний. Наше «Я» выражено как в психике, так и в теле, и оживить душу можно, воздействуя на телесные процессы.

Телесно-ориентированная психотерапия прежде всего, представляет собой уникальный и эффективный способ личностного роста и целостного развития человека, помогающий связать воедино его чувства, разум и телесные ощущения, восстановить утраченные и простроить отсутствующие взаимосвязи между ними, создать условия доверительного и полного контакта человека с жизнью его тела.

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Антистрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM»).

Вопросы для обсуждения:

1. Использование метода телесная терапии в рамках психологической коррекции.
2. Понятия «энергия» и «мышечный панцирь».
3. Взаимосвязь характера и мышечной брони.
4. Круги мышечной брони по В. Райху и типы личности по А. Лоуэну.
5. Работа с дыханием, упражнения на снятие мышечных блоков.

Задания:

1. Ознакомиться с особенностями работы следующего психофизиологического оборудования: Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Антистрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM». Обсудить в группе результаты ознакомления.

2. Практико-ориентированное задание. В нашей культуре принято тело часто становится объектом управления и манипулирования. Это выражается и в делегировании заботы и ответственности о моём теле любого рода эксперту (что, в общем, нормально, когда речь идёт о сложных медицинских проблемах, профессиональном использовании тела в спорте, танцах или аппаратной косметологии, но не является жизненно необходимым, когда речь идет о красоте, еде или здоровье в широком смысле слова). Это же проявляется и в присвоении культурных и социальных норм относительно стандартов красоты и здоровья. Так же в равной мере это относится к чувствительности в вопросах телесной безопасности и комфорта – в городе, на рабочем месте, в информационном пространстве и т. п. Опишите последствия такого отношения к телу с точки зрения телесно-ориентированной терапии.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов.

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. [www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Лабораторное занятие №17-18

Тема: Игровая деятельность как метод коррекционной работы.

Цель: ознакомление с основными понятиями, научными основами и принципами игротерапии.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Игровая терапия - метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. В основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности. Игра - уникальный феномен общечеловеческой культуры, ее исток и вершина. С самых ранних начал цивилизации игра стала контрольным мерилем проявления всех важнейших черт личности. Ни в каких видах деятельности человек не демонстрирует такого самозабвения, об-

нажения своих интеллектуальных ресурсов, как в игре. И взрослые, и дети, в таких, к примеру, вечных игровых моделях, как футбол и хоккей действуют так, как действовали бы в самых экстремальных ситуациях на пределе сил преодоления трудностей.

Игровая терапия является относительно молодой отраслью современной психологии, которая ориентируется преимущественно на работу с детьми. Появившись в первой половине XX века в недрах психоанализа, игровая терапия постепенно распространилась по широкому спектру направлений современной психологии, находя теоретическое обоснование разнообразию своих методов.

Оборудование:

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Специальные помещения для реализации дисциплины представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специализированная мебель и технические средства обучения, служащие для представления учебной информации.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, (Методика интегральной диагностики и коррекции стресса (ИДИКС), Устройство психофизиологическое телеметрическое «Реактор-Т» по ТУ 9442-027-24176382-2009, Антистрессовая психофизиологическая аудио-визуально-вибротактильная система Сенсориум «SENSORIUM»).

Вопросы для обсуждения:

1. Игровая деятельность как метод коррекционной работы. Признаки игры.
2. Этапы развития игровой деятельности.
3. Цели игровой терапии. Виды игровой терапии: по позиции психолога, по форме проведения, по степени структурирования.
4. Принципы игровой терапии по В. Экслейн.
5. Виды игр и их коррекционные возможности.
6. Коррекционные возможности других методов: музыкотерапии, танцевальной терапии, психогимнастики, библиотерапии, психодрамы и др.

Задания:

1. Подготовить и провести учебный тренинг с использованием игровых техник.

Содержание отчёта.

Отчёт о выполнении лабораторной работы содержит:

- титульный лист, где представлены название вуза, института, кафедры, дисциплины, номер лабораторной работы, ФИО студента, ФИО преподавателя, город, год написания отчёта;
- ответы на задания лабораторной работы;
- список литературы;
- приложения (при необходимости).

Общие требования к оформлению: шрифт Times New Roman, кегль 12, абзацный отступ – 1.25 интервал, междустрочный интервал – 1.0.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов.

Интернет-ресурсы:

1. <http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
2. [www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по выполнению практических работ
по дисциплине «Психологическая интервенция (коррекция и реабилитация)»
для студентов направления для студентов направления подготовки
37.05.01 Клиническая психология
Направленность (профиль):
«Патопсихологическая диагностика и психотерапия»

Ставрополь, 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Практическое занятие № 1-2. Тема: Исторические предпосылки формирования психологической помощи.

Практическое занятие № 3-4. Тема: Научные основы психологической коррекции.

Практическое занятие № 5-6. Тема: Бихевиоральный подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Практическое занятие № 7-8. Тема: Психоаналитический подход к проблеме психологической коррекции и реабилитации.

Практическое занятие № 9-10. Тема: Гештальт-подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Практическое занятие № 11-12. Гуманистический подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Практическое занятие № 13-14. Тема: Экзистенциальный подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Практическое занятие № 15-16. Тема: Реабилитационная психология: общие подходы.

Практическое занятие № 17-18. Нейропсихологическая реабилитация.

Практическое занятие № 19-21. Телесная терапия в рамках психологической коррекции

Практическое занятие № 22-24. Арт-методы в коррекционной работе

Практическое занятие № 25-27. Коррекционные программы и занятия

ВВЕДЕНИЕ

Целью освоения дисциплины «Психологическая коррекция и реабилитация» является формирование у студентов компетенций в области форм, методов и основных принципов проведения реабилитационных мероприятий, направлений психологической профилактики, психологической коррекции и психотерапии, а также ознакомление с особенностями организации психологической составляющей реабилитационной работы с профессиональными контингентами правоохранительных структур.

Задачи дисциплины:

В процессе усвоения учебного материала дисциплины решаются профессиональные задачи разного уровня, составляющие современное естественнонаучное мировоззрение, профессиональное становление студентов и включающие ознакомление:

- с существующими психологическими направлениями, а также возникшими в их рамках методами психологической работы;
- со структурой психологической работы в ходе процесса психологической коррекции;
- с психокоррекционным процессом применительно к работе с ПТСР, профвыгоранием или психосоматическими расстройствами;
- с особенностями психологической реабилитации при работе с профессиональными контингентами.

Практическое занятие №1-2

Тема 1: Исторические предпосылки формирования психологической помощи.

Цель: ознакомление с основными этапами в становлении психологической науки и психологической помощи.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Во все времена чем больше вопросов задавал себе человек, тем больше он погружался в пучину неведомого, загадочного мироздания. И каждый раз чувствуя, что ему не хватает жизненного опыта для того, чтобы ответить на большинство из этих вопросов, человек стремился найти душевное успокоение в гармонизации своих отношений с природой, интуитивно сознавая, что сам является частью этой природы и, значит, должен прислушиваться к ее законам. Так зародилось понятие о здоровье. Человек сам пришел к выводу, что ему необходимо взять на себя ответственность за собственное выживание.

Потребность в самосовершенствовании также возникла у человека из ощущения и осознания своей беспомощности перед великими тайнами вселенной. Человек понял, что слишком мало знает о том, с чем ему приходится сталкиваться эмпирически. И собственный жизненный опыт может явиться лишь проводником к общему процессу познания. Только обмениваясь знаниями и опытом с другими людьми, человек способен сделать следующий шаг на пути к своему развитию.

Удовлетворяя свои духовные и познавательные потребности, люди пытались следовать всевозможным ритуалам и обрядам, бережно хранили традиции, облакая их в легенды и мифы, передаваемые из поколения в поколение, наследовали религиозные учения, увлекались философскими доктринами и, наконец, проводили эксперименты и научные исследования.

Основная часть занятия проводится в форме круглого стола

Вопросы для обсуждения:

1. Донаучный период. Подходы к психологической помощи в различные исторические эпохи
2. Социальные и культурные предпосылки оформления психологической помощи

3. Философские истоки психологической помощи
4. Развитие естественнонаучного взгляда на человека как ключевая предпосылка возникновения научной психологической помощи
5. Научный период формирования представлений о психологической помощи.
6. Дифференциация направлений психологической помощи в XX веке

Задания:

Задание 1. Конспект статьи: Наконечная М.Н. Помощь другому как психологическое средство самоактуализации личности // Теоретическая и экспериментальная психология. - Т. 6, № 1. – 2013. – С. 24-34.

Задание 2. Караваев А.Ф. Проблемно-ориентированная психологическая помощь и ее этапы // Вестник психотерапии. - № 12, 2004. С. 23-44.

Задание 3. Подготовить доклад на тему «Требования, предъявляемые к психологу, осуществляющему психокоррекционные мероприятия».

Задание 4. Задачи, показания и противопоказания к различным формам психологической интервенции.

Формы психологической интервенции	Задачи	Показания	Противопоказания

Задание 5. Основные направления психотерапии

Основные теоретические параметры	Динамический подход	Поведенческий подход	Феноменологический подход
Природа человека			имеет свободную волю и способность к самоопределению и самоактуализации
Основная проблема		тревога	
Концепция патологии	конфликты в сфере инстинктов: бессознательные ранние либидинозные влечения		экзистенциальное отчуждение: утрата возможностей, расщепление «я», рассогласование между мыслями, чувствами и поведением (потеря аутентичности)
Концепция здоровья		устранение симптомов: отсутствие специфического симптома или	

		снижение тревоги	
Вид изменения	глубинный инсайт: понимание раннего прошлого		
Временный подход и «фокус»			отсутствие историзма: феноменологический момент («здесь и сейчас»)
Задачи терапевта		программировать, подкреплять, подавлять или формировать специфические поведенческие реакции для устранения тревоги	
Основные техники	интерпретация материала: свободные ассоциации, сновидения, обыденное поведение, перенос и сопротивление	обусловливание: систематическая десенситизация, позитивное и негативное подкрепление, моделирование	
Роль терапевта		учитель (тренер). Помогает пациенту заменять дезадаптивное поведение на адаптивное. Активный, ориентированный на действия	
Характер связи между терапевтом и пациентом	трансферентная и первостепенная для лечения: нереальные взаимоотношения		
Лечебная модель			экзистенциальная: общение двух равных людей. Эгалитарная (равноправная). Человеческий союз

Задание 6. Эффективность психологической интервенции.

Прочитайте отрывок и ответьте на вопрос, почему, как вы считаете, «построение валидизированных моделей адресной поддержки психологического благополучия» затруднено?

Мета-анализ (van Agteren, et al., 2021), направленный на обобщение текущих научных данных о различных психологических интервенциях как в клинических, так и в неклинических группах населения для улучшения психологического благополучия, показал, что психическое благополучие может быть значительно улучшено с помощью различных психологических вмешательств. При этом результаты анализа показали, что интервенции,

реализованные в разных психологических подходах на разных теоретико-методологических основаниях, демонстрируют различия в эффективности для разных групп населения. Полученный результат позволяет выдвигать гипотезы о необходимости построения дифференцированной модели поддержки психологического благополучия в зависимости от целевой аудитории.

Однако построение валидизированных моделей адресной поддержки психологического благополучия для разных целевых групп затрудняется тем, что существующие научные описания успешных интервенций содержат в среднем не более 64% информации, необходимой для практической реализации воздействия (Premachandra & Lewis, 2022).

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.- сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
[www URL: http://www.biblioclub.ru/](http://www.biblioclub.ru/) - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие №3-4

Тема 2: Научные основы психологической коррекции.

Тема: Научные основы психологической коррекции.

Цель: ознакомление с основными теоретическими основами психологической коррекции и реабилитации.

Теоретическая часть.

XX век стал временем рождения и рассвета активного развития множества направлений и методов психологической коррекции. В 1895 году в свет вышла первая книга **З. Фрейда**. Именно этот факт стал переломным моментом в истории психологии, положив начало официальному рождению психоаналитического направления. **В. Вундт**у в это время исполнилось 63 года, **Э. Титченеру** – только 28. Он всего лишь два года отработал в Корнеллском университете и только приступил к разработке своей структурной психологии. **У. Уотсону** исполнилось 17 лет, а **М. Вертгеймеру** – только 15. В это время не было еще ни бихевиоризма, ни гештальтпсихологии. Функционализм безраздельно господство-

вал в Соединенных Штатах. Ко времени смерти **З. Фрейда**, к 1939 году, ситуация изменилась. Вундтовская психология, структурализм **Э. Титченера** и функциональная психология стали уже достоянием истории. Гештальт-психология, зародившаяся в Германии, быстро завоевала популярность среди психологических направлений, но лидером американской психологии стал бихевиоризм. Несмотря на некоторые имеющиеся между ними принципиальные разногласия, все эти психологические школы были носителями одного и того же академического наследия. Их базовые понятия и методы вначале рождались в лабораториях, библиотеках и лекционных аудиториях и только потом находили себе практическое применение, которое реализовалось в рассмотренных ниже направлениях психологической работы.

Основная часть занятия проводится в форме круглого стола.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие «психологическая коррекция».
2. Соотношение с понятиями «психотерапия», «психоконсультирование», «психологическое сопровождение».
3. Понятие психологического здоровья, нормы и отклонения.
4. Теоретические основы психологической коррекции и реабилитации
5. Классификации видов психологической коррекции.
6. Этапы коррекционной работы.
7. Принципы составления коррекционной программы.
8. Виды коррекционных программ и требования к их составлению.

Задания:

Задание 1. Конспект статьи: Василюк Ф.Е. От психологической практики к психотехнической теории // Московский психотерапевтический журнал 1992. №1.

Задание 2. Подготовить доклад на тему «Слово как физиологический и лечебный фактор».

Задание 3. Заполните таблицу «Подходы к психокоррекции личности»

Основные сферы личности	Теории личности, основные положения	Цель психокоррекции сферы личности	Методы работы
Потребностно-мотивационная			
Эмоционально-волевая			
Когнитивно-познавательная			
Межличностно-социальная			
Действенно-практическая			
Морально-нравствен-			

ная			
Экзистенциально-бытийная			

Задание 4. Психокоррекционные случаи

Прочитайте описания психокоррекционных случаев и ответьте на вопросы. В чем сходство и различие данных случаев? Какие психокоррекционные методы уместны в одном и втором случае? Какова вероятность успешной коррекционной работы и какие факторы могут повлиять на успех?

Психокоррекционный случай 1

Александра, 22 года. Девушка получила высшее образование в крупном университете города и недавно устроилась на химическое предприятие в качестве инженера. Одновременно с ней в одном помещении работают женщины (40-50 лет), которые являются лаборантами и выполняют менее квалифицированную работу. Со слов Александры, женщины-лаборанты постоянно пытаются унижить и оскорбить ее. Девушка коротко отвечает на их высказывания либо никак не реагирует, что еще сильнее их злит.

Жалобы Александры: «Невозможно работать в таких условиях, хотя я и не обостряю с ними конфликт, а пытаюсь договориться, но это бесполезно. Поэтому приходится терпеть». Все это влияет на самочувствие: Александра возвращается домой без сил, чувствует себя подавленной, уставшей и говорит, что «лаборантки как будто высосали всю энергию». Мотивация к труду падает, утром, собираясь на работу, пребывает в подавленном настроении. При этом, со слов девушки, «о смене работы не может быть и речи». Девушка чувствует себя растерянной, разочаровавшейся в настоящем месте работы и коллективе и отчаявшейся каким-либо образом исправить ситуацию. У Александры наблюдается сниженный фон настроения, неудовлетворенность общением с коллегами, а также высокий уровень тревожности. При этом она говорит о себе как о коммуникабельном, легком в общении человеке и о том, что в прошлом у нее никогда не возникало проблем при адаптации в новом коллективе.

Психокоррекционный случай 2

Виктор, 45 лет. Виктор работает в ОАО «АВТОВАЗ» 20 лет. В течение очень долгого времени он работал в одной бригаде, в одном и том же коллективе, под руководством одного начальника. В коллективе установилась дружеская обстановка, все стали близкими друг другу.

В коллективе появились определённые традиции. Хорошие отношения сложились и с начальством. Недавно произошло перераспределение рабочих мест и Виктора перевели в другую бригаду. Здесь ему работать не нравится. На новом месте у него появились новые обязанности, которые выполнять нет желания. Также мужчина говорит, что с новым коллективом у него нет ничего общего, с новыми людьми не о чем поговорить.

Отношения с новым начальником также напряжённые. Виктор говорит, что у него совсем пропало желание ходить на работу, пропал интерес к деятельности и время, проведённое на работе, тянется очень долго. Из-за этого мужчина стал замкнут, напряжен. У него постоянно отсутствует настроение. Виктор мечтает вернуться в свой прежний коллектив, а также выполнять ту работу, к которой он привык и которая ему нравится.

Задание 5. Психокоррекционные случаи

Прочитайте описания психокоррекционных случаев и ответьте на вопросы. В чем сходство и различие данных случаев? Какие психокоррекционные методы уместны в одном и втором случае? Какова вероятность успешной коррекционной работы и какие факторы могут повлиять на успех?

Психокоррекционный случай 1

Евгения В., 16 лет

Родители Евгении обратились за консультацией по просьбе самой девочки. Причина обращения - постоянно сниженное настроение, отсутствие друзей и подруг. Женя жалуется, что она никому не интересна, что никто не обращает на нее внимания. Она учится в 10 классе. Ее учебные достижения очень высоки. Женя утверждает, что ее не беспокоят ее отношения с родителями и со сверстниками.

При этом она не осознает противоречия между этим утверждением и причиной обращения к психологу.

Психологическое обследование показало, что Женя глубоко переживает отсутствие теплых и близких отношений со взрослыми и сверстниками. Ее погруженность в учебу представляет собой форму психологической защиты, снижающей остроту переживания. Этот способ поведения поддерживается также ожиданиями родителей и учителей, чье мнение имеет для девочки очень большое значение.

Конфликт между подавленными, недостаточно осознаваемыми эмоциональными потребностями и сознательной направленностью на учебу приводит к высокой эмоциональной напряженности. Она и стала причиной того, что Женя попросила о психологической помощи. В то же время она не осознает этого конфликта и определяет свою проблему как отсутствие у себя как внешней, так и личностной привлекательности. В действительности это приятная, обаятельная девушка; по словам учителей, ее высоко оценивают одноклассники, которые, однако, мало с ней общаются, так как считают ее «слишком умной».

Психокоррекционный случай 2

Сергей И., 14 лет

Родители жалуются на то, что сын стал замкнут, упрям, постоянно проявляет негативизм. Три года назад семья переехала в Тольятти из военного городка в Крыму. Мальчик с трудом адаптировался в новом окружении. Учителя жаловались на его поведение, отмечали «хулиганские выходки» как во время уроков, так и на переменах. Сережа стал часто прогуливать уроки. Администрация дважды ставила вопрос о его исключении из школы, но родителям оба раза удавалось погасить конфликт. В период жизни в Крыму поведение Сергея также вызывало нарекания, но жалоб было существенно меньше.

В первое время после переезда Сергей часто бывал возбужден, находился в приподнятом настроении. Он проводил много времени на улице или в сквере около дома, пытаясь принимать участие в развлечениях своих сверстников. Эти попытки не встречали у них положительной реакции. Со временем Сережа их прекратил и стал большую часть времени проводить дома. Однако иногда он уходил на целый день, выбирая для своих прогулок уединенные места.

Психологическое обследование выявило высокий уровень эмоциональной напряженности. Сергей воспринимает свое социальное окружение (включая и взрослых, и сверстников) как враждебное по отношению к себе. Во время обследования держится настороженно и подозрительно. Он идеализирует свою прежнюю жизнь в Крыму, хочет туда вернуться. Тольятти называет «бандитским городом». Мальчик выраженно экстравертен. Фрустрация потребности в общении переживается им очень остро.

Задание 6.

Разделитесь на подгруппы по 2-3 человека, где 1 – психолог, 2 – клиент, 3 – наблюдатель. Смоделируйте ситуацию психологической интервенции семьи и продемонстрируйте технические приемы:

- открытые и закрытые вопросы;
- перефразирование;
- интерпретация;
- отражение чувств;
- повтор (поддержка);
- минимальное подкрепление;
- невмешательство;
- резюме;
- конфронтация.

Проанализируйте, какие технические приемы было легче выполнить, какие тяжелее и почему.

Задание 7. Копинг-стратегии.

Прочитайте теоретический отрывок и придумайте 2-3 примера применения людьми копинг-стратегий в обыденной жизни.

Копинг-стратегии представляют собой сознательные усилия личности, предпринимаемые для совладания со стрессовыми ситуациями, порождающими тревогу. В реальном повседневном поведении человека, пытающегося решить ту или иную проблемную ситуацию, как правило, различные защитные механизмы комбинируются с разными вариантами копинг-стратегий. Последние крайне многообразны, но легко укладываются в три основных типа – разрешение проблемы, поиск социальной поддержки и избегание – уход от необходимости самостоятельного решения. Выбор конкретного типа стратегии обусловлен объективными обстоятельствами проблемной ситуации. Но он также во многом зависит от личностных особенностей индивида, от направленности личности, характера ценностных ориентации, системы социальных установок и отношения к себе, окружающим и в особенности к своему нарушению.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.- сост. И.В. Белашева, М.Л. Есян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015.

- 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие №5-6

Тема 3: Бихевиоральный подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Цель: ознакомление с основами бихевиорального подхода в психокоррекционной и реабилитационной работе.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Поведенческий подход – подход, где в центре внимания психолога находится человеческое поведение, а конкретнее "что в поведении есть", "что мы в поведении изменить хотим" и "что для этого конкретно следует сделать". Бихевиоральный подход - поведенческий подход, где человек рассматривается не как самостоятельная личность со своими целями, а только как организм, управляемый внешними обстоятельствами.

Соответственно, бихевиоризм (бихевиоральный подход) – разновидность, одно из направлений поведенческого подхода. О всем разнообразии направлений внутри поведенческого подхода

Вопросы для обсуждения:

1. Бихевиоральный подход.
2. Коррекция как воздействие, направленное на изменения поведения.
3. Основные понятия: стимул, реакция, подкрепление.
4. Оперантное и социальное научение.
5. Моделирование и репетиция поведения.
6. Использование релаксации.
7. Систематическая десенсибилизация.

Задания:

Задание 1. Лихи Р., Сэмпл Р. Когнитивно-бихевиоральный подход к лечению посттравматического стрессового расстройства // Современная терапия психических расстройств. 2006. № 2. С. 25-30.

Задание 2. Конспект статьи из Хрестоматии «Когнитивно-бихевиоральный подход в психотерапии и консультировании» / М-во трансп. России. Мор. гос. ун-т им. адмирала Г.И. Невельского ; [Власова Т.В.]. Владивосток, 2003.

Задание 3. Преображенская А.О. Когнитивно-бихевиоральный подход в коррекции детско-родительских отношений // Актуальные вопросы современной науки. 2011. № 20. С. 152-160.

Задание 4. Составление программы психологической реабилитации военнослужащих, основанную на бихевиоральном подходе

Цель задания: на основе полученных знаний составить программу психологической поддержки и реабилитации военнослужащего, получившего психические травмы.

Содержание задания.

1. Составить программу психологической реабилитации для военнослужащих, получивших психические травмы
2. Составить программу последующей психологической поддержки
3. Самостоятельно подобрать для исследования каждого качества соответствующие психодиагностические методики.

Задание 5.

Дайте определение основным понятиям бихевиорального подхода.

Вся бихевиориальная психокоррекция непосредственно связана с научением. Поэтому базисная терминология отражает основные концепции научения. Основными являются следующие понятия: «обусловливание», «генерализация», «контробоусловливание», «эффекты частичного подкрепления», «затухание», «вызванные эмоциональные реакции», «реакция избегания», «конфликт», «избыточное поведение».

Задание 6.

Для поведенческой коррекции характерно следующее:

- *стремление психолога оказать помощь клиентам, чтобы они реагировали на жизненные ситуации так, как хотят сами, т.е. содействовать увеличению потенциала их личного поведения или исключению нежелательных способов реагирования;*
- *отсутствие требования изменить эмоциональные отношения и чувства клиента;*
- *наличие позитивных отношений между психологом и клиентом, являющихся необходимым, но недостаточным условием эффективного коррекционного воздействия;*
- *жалобы клиента рассматриваются не как симптомы лежащей за ними проблемы, а как значимый материал, на котором фокусируются коррекционные воздействия;*
- *психолог и клиент договариваются о специфических целях коррекции, понимаемых таким образом, что и клиент, и психолог знают, как и когда эти цели могут быть достигнуты.*

Составьте краткий диалог между консультантом и его клиентом, в котором отражены все вышеперечисленные характерные особенности бихевиорального подхода.

Задание 7.

Заполните таблицу:

Критерий	Характеристика
Цели коррекции	
Позиция психолога	
Требования и ожидания от клиента	

Задание 8. Техники поведенческой коррекции

Дайте характеристику техникам и приведите пример их использования:

1. Методика «негативного воздействия».
2. Методика «скилл-терапии» (предложена Д. Мейхенбаумом, 1976)
3. Методики формирования поведения. «Шейпинг».
4. Методики, основанные на принципах положительного и отрицательного подкрепления.
5. «Контроль стимула».
6. «Угашение».
7. «Оценка ответов» (методика «Штрафов»).
8. «Насыщение».
9. «Гиперкоррекция»

Задание 9.

Прочитайте отрывок, посвященный методу систематической десенсибилизации и напишите показания для применения этого метода.

Метод систематической десенсибилизации – метод систематического постепенного уменьшения сензитивности (чувствительности) человека к предметам, событиям или людям, вызывающим тревожность, а следовательно, и систематическое оследовательное уменьшение уровня тревожности по отношению к этим объектам.

Д. Вольпе в работе «Психотерапия реципрокным торможением» раскрыл механизм торможения тревожных реакций с помощью одновременного вызывания других реакций, которые с физиологической точки зрения являются антагонистическими по отношению к тревоге, несовместимы с ней. Если несовместимая с тревогой реакция вызывается одновременно с импульсом, который до сих пор вызывал тревогу, то условная связь между импульсом и тревогой ослабевает. Такими антагонистическими реакциями по отношению к тревоге являются прием пищи, реакции самоутверждения, половые реакции и состояние релаксации. Самым адаптивным и действенным стимулом в устранении тревоги оказалась мышечная релаксация. Вольпе показал, что происхождение и угасание невротической тревожности, подавляющей полезные адаптивные реакции субъекта, можно объяснить с позиции теории классического обусловливания. Возникновение неадекватной тревожности и фобических реакций, по мнению Вольпе, основано на механизме условно-рефлекторной связи, а угасание тревожности – на механизме контр-обусловливания в соответствии с принципом реципрокного подавления: если реакцию, противоположную тревожности, можно будет вызвать в присутствии стимулов, приводящих к возникновению тревожности, то это приведет к полному или частичному подавлению реакции тревожности.

Д. Вольпе определял невротическое поведение как закрепившуюся привычку неадаптивного поведения, приобретенного в результате научения. Принципиальное значение отводится тревоге, являющейся составной частью ситуации, в которой происходит невротическое научение, а также составной частью невротического синдрома. Вольпе разработал специальную технику, предназначенную для погашения этих условных автономных реакций, – систематическую десенсибилизацию.

Он считал, что неадаптивное поведение человека (в том числе невротическое) в значительной своей части определяется тревогой и поддерживается снижением ее уровня. Страх, тревога могут быть подавлены, если объединить во времени стимулы, вызывающие страх, и стимулы, антагонистичные страху. Произойдет противообусловливание: не вызывающий страх стимул погасит прежний рефлекс. На основании такого предположения Вольпе разработал один из наиболее распространенных в настоящее время методов поведенческой коррекции – метод систематической десенсибилизации.

У человека одним из действенных стимулов, противоположных страху, является релаксация. Поэтому, если обучить клиента глубокой релаксации и в этом состоянии побудить его вызвать в воображении стимулы, обуславливающие все большую степень тревоги, произойдет десенсибилизация клиента и к реальным стимулам или ситуациям, вызывающим страх. Такова была логика обоснования этого метода.

Метод систематической десенсибилизации, разработанный Д. Вольпе для преодоления состояния повышенной тревожности и фобических реакций, приобрел известность и широко используется в психологической практике. Вольпе реализовал идею сверх-обусловливания в работе с клиентами,

испытывающими страхи и фобии, посредством сочетания состояния глубокой релаксации клиента и предъявления ему стимула, в обычной ситуации вызывающего страх, при этом подбирая стимулы по интенсивности так, чтобы реакция тревожности была подавлена предшествующей релаксацией. Таким образом, конструировалась иерархия стимулов, вызывающих тревожность, от стимулов минимальной интенсивности, вызывающих у клиентов лишь легкое беспокойство и тревогу, до стимулов, провоцирующих сильно выраженный страх и даже ужас. Этот принцип систематического градуирования стимулов, вызывающих тревожность, и дал название методу систематической десенсибилизации.

Сама методика относительно проста. У человека, находящегося в состоянии глубокой релаксации, вызывается представление о ситуациях, приводящих к возникновению страха. Затем посредством углубления релаксации клиент снимает возникающую тревогу. В воображении представляются различные ситуации: от самых легких - к трудным, вызывающим наибольший страх. Процедура заканчивается, когда самый сильный стимул перестает вызывать у пациента страх.

Задание 10. Техника «Поведенческий эксперимент»

Обучающий эксперимент в когнитивной терапии – это метод, при котором терапевт и клиент совместно разрабатывают и проводят практический эксперимент, чтобы проверить достоверность негативных убеждений или автоматических мыслей клиента. Цель заключается в том, чтобы на опыте убедиться, соответствуют ли эти убеждения реальности, и, при необходимости, скорректировать их.

Цель техники – проверить и изменить негативные убеждения клиента через действия, эксперимент.

Длительность занятия (сеанс): 60 минут.

Время на выполнение эксперимента – зависит от задачи (обычно между занятиями).

Негативные убеждения клиента – это глубокие, устойчивые и часто подсознательные представления о себе, других людях или мире, которые имеют негативный характер. В когнитивной терапии их также называют дисфункциональными или базовыми убеждениями. Эти убеждения влияют на восприятие и интерпретацию событий, способствуя возникновению негативных мыслей и эмоций. Примеры негативных убеждений: «Я неудачник и никогда не добьюсь успеха». «Никому нельзя доверять; люди всегда предадут». «Мир опасен, и плохие вещи случаются постоянно».

Рекомендации для психолога при использовании метода поведенческого эксперимента

Убедитесь, что эксперимент безопасен для клиента и окружающих. Поощряйте реалистичные и выполнимые действия. Проявляйте поддержку и избегайте осуждений, независимо от исхода эксперимента.

Необходимые материалы: бумага и ручка. Процедура проведения Вступление (5 минут) Объясните цель поведенческого эксперимента.

Выбор убеждения для проверки (до 10 минут) Определите негативное убеждение, которое ограничивает клиента (пример: если я выскажу свое мнение, меня осудят)

Разработка гипотезы (5 минут)

Негативная гипотеза: Меня будут критиковать.

Альтернативная гипотеза: люди примут мое мнение.

Планирование действий (10 минут)

Определите конкретные шаги для проверки гипотезы (пример: выступить перед коллективом)

Предсказания и критерии оценки (10 минут)

Негативное предсказание. Клиент описывает, что, по его мнению, может произойти негативного, если он предпримет определенное действие (могу забыть текст вдруг, я

буду выглядеть глупо, все на меня будут смотреть и т.п.). Например: «Если я выскажу свое мнение, меня осудят и раскритикуют».

Позитивное предсказание (альтернативная гипотеза). Клиент предлагает более позитивное или реалистичное предсказание. Например: «Люди примут мое мнение и отнесутся с пониманием».

Определение критериев оценки. Устанавливаются конкретные показатели, по которым будет оцениваться результат эксперимента. Например: физические реакции (например, уровень напряжения, сердцебиение - оценка по шкале от 0 до 10); эмоциональные состояния (уровень тревоги, уверенности - оценка по шкале от 0 до 10); поведенческие реакции (способность выполнить действие, реакции окружающих и т.п.).

Запишите, что клиент ожидает увидеть и определите, как будете оценивать результаты.

Выполнение эксперимента (между занятиями). Клиент проводит запланированное действие. Записывает наблюдения, собственные мысли и эмоции вовремя и после эксперимента.

Пример реализации поведенческого эксперимента

Идентификация негативного убеждения. Клиент и психолог определяют конкретное убеждение или мысль, которую хотят проверить. Например: "Если я выскажу своё мнение на собрании, меня раскритикуют".

Далее разрабатывается план действий, который позволит проверить это убеждение в реальной ситуации. В нашем примере это может быть подготовка и выступление с коротким сообщением на следующем собрании.

Проведение эксперимента – клиент реализует запланированное действие, наблюдая за своими эмоциональными реакциями и ощущениями.

Анализ результатов. После эксперимента клиент и психолог обсуждают, что произошло, и сравнивают реальные результаты с первоначальными ожиданиями.

Обсуждение (10 минут) Попросите клиента рассказать о том, как прошел эксперимент. Сравните предсказания с реальными результатами.

Сформулируйте совместно с клиентом выводы. Обсудите то, как результаты влияют на первоначальное убеждение клиента. Помогите клиенту скорректировать убеждения на основе опыта, как приобретенного в рамках психокоррекции, так и имевшегося ранее (жизненного) опыта.

В заключении поддержите клиента, отметьте его усилия и успехи, обсудите также возможность проведения новых экспериментов.

Примерная речь психолога. Сегодня мы с вами проделали важную работу и проверили ваши убеждения на практике. Вы смогли справиться с ситуацией лучше, чем ожидали, и это большой шаг вперед. Ваши усилия и готовность изменить взгляды заслуживают похвалы. Давайте продолжим в этом направлении, чтобы укрепить вашу уверенность и помочь вам вернуться к привычной жизни.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.- сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

<http://www.biblioclub.ru/> – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие №7-8

Тема 4: Психоаналитический подход к проблеме психологической коррекции и реабилитации.

Цель: ознакомление с основами психоаналитического подхода в психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Согласно Фрейду, человеческая психика состоит из трех уровней: сознание, предсознательное и бессознательное. Часть наших фантазий, желаний находится в предсознательном и становится ясной, лишь когда мы направляем на нее свое внимание. Но многое мы не можем осознать даже ценой величайших усилий. Эта часть души называется «бессознательным». Здесь находится все то, что тревожит и ранит нас, что неприемлемо для нашего «Я». Даже усилием воли самостоятельно мы не можем осознать, «вспомнить» это. И психоанализ помогает нам проделать эту работу.

Бессознательные мотивы человека постоянно стремятся вырваться наружу, но поскольку это противоречит здравому смыслу, подсознание выступает неким цензором, который их блокирует, не давая реализовываться. В связи с этим человек находится в состоянии постоянного внутреннего конфликта и подвержен невротическому состоянию. Фрейд подчеркивал, что нет четкой границы между нормой и аномалией и каждый человек потенциальный невротик. Поскольку человеку необходима защита от бессознательных чувств, психика вырабатывает определенные механизмы психологической защиты.

Вытеснение – самый неэффективный механизм. В процессе вытеснения бессознательные мотивы не получают выхода, разрядки, они просто вытесняются в подсознание. Там они трансформируются и могут всплывать в сознании человека в виде символов – в снах, в описках, в оговорках, в ошибках памяти (эффект дежа вю).

Регрессия – реализация бессознательных чувств и избегание конфликта посредством каких-либо действий и мыслей. Человек начинает грызть ногти, портить одежду, верить в злых духов и т.д. То есть возвращается к более ранним, детским поступкам.

Рационализация – попытка объяснить свои бессознательные действия и поступки разумными вещами.

Проекция – это приписывание другому человеку чувств, мыслей, желаний, которые присущи самому. Если субъект проекции оправдывает приписанные ему чувства, то

бессознательные чувства человека получают разрядку, и человек чувствует себя удовлетворенным, так как может осознать реальность своих желаний. На основе механизма проекции возникли проективные методики.

Сублимация – это реализация сексуальных и агрессивных желаний человека в творческой деятельности. Потому что именно в процессе творения, человек может достичь катарсиса. Фрейд все достижения творчества и искусства человечества считал продуктом сублимации. На основе сублимации возникла арт-терапии.

Вопросы для обсуждения:

1. Психоаналитический подход.
2. Принципы психоанализа.
3. Механизмы психологической защиты.
4. Психокоррекционная работа как обеспечение возможности символического выражения и отреагирования бессознательных импульсов и травматических переживаний.
5. Свободные ассоциации, толкование сновидений, анализ сопротивления, анализ переноса и интерпретация как базовые психоаналитические техники.

Задания:

Задание 1. Подготовить доклад на тему «Аналитическая психология К.Г. Юнга».

Задание 2. Конспект статьи: Кадыров И. М. Психоанализ сегодня: в чем его специфика? // Международный психоаналитический ежегодник. Избранные статьи из Международного Журнала Психоанализа. Третий выпуск (под ред. Кадыров И.М.) / Под ред. И. М. Кадыров. Т. 3. – Новое литературное обозрение Москва, 2013. – С. 5-19.

Задание 3. Кадыров И. М. Психоанализ для глубокого и широкого читателя. От главного редактора Международного психоаналитического ежегодника // Международный психоаналитический ежегодник. Избранные статьи из Международного Журнала Психоанализа. Второй выпуск (под ред. Кадыров И.М.) / Под ред. И. М. Кадыров. – Т. 2. Новое литературное обозрение Москва, 2012. – С. 5-12.

Задание 4. Анализ защитных механизмов

Прочитайте приведенные ситуации и определите, какие **механизмы психологической защиты** проявляются в каждом случае. Обоснуйте свой выбор, сославшись на определения и функции защитных механизмов по З. Фрейду и его последователям.

1. Студент, проваливший экзамен, утверждает, что предмет «всё равно бесполезен».
2. Девушка, испытывающая враждебность к подруге, уверена, что это подруга «тайно её ненавидит».
3. Мужчина, сорвавшийся на коллегу, после рабочего дня покупает ему кофе и шутит с ним, как ни в чём не бывало.
4. Подросток, чьи родители разводятся, утверждает, что «ему всё равно» и ведёт себя вызывающе беззаботно.
5. Женщина, потерявшая ребёнка, ухаживает за бездомными животными, полностью посвящая им себя.
6. Юноша, не получивший желаемого повышения, убеждает себя, что «не хотел брать на себя такую ответственность».

7. Мать, часто раздражающаяся на ребёнка, говорит, что «он сам её злит, потому что неблагодарный».
8. Девушка, отказавшаяся от участия в конкурсе, объясняет своё решение «отсутствием времени», хотя на самом деле боится поражения.
9. Мужчина, переживший унижение на работе, срывает раздражение на домашних, не осознавая причины своего гнева.
10. Студент, нервничающий перед защитой курсовой, вдруг заболевает и не может прийти на презентацию.
11. Женщина, завидующая успеху коллеги, уверяет себя, что «у той просто связи».
12. Подросток, которого наказали, демонстративно смеётся и делает вид, что ему весело.
13. Мужчина, вспыльчиво критикующий других за грубость, сам часто повышает голос и не замечает этого.
14. Девушка, переживающая расставание, резко меняет имидж и уходит в активную общественную деятельность.

Задание 5. Формы проявления бессознательного

Прочитайте примеры и определите, **в какой форме бессознательное прорывается в сознание** (оговорка, описки, ошибка действия, забывание, сновидение, симптом и т. д.).

1. Человек случайно называет партнера именем бывшего.
2. Преподаватель вместо «экзамен по философии» говорит «экзакуция по философии».
3. Девушка, которая собиралась признаться в чувствах, «забывает» телефон дома.
4. Мужчина в день важного собеседования теряет документы.
5. Молодой человек видит сны, в которых опаздывает на встречу, хотя в реальности всегда приходит вовремя.
6. Женщина, планировавшая визит к врачу, «случайно» путает день приёма и не приходит.
7. Ребенок, которому запретили играть, ломает игрушку «по неосторожности».
8. Мужчина, обидевшийся на начальника, случайно проливает кофе на его стол.
9. Девушка, желающая расстаться с партнёром, всё чаще забывает перезвонить ему.
10. Актер, нервничающий перед выходом на сцену, вдруг теряет голос без медицинских причин.
11. Женщина, тревожащаяся из-за отношений, во сне видит, как за ней захлопывается дверь.
12. Мужчина, боящийся признаться в страхе перед полётом, случайно забывает паспорт перед вылетом.
13. Девочка, ревнующая младшего брата, «нечаянно» роняет его игрушку.
14. Молодая сотрудница, недовольная начальницей, постоянно делает описки в её имени в документах.

Задание 6. Составление программы психологической коррекции женщин, жертв домашнего насилия, основанную на психоаналитическом подходе

Цель задания: на основе полученных знаний составить программу психологической реабилитации женщин, жертв домашнего насилия, основанную на психоаналитическом подходе.

Содержание задания.

1. Составить программу психологической реабилитации для женщин, получивших психические травмы в результате домашнего насилия
2. Составить программу последующей психологической поддержки
3. Самостоятельно подобрать для исследования каждого качества соответствующие психодиагностические методики.

Задание 7. Кейс

Максим, 25 лет, здоровый молодой человек, обращается к психологу по вопросу одиночества. У Максима практически нет друзей, особенно его беспокоит то, что он до сих пор девственник. Сам себя он характеризует как застенчивого, спокойного человека. У него со временем сформировался комплекс неполноценности из-за того, что он не ведет активную социальную и половую жизнь. Он просто не может непосредственно начать общение с другим человеком, особенно с девушкой.

Усугубляет положение и то, что Максим сам себя считает некрасивым, непривлекательным, нехаризматичным. Также он чувствует себя немужественным, он как бы неправильный мужчина (и по внешности, и по образу жизни, который он ведет). Психолог отмечает, что Максим слишком строг к себе. Уродом его назвать нельзя, говорит он, кроме того, у Максима все же здоровое, хоть и не спортивное тело.

Максима мучает то, что жизнь проходит, скоро он уже чисто физически не сможет никого привлечь. Чувство ускользающего времени и социальная тревожность борются в нем между собой. Это выливается в нерешительные попытки завести социальный контакт, которые очень быстро прекращаются.

Вопросы:

- 1) Как вы думаете, какая у Максима семья?
- 2) В чем причина такого эмоционального состояния Максима?
- 3) Как может проявляться **влияние родительских фигур** (отца и матери) на формирование мужской идентичности Максима?
- 4) Какие события в прошлом Максима могли сформировать его как личность?
- 5) Что означает его фраза «Я как бы неправильный мужчина» с точки зрения психоанализа? Какие бессознательные установки она может отражать?
- 6) Почему, по мнению Фрейда, **чувство вины и внутренний запрет на удовольствие** часто лежат в основе сексуальной застенчивости? Проявляется ли это у Максима?
- 7) Какие **бессознательные выгоды** (вторичная выгода симптома) может приносить Максиму его застенчивость и изоляция?
- 8) Как можно определить **основную цель психоаналитической коррекции** в работе с Максимом?

Задание 8. Кейс

Клиентка – **Анна, 32 года**, дизайнер-фрилансер. Обратилась к психологу с жалобами на хроническое чувство тревоги, бессонницу, трудности в построении близких отношений. Анна говорит:

«Я вроде бы все понимаю, стараюсь контролировать себя, но в отношениях все повторяется. Сначала идеализация – потом раздражение, дистанция, чувство вины и пустота. Мне кажется, я всегда выбираю “не тех” людей».

Из биографии известно: Анна росла в семье, где отец был эмоционально холоден и часто критиковал дочь. Мать – тревожная, чрезмерно опекающая женщина, склонная к жертвенности. Родители развелись, когда Анне было 10 лет. После развода мать часто делилась с дочерью своими переживаниями о «мужской жестокости» и говорила, что «все мужчины одинаковы».

Анна говорит, что с подросткового возраста ей снился один и тот же сон:

«Я стою на берегу моря, но вода чернеет, и волна накрывает меня. Я не тону, но не могу пошевелиться».

В беседе она избегает обсуждения темы детства, легко переходит на рациональные рассуждения, говорит о «психологических механизмах» и «детских сценариях», будто дистанцируясь от собственных чувств.

Иногда клиентка описывает эпизоды сильной тревоги и раздражения, возникающие «без причины». В недавнем разговоре с психологом она заметила:

«Наверное, вы тоже думаете, что я слишком драматизирую».

На последних сессиях она начала рассказывать, что ей снится психолог – «он стоит спиной и молчит».

Вопросы и задания:

1. Какие **бессознательные конфликты** можно предположить в основе симптоматики Анны?
2. Как в ее поведении и речи проявляются **механизмы психологической защиты** (вытеснение, рационализация, проекция и др.)?
3. Что можно сказать о **переносе** и **сопротивлении** в отношениях Анны с психологом?
4. Какой **символический смысл** могут иметь сны Анны?
5. Какие **цели и задачи** может поставить перед собой психолог, работающий с ней в психоаналитическом подходе?
6. Какие **техники психоанализа** (свободные ассоциации, анализ сновидений, интерпретация сопротивления и переноса) можно использовать в данном случае?
7. Какие **риски** может нести для терапевтического процесса слишком ранняя интерпретация бессознательного содержания?
8. Как клиентка использует **рационализацию** и **интеллектуализацию** для защиты от эмоциональных переживаний?

Задание 9. Анализ бессознательного содержания

Прочитайте следующий фрагмент консультативного диалога:

Клиент: «Я всегда стараюсь быть хорошим. Даже если злюсь, я этого не показываю. Мне кажется, если позволю себе злость – меня перестанут любить».

Психолог: «То есть злость для вас связана с потерей любви?»

Клиент: «Да, наверное... Хотя, если честно, иногда хочется все бросить и просто кричать».

Определите, какие **бессознательные конфликты** могут стоять за словами клиента. Укажите:

1. Какой **внутренний запрет** (Супер-Эго) проявляется в его речи;
2. Какие **механизмы защиты** он использует;
3. Какое направление могла бы принять психоаналитическая интерпретация в данной ситуации.

Задание 10. Симптом как компромисс

Клиент жалуется на постоянные приступы раздражения, которые он объясняет «стрессом на работе». Однако при анализе выясняется, что раздражение возникает только в контактах с авторитетными мужчинами.

Определите, какие **детские переживания** могут быть связаны с данным симптомом. Что означает понятие «**симптом как компромиссное образование**» в психоанализе? Какую функцию выполняет симптом в системе психической защиты клиента? Как может измениться симптом при осознании бессознательного конфликта?

Задание 11. Диагностика защит

Составьте **небольшой тест (5-7 утверждений)** для выявления доминирующего защитного механизма у клиента.

1. Продумайте формулировки, позволяющие определить рационализацию, проекцию, сублимацию, регрессию и отрицание;
2. Укажите, какие ответы будут типичны для каждого типа защиты.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.- сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015.

- 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека
<http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие №9-10

Тема 5: Гештальт-подход в коррекционной работе.

Цель: ознакомление с основами гештальт-подхода в психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Гештальт – (нем. Gestalt – форма, образ, структура) – в психотерапии – целостный подход к психической деятельности, как и ко всему организму.

В основе целостного восприятия лежит система доминирующих образов, обеспечивающих наше отношение к воспринимаемым событиям за счет выделения нашим сознанием «фигуры на фоне», т.е. более значимое, из всего что происходит вокруг, мы выделяем (фигура), а остальное остается не интересным (фон).

Физиологические и психические процессы у человека рассматриваются гештальт-терапевтом в единстве, как проявления человеческого бытия.

Таким образом, во время гештальт-терапии, можно на основании действий клиента понять, что он думает, а на основании его мыслей – что он делает или хотел бы сделать.

Между же мышлением и действиями, часто происходит стадия бессознательной ролевой игры.

У человека с психологическими, эмоциональными и личностными проблемами происходит нарушение целостности восприятия и ощущения, он не может объединить в целое (гештальт) свои чувства, мысли и поведение.

Этому могут способствовать его комплексы, внутренние конфликты и незаконченные ситуации.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия гештальт-подхода в коррекционной работе: поле, саморегуляция, контакт, творческое приспособление, доминантность.
2. Последовательность контакта.
3. Способы прерывания контакта.
4. Механизмы психологической защиты.
5. Теория полярностей.
6. Цели и ценности гештальт-терапии.
7. Способы развития способности к проживанию и осознанию жизненного опыта.
8. Диалог как психотерапевтический инструмент.
9. Работа с образами и телесными ощущениями в гештальте.
10. Работа со сновидениями.

Задания:

Задание 1. Конспект статьи: Александров А.А. Интеграция принципов и методов гештальт-терапии в систему личностно-ориентированной (реконструктивной) психотерапии // Интегративные аспекты современной психотерапии. Л., 1992.

Задание 2. Конспект статьи: Дормашев Ю. Б. Гештальт деятельности // Учёные записки кафедры общей психологии МГУ. Выпуск 2. М.: Смысл. — 2006. — С. 60–76.

Задание 3. Конспект статьи: Владимир Р. Инсайт и гештальт 1997, №3. <http://psyjournals.ru/mpj/1997/n3/rybin.shtml> // Консультативная психология и психотерапия. — 1997. — № 3. — С. 85–105.

Задание 4. Составление программы психологической реабилитации детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, основанную на гештальт подходе

Цель задания: на основе полученных знаний составить программу психологической поддержки и реабилитации детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, основанную на гештальт подходе.

Содержание задания.

1. Составить программу психологической поддержки и реабилитации для детей, получивших психические травмы
2. Составить программу последующей психологической поддержки
3. Самостоятельно подобрать для исследования каждого качества соответствующие психодиагностические методики.

Задание 5. Найдите ошибку

В каждом из утверждений допущена логическая или содержательная ошибка. Исправьте ее, пояснив, в чем состоит искажение смысла гештальт-подхода.

1. В гештальт-терапии основное внимание уделяется анализу прошлого клиента и его ранних травм.
2. Прерывание контакта рассматривается как проявление зрелости личности и завершенности гештальта.
3. Цель гештальт-терапии – формирование у клиента правильных реакций и моделей поведения.
4. Осознание в гештальт-терапии – это интеллектуальное понимание причин своих поступков.
5. Основная задача терапевта – интерпретировать переживания клиента и объяснить их смысл.
6. Терапевт должен помогать клиенту избегать сильных эмоций, чтобы не усиливать тревогу.
7. Чем больше клиент говорит о своем прошлом, тем эффективнее проходит гештальт-сессия.
8. В гештальт-терапии чувства и телесные ощущения рассматриваются как второстепенные по сравнению с мышлением.

Задание 6. Завершите определение

Заполните пропуски в определениях, выбрав нужные слова из списка: фон, фигура, прерывание контакта, осознание, полярности, «здесь и сейчас», творческое приспособление, проекция, интроекция, ретрофлексия, дефлексия, конфлюэнция.

1. В гештальт-терапии человек воспринимает мир через выделение значимого элемента – _____ – на фоне менее значимого окружения – _____.
2. Способность адаптироваться к изменяющимся условиям среды посредством новых форм поведения называется _____.
3. Основным принципом гештальт-терапии является внимание к опыту клиента _____.
4. Когда человек направляет энергию, предназначенную для других, на самого себя, это называется _____.
5. Непроизвольное перенесение своих чувств на других называется _____.
6. Отсутствие различий между собой и другими людьми, растворение границ контакта – это _____.
7. Уклонение от прямого переживания эмоций с помощью шуток, рассуждений или отвлечений – это _____.
8. Восприятие противоположных качеств внутри личности и поиск их интеграции – это работа с _____.

Задание 7. Классификация форм прерывания контакта

Перед вами описания клиентских высказываний. Определите, какой **способ прерывания контакта** проявляется в каждом случае: интроекция, проекция, ретрофлексия, дефлексия, конфлюэнция.

1. «Я стараюсь всем угодить, потому что не люблю ссориться».
2. «Он меня бесит, хотя я не понимаю почему».
3. «Я не нуждаюсь ни в ком, мне проще все делать самому».
4. «Не думаю, что это важно. Лучше поговорим о чем-то другом».
5. «Мы с мужем – одно целое, у нас нет разногласий».
6. «Так принято, поэтому я не задаю лишних вопросов».
7. «Не злюсь! Просто настроение испортилось».
8. «Если я буду говорить о себе, это покажется эгоизмом».
9. «Не знаю, чего хочу. Наверное, как все».
10. «Каждый раз, когда хочу кому-то сказать “нет”, у меня немеет язык».

Задание 8. Завершение гештальта

Ниже приведены примеры незавершенных ситуаций. Предложите варианты действий, которые могли бы способствовать их завершению.

1. Человек все еще испытывает обиду на коллегу, но избегает с ним разговора.
2. Женщина годами хранит подарки бывшего партнера, хотя отношения давно закончились.
3. Студент откладывает разговор с преподавателем о неудачной оценке.
4. Родитель постоянно возвращается мыслями к тому, что не смог уделять ребенку больше времени.
5. Молодой человек чувствует тревогу перед каждым выступлением, но никогда не говорит о своем страхе.
6. Подросток продолжает злиться на родителей за ограничения, но делает вид, что ему «все равно».
7. Мужчина, потерявший близкого друга, не позволяет себе плакать и избегает разговоров о нем.
8. Девушка, которую предали друзья, демонстрирует безразличие и говорит, что «все люди одинаковы».
9. Женщина переживает конфликт с начальником, но не решается открыто высказать недовольство.
10. Молодая мать чувствует вину перед ребенком, что возвращается к работе, но не обсуждает этого с партнером.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.- сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

<http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие №11-12

Тема 6: Гуманистический подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Цель: ознакомление с основами гуманистического подхода в психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Берет начало в гуманистической психологии и работах ее основателей – К. Роджерса, Р. Мэя, А. Маслоу и др. Сущностное ядро этого подхода – в понимании человека как неделимого и принципиально целостного единства тела, психики и духа, а соответственно – в обращении к интегральным переживаниям (счастья, горя, вины, утраты и т. д.), а не к отдельным изолированным аспектам, процессам и проявлениям. Категориальный аппарат гуманитарного подхода включает в себя представления о "Я", идентичности, аутентичности, самореализации и самоактуализации, личностном росте, экзистенции, смысле жизни и т. д.

Методический аппарат связан с гуманистически-экзистенциальным переосмыслением жизненного опыта и психотерапевтического процесса. С этим подходом связан широкий круг методов: недирективная клиент-центрированная психотерапия (К. Роджерс), психологическое консультирование (Р. Мэй), биоэнергетика (В. Райх), сенсорное осознание (Ш. Сильвер, Ч. Брукс), структурная интеграция (И. Рольф), психосинтез (Р. Ассаджиоли), логотерапия (В. Франкл), экзистенциальный анализ Р. Мэя и Дж. Бугенталя, и др. Сюда же можно отнести арт-терапию, поэтическую терапию, терапию творческим самовыражением (М. Е. Бурно), музыкотерапию (П. Нордофф и К. Роббинс) и др.

Вопросы для обсуждения:

1. Специфика гуманистического подхода в коррекционной работе.
2. Основные понятия: самость, идеальная самость, конгруэнтность, самоактуализация.
3. Причины неконгруэнтности.
4. Цели гуманистической терапии.
5. Эффективное взаимодействие как условие успешности коррекционной работы.
6. Способы эффективного взаимодействия: эмпатическое понимание, активное слушание, основные коммуникативные техники.

7. Позитивная психотерапия как транскультуральный подход в российской психотерапии

Задания:

Задание 1. Конспект статьи: Загряжская Е. А. К.Роджерс в зеркалах других психотерапевтических подходов: в поисках общей теории психотерапии // Вопросы психологии. — 2012. — № 6. — С. 122–132.

Задание 2. Конспект статьи: Лэнгле А. Виктор Франкл – поверенный человечности. Перевод с немецкого А.В. Лызлова, Б.С. Братуся // Вопросы психологии. — 2005. — № 3. — С. 107–112.

Задание 3. Составление программы психологической реабилитации подростков «группы риска», основанную на гуманистическом подходе

Цель задания: на основе полученных знаний составить программу психологической поддержки и реабилитации подростков «группы риска», основанную на гуманистическом подходе.

Содержание задания.

1. Составить программу психологической поддержки и реабилитации для подростков «группы риска», получивших психические травмы
2. Составить программу последующей психологической поддержки
3. Самостоятельно подобрать для исследования каждого качества соответствующие психодиагностические методики.

Задание 4.

Перед вами высказывания психолога. Определите, какая **гуманистическая техника** (или элемент взаимодействия) используется: эмпатическое отражение, перефразирование, конгруэнтное высказывание, активное слушание, уточнение чувств, минимальное побуждение, принятие без условий, пауза присутствия.

1. «Я слышу, что вам очень страшно оставаться одной в этой ситуации...»
2. «Правильно ли я понимаю, что вас волнует не сама ошибка, а то, что о вас подумают?»
3. «Сейчас я чувствую смущение, потому что мне важно понимать вас точно».
4. (Психолог медленно кивает, не перебивает, остается в контакте.)
5. «Угу... рассказывайте дальше».
6. «Вы имеете право злиться. Я рядом».
7. «Вы говорите, что “все нормально”, но ваше лицо сейчас напряжено – так?»
8. «Что для вас было самым трудным в этой ситуации?»
9. «Вы можете чувствовать все, что чувствуете. Это нормально».
10. «Кажется, внутри этого гнева есть еще и усталость... Я правильно чувствую?»
11. «Я хочу честно сказать: ваш рассказ вызывает у меня грусть. Я рядом и готов это выдержать».
12. «Если вы захотите – мы можем пройти эту тему медленнее. Темп ваш».
13. «Как вы понимаете то, что с вами происходит прямо сейчас?»

14. (Психолог выдерживает короткую паузу, позволяя клиенту соприкоснуться с эмоцией.)
15. «Мне важно услышать ваше “я” – как вы сами чувствуете, а не как “должно быть”.»

Задание 5.

Выберите любую распространенную дилемму, к примеру: «остаться на старой работе или поменять профессию», «разорвать отношения или продолжать» и т.п.

Для этой дилеммы составьте:

1. **две траектории выбора**, каждая из которых отражает разные гуманистические ценности (свобода, ответственность, аутентичность, самореализация, смысл);
2. по одному риску для каждой траектории;
3. по одному ресурсу или «точке роста» для каждой траектории.

Задание 6. Анализ и проектирование терапевтического диалога

Вам предоставлена краткая описательная характеристика клиента – подросток 15 лет из «группы риска»: «Алексей, 15 лет. После развода родителей проживает с матерью, участились конфликты в школе, снизилась успеваемость, отмечает, что «никому не нужен», замкнут, негативно высказывается о будущем».

Задача:

1. Определите, какие ключевые темы (идентичность, самооценка, экзистенциальные вопросы и т.д.) могут лежать в основе высказываний и поведения подростка.
2. Составьте фрагмент диалога психолога (10-12 реплик с каждой стороны), который:
 - Демонстрирует технику активного слушания и эмпатического отражения чувств.
 - Содержит вопросы, направленные на исследование «идеальной самости» клиента и его внутренних ресурсов.
 - Показывает, как психолог может создать условия для проявления конгруэнтности клиента.

В диалоге должны быть отражены как минимум три конкретных техники (например, парафраз, отражение чувств, уточнение, самораскрытие психолога в конгруэнтной форме).

Задание 7. Разработка арт-терапевтического модуля в рамках реабилитационной программы

В рамках составления программы реабилитации для подростков «группы риска» (см. Задание 3 в исходном плане) вам необходимо разработать отдельный тематический модуль.

Разработайте подробный протокол одного группового арт-терапевтического занятия для подростков (возраст 14-16 лет), направленного на развитие аутентичности и самоосознания.

Структура протокола:

Название и цель занятия (например, «Мои маски и мое истинное Я»).

Необходимые материалы (бумага, краски/пастель, глина, журналы для коллажа и т.д.).

Этапы проведения (90 минут):

Разминка (15 мин): Упражнение на снятие напряжения и создание безопасной атмосферы (например, «Рисование в паре вслепую»).

Основная деятельность (50 мин): Подробное описание ключевого творческого задания. Пример: «Создание двух изображений: 1) «Маска», которую я надеваю в школе/на улице/дома; 2) «Мое внутреннее состояние/настоящие чувства». Использование любых материалов». Дайте четкие, но открытые инструкции для участников.

Обсуждение и рефлексия (25 мин): Предложите конкретные вопросы для обсуждения в группе, которые соответствуют принципам гуманистического подхода (без оценок, интерпретаций, с акцентом на чувства и личный опыт). Например: «Что вы чувствовали, создавая каждое изображение?», «Есть ли между ними связь или диалог?», «Что для вас было самым сложным/неожиданным в этом упражнении?».

Примечания для ведущего: Укажите, на что психологу важно обращать внимание в процессе, какие трудности могут возникнуть и как поддерживать гуманистическую атмосферу.

Критерии оценки: Соответствие цели занятия гуманистическим категориям, структурированность и практическая реализуемость протокола, безопасность и эффективность предложенных техник обсуждения.

Задание 8.

Прочитайте утверждения и определите **тип внутреннего барьера**, мешающий самопринятию: условная ценность, внешний локус контроля, внутренний критик, страх аутентичности, дефицит эмпатического опыта, неинтегрированная часть Я.

Высказывания:

1. «Меня можно любить только если я успешен».
2. «Все, что со мной происходит, зависит от других людей, а не от меня».
3. «Если я покажу свои настоящие чувства, люди отвернутся».
4. «Мне иногда кажется, что внутри меня есть часть, которую я не хочу признавать».
5. «Я не понимаю, как я должен относиться к себе – меня никто этому не учил».
6. «Я не могу ошибаться. Ошибка – это провал».
7. «Если я расслаблюсь и перестану контролировать себя, я обязательно сделаю что-то неправильное».
8. «Мне нужно заслужить право на отдых, иначе я не достоин его».

9. «То, как я живу, в любом случае определяется обстоятельствами – я ничего не решаю сам».
10. «Я часто думаю, что мои успехи – просто случайность, и в любой момент все рухнет».
11. «Если я позволю себе говорить честно, окружающие посчитают меня слабым».
12. «Иногда я чувствую, что во мне есть злость, но эта часть меня будто чужая – я не хочу с ней сталкиваться».
13. «Когда я делюсь переживаниями, мне кажется, что я перегружаю людей – лучше молчать».
14. «Я не имею права хотеть чего-то для себя – сначала должны быть довольны другие».
15. «Мне кажется, что все хорошее в моей жизни случается только благодаря тому, что кто-то “разрешил” мне это».
16. «Мой внутренний голос постоянно напоминает: “Ты недостаточно хорош, чтобы быть собой”».
17. «Если я покажу свою уязвимость, люди обязательно этим воспользуются».
18. «Я иногда чувствую в себе противоречивые желания, и это пугает – будто я не единый человек».

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.- сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный уни- верситет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674>

Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт- Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

<http://www.biblioclub.ru/> – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие №13-14

Тема: Экзистенциальный подход в коррекционной и реабилитационной работе.

Цель: ознакомление с основами экзистенциального подхода в психологической коррекции и реабилитации.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Экзистенциальный подход как любой глубинный подход предполагает, что обрезание симптома не ведет к излечению, а реальные изменения возможны только при работе с глубинным содержанием. Экзистенциальная психотерапия – это динамический терапевтический подход, предполагающий, что неосознаваемые силы оказывают влияние на сознательную деятельность. Экзистенциальная психотерапия основана на тезисе: внутренний конфликт, терзающий нас, проистекает не столько из нашей борьбы с подавляемыми инстинктивными склонностями, значимыми взрослыми или же частичками полузабытых травматических воспоминаний, сколько из внутреннего конфликта с «данностями» существования. В данном подходе базовый конфликт заключается в конфронтации человека с конечными данностями существования: смертью, свободой, изоляцией, бессмысленностью. Жизнеизменяющая терапия – это попытка клиента и психотерапевта помочь первому проанализировать, как он отвечает на экзистенциальные вопросы жизни, и попытаться пересмотреть некоторые из ответов так, чтобы сделать его жизнь более аутентичной и, таким образом, более реализованной.

Основная часть занятия проводится в форме круглого стола.

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности экзистенциального подхода в коррекционной и реабилитационной работе.
2. Способы поиска смысла жизни.
3. Экзистенциальный вакуум и экзистенциальная фрустрация.
4. Концепция свободы и ответственности.
5. Задачи логотерапии.

Задания:

Задание 1. Конспект статьи: Леонтьев Д. А. Экзистенциальный подход в современной психологии личности // Вопросы психологии. — 2016. — № 3. — С. 3–15.

Задание 2. Конспект статьи: Капустин С. А. Экзистенциальный критерий нормальной и аномальной личности в психотерапии // Современные представления о психической норме и патологии: Психологический, клинический и социальный аспекты / Отв. ред. Н.Л. Белопольская. — Когито-Центр Москва, 2015. — С. 11–21.

Задание 3. Конспект статьи: Знаков В. В. Экзистенциальный опыт и постижение как методологические проблемы психологии понимания // Человек. Сообщество. Управление. — 2014. — № 3. — С. 67–82.

Задание 4. Составление программы психологической реабилитации людей с различными видами зависимостей, основанную на экзистенциальном подходе.

Цель задания: на основе полученных знаний составить программу психологической поддержки и реабилитации людей с различными видами зависимостей, основанную на экзистенциальном подходе.

Содержание задания.

1. Составить программу психологической поддержки и реабилитации для людей, получивших психические травмы
2. Составить программу последующей психологической поддержки

3. Самостоятельно подобрать для исследования каждого качества соответствующие психодиагностические методики.

Задание 5.

Продолжите логику приведенного ниже фрагмента из работы В. Франкла «Человек в поисках смысла»?

«Осуществляя смысл, человек реализует сам себя <...>. И никто не описал это точнее, чем Иегуда Бэкон, который попал в Освенцим еще ребенком и после освобождения страдал от навязчивых представлений: “Я видел похороны с пышным гробом и музыкой – и начинал смеяться: не безумцы ли – устраивать такое из-за одного-единственного покойника? Если я шел на концерт или в театр, я обязательно должен был вычислить, сколько потребовалось бы времени, чтобы отравить газом всех людей, которые там собрались, и сколько одежды, сколько золотых зубов, сколько мешков волос получилось бы при этом”. И далее Иегуда Бэкон спрашивает себя, в чем мог заключаться смысл тех лет, которые он провел в Освенциме: “Подростком я думал, что расскажу миру, что я видел в Освенциме, в надежде, что мир станет однажды другим. Однако мир не стал другим, и мир не хотел слышать об Освенциме. Лишь гораздо позже я действительно понял, в чем смысл страдания...».

Задание 6.

Определите авторов нижеприведенных фрагментов и обоснуйте свой ответ:

1. «Для клиента оптимальная психотерапия значила бы исследование все более незнакомых, странных и опасных чувств в себе; исследование, которое только потому и возможно, что клиент начинает постепенно понимать, что его принимают без всяких условий. Поэтому он знакомится с такими элементами своего опыта, осознание которых в прошлом отрицалось, так как они были слишком угрожающими и разрушающими структуру его "Я". В этих отношениях он обнаруживает, что переживает во всей полноте, до конца эти чувства так, что на данный момент он и есть его страх или гнев, нежность или сила. И когда он живет этими различными по интенсивности и разнообразными чувствами, он обнаруживает, что он чувствует свое "Я", что он и есть все эти чувства. Он видит, что его поведение конструктивно изменяется в соответствии с его новым прочувствованным "Я". Он подходит к осознанию, что ему больше не нужно бояться того, что может содержаться в опыте, и он может свободно приветствовать его как часть изменяющегося и развивающегося "Я"».

2. «Таким образом, оказывается, что одним из аспектов процесса, который я называю "хорошая жизнь", является движение от полюса защитных реакций к полюсу открытости своему опыту. Человек все в большей мере становится способным слышать себя, переживать то, что в нем происходит. Он более открыт своим чувствам страха, упадка духа, боли. Он также более открыт своим чувствам смелости, нежности и благоговения. Он свободно может жить своими субъективными чувствами так, как они в нем существуют, и он также свободен осознавать эти чувства. Он способен в большей мере жить опытом своего организма, а не закрывать его от осознания».

3. «У каждого времени свои невроты – и каждому времени требуется своя психотерапия. Сегодня мы, по сути, имеем дело уже с фрустрацией не сексуальных потребностей, как во времена Фрейда, а с фрустрацией потребностей экзистенциальных. Сегодняшний пациент уже не столько страдает от чувства неполноценности, как во времена Адлера,

сколько от глубинного чувства утраты смысла, которое соединено с ощущением пустоты, – поэтому я и говорю об экзистенциальном вакууме <...>. Когда меня спрашивают, как я объясняю себе причины, порождающие этот экзистенциальный вакуум, я обычно использую следующую краткую формулу: в отличие от животных инстинкты не диктуют человеку, что ему нужно, и в отличие от человека вчерашнего дня традиции не диктуют сегодняшнему человеку, что ему должно. Не зная ни того, что ему нужно, ни того, что он должен, человек, похоже, утратил ясное представление о том, чего же он хочет. В итоге он либо хочет того же, чего и другие (конформизм), либо делает то, что другие хотят от него (тоталитаризм)».

4. «Обо всех моих испытуемых можно сказать, что они умеют спокойно и безболезненно переносить одиночество. Мало того, я готов поклясться, что от любят одиночество или, по крайней мере, относятся к нему с гораздо большей симпатией, чем среднестатистический человек. Часто именно благодаря тому, что одиночество не страшит их, этим людям удастся сохранить хладнокровие в пылу битвы, они не хватаются за оружие, не поддаются страстям, им чужды хлопоты и заботы обывателя. Им не составляет труда быть отстраненными, сдержанными, спокойными и безмятежными; неудачи и поражения не вызывают у них естественного для менее здоровых людей всплеска эмоций. Даже в самых унижительных ситуациях и даже в окружении самых недостойных людей они умеют сохранять благородство и гордость, и эта способность, вероятнее всего, была бы невозможна, если б у них не было своего собственного мнения о ситуации, если б они во всем полагались на чувства и мнения других людей. В некоторых ситуациях эта отстраненная сдержанность может перерасти себя и возвыситься до суровой, холодной отчужденности».

5. «Неизвестность не пугает здоровых людей и потому они не подвержены предрассудкам: они не цепенеют черед черной кошкой, не плюют через плечо, не скрещивают пальцы – словом, их не тянет на действия, которые предпринимают обычные люди, желая уберечься от мнимых опасностей. Они не сторонятся неизведанного и не бегут от непознанного, не отрицают его и не делают вид, что его не существует, и в то же время они не склонны воспринимать его через призму предвзятых суждений и сложившихся стереотипов, не стараются сразу же определить и обозначить его. Их нельзя назвать приверженцами знакомого и понятного, они устремлены к познанию еще не открытых истин, но их поиск правды – это не то катастрофическое стремление к безопасности, уверенности, определенности и порядку, что обнаружил Гольдштейн у пациентов с травмами мозга, и не то, что свойственно компульсивно-обсессивным невротикам. Эти люди совершенно свободно могут позволить себе – когда ситуация требует того – беспорядочность, небрежность, неаккуратность, анархизм, бардак, неуверенность, неточность, нерешительность, сомнения, даже страх (все это вполне допустимо, а иногда даже необходимо как в науке, так и в искусстве, не говоря уже о жизни как таковой).

Таким образом, неуверенность, сомнения, состояние неопределенности, столь мучительные и тягостные для большинства обычных людей, стимулируют самоактуализированную личность, побуждают ее к исследованию и познанию».

Задание 7.

Как вы понимаете смысл приведенных ниже высказываний?

- «Единственный, кто поступал разумно, был мой портной. Он снимал с меня мерку заново каждый раз, когда видел меня, в то время как все остальные подходили ко мне со старыми мерками, ожидая, что я им буду соответствовать» Бернард Шоу
- «Тем, кто стремится к личностному росту, экзистенциальная психология говорит: лифт не работает, поднимайтесь пешком» Дмитрий Алексеевич Леонтьев

- «У человека в душе дыра размером с бога, и каждый заполняет ее как может» Жан-Поль Сартр
- «Важно не что из меня сделали, а что я сам сделал из себя того, что из меня сделали» Жан-Поль Сартр

Задание 8.

Приведено описание жизненной ситуации:

«Человек, оказавшийся в неожиданной изоляции, утратил привычный круг общения, но при этом обнаружил, что может сосредоточиться на чтении и собственных размышлениях. Постепенно он почувствовал потребность переосмыслить профессию и пересмотреть цели».

Необходимо выполнить три последовательных анализа:

1. Определить, какие элементы ситуации относятся к потребностям по Маслоу.
 2. Определить, какие элементы относятся к процессам поиска смысла по Франклу.
 3. Определить, какие элементы отражают рост конгруэнтности по Роджерсу.
- В конце требуется указать, как три разных гуманистических концепции интерпретируют *одно и то же поведение*, но с разных точек зрения.

Задание 9.

Составьте сравнительную структуру, включающую **три разных подхода внутри экзистенциальной психотерапии**:

логотерапия Франкла, экзистенциально-динамическая модель Ялома, феноменологический подход ван Деурана/Мэя.

Для каждого подхода нужно указать:

1. центральный источник внутреннего конфликта;
2. типичную точку входа в работу;
3. характер изменения, которого стремятся добиться;
4. пример вмешательства, уместного в реабилитационном контексте (1-2 фразы);
5. ограничение или риск неправильного применения подхода.

Задание 10.

Пройдите и проанализируйте Модифицированный вариант «Самоактуализационного теста» (САТ) (Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Загика М.В. и Кроз М.В., 1987)

Методика предназначена для обследования взрослых (старше 15) психически здоровых людей (имеется в виду отсутствие выраженной психопатологии). Данный опросник предназначен для диагностики уровня самоактуализации личности.

В каждом пункте теста содержатся два высказывания (а и б). Внимательно прочитайте каждое из двух высказываний и отметьте то из них, которое в большей степени соответствует вашей точке зрения.

Стимульный материал (вопросник):

1. а) Я верю в себя только тогда, когда чувствую, что могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.
б) Я верю в себя и тогда, когда чувствую, что не могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.
2. а) Я часто внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты,
б) Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
3. а) Мне кажется, что человек может прожить свою жизнь так, как ему хочется,
б) Мне кажется, что человек имеет мало шансов прожить свою жизнь так, как ему хочется.
4. а) Я всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод,
б) Я далеко не всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.
5. а) Я чувствую угрызения совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
б) Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
6. а) В сложных ситуациях надо действовать уже испытанными способами, так как это гарантирует успех.
б) В сложных ситуациях всегда надо искать принципиально новые решения.
7. а) Для меня важно, разделяют ли другие люди мою точку зрения,
б) Для меня не слишком важно, разделяют ли другие люди мою точку зрения,
8. а) Мне кажется, что человек должен спокойно относиться к тому неприятному, что он может услышать о себе от других,
б) Мне понятно, когда люди обижаются, услышав что-то неприятное о себе.
9. а) Я могу безо всяких угрызений совести отложить на завтра то, что должен сделать сегодня.
б) Меня мучают угрызения совести, если я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
10. а) Я иногда бываю так зол, что мне хочется набрасываться на людей.
б) Я никогда не бываю зол настолько, чтобы мне хотелось набрасываться на людей.
11. а) Мне кажется, что в будущем меня ждет много хорошего,
б) Мне кажется, что мое будущее сулит мне мало хорошего.
12. а) Человек должен оставаться честным во всем и всегда.
б) Бывают ситуации, когда человек имеет право быть нечестным.
13. а) Взрослые никогда не должны сдерживать любознательность ребенка, даже если ее удовлетворение может повлечь отрицательные последствия.
б) Не стоит поощрять излишнее любопытство ребенка, если оно может привести к нежелательным последствиям.
14. а) У меня часто возникает потребность найти обоснование тем своим действиям, которые я совершаю только потому, что мне этого хочется.
б) У меня никогда не возникает потребности в обосновании тех своих действий, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.
15. а) Я всячески стараюсь избегать огорчений.
б) Я не считаю для себя нужным избегать огорчений.
16. а) Я часто испытываю чувство беспокойства, думая о будущем,
б) Я редко испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.
17. а) Я не хотел бы отступать от своих принципов даже ради того, чтобы совершить нечто полезное, за что люди были бы благодарны мне.
б) Я хотел бы совершить нечто полезное, за что люди были бы благодарны мне, даже если ради этого нужно было бы отойти от своих принципов.
18. а) Мне кажется, что большую часть времени я не живу, а как бы готовлюсь к тому, чтобы начать жить в будущем.
б) Мне кажется, что большую часть времени я живу по-настоящему уже сейчас, а не готовлюсь к будущей настоящей жизни.

19. а) Обычно я высказываю и делаю то, что считаю нужным, даже если это грозит осложнениями в отношениях с близкими.
б) Я стараюсь не говорить и не делать того, что может грозить осложнениями в отношениях с близкими.
20. а) Люди, которые проявляют интерес ко всему на свете, иногда меня раздражают.
б) Люди, которые проявляют интерес ко всему на свете, всегда вызывают у меня симпатию.
21. а) Мне не нравится, когда люди проводят много времени в бесплодных мечтаниях.
б) Мне кажется, что нет ничего плохого в том, что люди тратят много времени на бесплодные мечтания.
22. а) Я часто задумываюсь о том, правильно ли я вел себя в тех или иных случаях.
б) Я редко задумываюсь о том, правильно ли я вел себя в той или иной ситуации.
23. а) Мне кажется, что любой человек по своей природе способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.
б) Я не думаю, что любой человек по своей природе способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.
24. а) Главное в нашей жизни — творить, создавать что-то новое,
б) Главное в нашей жизни — приносить пользу.
25. а) Мне кажется, что было бы лучше, если бы у большинства мужчин преобладали традиционно мужские черты характера, а у женщин — традиционно женские.
б) Мне кажется, что было бы лучше, если бы и мужчины, и женщины совмещали в себе и традиционно мужские, и традиционно женские черты характера.
26. а) Два человека лучше ладят между собой, когда каждый из них старается прежде всего доставить удовольствие другому в противовес свободному выражению своих чувств.
б) Два человека лучше ладят между собой, если каждый из них старается прежде всего выразить свои чувства в противовес стремлению доставить удовольствие другому.
27. а) Жестокие и эгоистичные поступки, которые совершают люди, являются естественными проявлениями их человеческой природы.
б) Жестокие и эгоистичные поступки, которые совершают люди, не являются естественными проявлениями их человеческой природы.
28. а) Я уверен в себе.
б) Я не уверен в себе.
29. а) Осуществление моих планов в будущем во многом зависит от того, будут ли у меня близкие друзья.
б) Осуществление моих планов в будущем лишь незначительно зависит от того, будут ли у меня близкие друзья.
30. а) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является его любимая работа.
б) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является его семейная жизнь.
31. а) Я никогда не сплетничаю.
б) Иногда мне приятно посплетничать.
32. а) Я мирюсь с противоречиями в самом себе.
б) Я не могу мириться с противоречиями в самом себе.
33. а) Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я чувствую себя обязанным ему.
б) Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я не чувствую себя обязанным ему.
34. а) Иногда мне бывает трудно быть искренним, даже если мне этого хочется.
б) Мне всегда удается быть искренним, даже если мне этого не хочется.
35. а) Меня иногда (редко) беспокоит чувство вины,
б) Меня часто беспокоит чувство вины.

36. а) Я чувствую себя ответственным за то, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
б) Я не чувствую себя ответственным за то, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
37. а) Мне кажется, что каждому человеку необходимо иметь представления об основных законах физики.
б) Мне кажется, что многие люди могут обойтись без знания законов физики.
38. а) Я считаю необходимым следовать правилу "не трать время зря".
б) Я не считаю необходимым следовать правилу "не трать время зря".
39. а) Критические замечания в мой адрес снижают мою самооценку.
б) Критические замечания в мой адрес не снижают моей самооценки.
40. а) Я часто переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего замечательного.
б) Я редко переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего замечательного.
41. а) Я предпочитаю оставлять приятное "на потом". Я не оставляю приятное "на потом".
б) Я не оставляю "приятное на потом".
42. а) Я часто принимаю спонтанные решения. Я редко принимаю спонтанные решения.
б) Я редко принимаю спонтанные решения.
43. а) Я стараюсь выражать открыто свои чувства, даже если это может привести к неприятностям. б) Я стараюсь не выражать открыто свои чувства, даже если это может привести к неприятностям.
44. а) Я не могу сказать, что я себе нравлюсь,
б) Я могу сказать, что я себе нравлюсь.
45. а) Я часто вспоминаю о неприятных для меня вещах
б) Я редко вспоминаю о неприятных для меня вещах.
46. а) Мне кажется, что люди должны открыто проявлять в отношениях с другими свое недовольство ими.
б) Мне кажется, что в общении с другими людьми нужно скрывать свое недовольство ими.
47. а) Мне кажется, что я могу судить о том, как должны вести себя другие люди.
б) Мне кажется, что я не могу судить о том, как должны вести себя, другие люди.
48. а) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию является необходимой для настоящего ученого,
б) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.
49. а) При определении того, что хорошо, а что плохо, для меня важно мнение других людей,
б) Я стараюсь сам определить, что хорошо, а что плохо.
50. а) Мне бывает трудно отличить любовь от простого влечения,
б) Я легко отличаю любовь от простого влечения.
51. а) Я постоянно стремлюсь к самоусовершенствованию.
б) Меня мало волнует проблема самоусовершенствования.
52. а) Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений.
б) Достижение счастья — это главная цель человеческих отношений.
53. а) Мне кажется. Что я вполне могу доверять собственным оценкам.
б) Мне кажется, что я не могу в полной мере доверять собственными оценкам.
54. а) При необходимости человек может достаточно легко освободиться от своих привычек,
б) Человеку крайне трудно освободиться от своих привычек.
- 55 а) Мои чувства иногда приводят в недоумение меня самого.

- б) Мои чувства никогда не приводят меня в недоумение.
56. а) В некоторых случаях я считаю себя вправе дать понять человеку, что он кажется мне глупым и неинтересным,
б) В некоторых случаях я не считаю себя вправе дать понять человеку, что он кажется мне глупым и неинтересным.
57. а) О том, насколько счастливо складываются отношения между людьми, можно судить, наблюдая за ними со стороны.
б) Наблюдая со стороны, нельзя сказать, насколько счастливо складываются отношения между людьми.
58. а) Я часто перечитываю понравившиеся мне книги по несколько раз.
б) Я думаю, что лучше прочесть какую-нибудь новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанному.
59. а) Я очень увлечен своей работой.
б) Я не могу сказать, что увлечен своей работой.
60. а) Я недоволен своим прошлым
б) Я доволен своим прошлым.
61. а) Я чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
б) Я не чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
62. а) Существует очень мало ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.
б) Существует множество ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.
63. а) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактны.
б) Стремление разобраться в характере и чувствах окружающих естественно для человека и потому может оправдать бестактность.
64. а) Обычно я расстраиваюсь из-за потери или поломки нравившейся мне вещи.
б) Обычно я не расстраиваюсь из-за потери или поломки нравившихся мне вещей.
65. а) По возможности я стараюсь делать то, что от меня ждут окружающие.
б) Обычно я не задумываюсь над тем, соответствует ли мое поведение тому, которого от меня ждут.
66. а) Интерес к самому себе всегда необходим человеку.
б) Излишнее самокопание иногда имеет дурные последствия.
67. а) Иногда я боюсь быть самим собой.
б) Я никогда не боюсь быть самим собой.
68. а) Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
б) Лишь немного из того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
69. а) Лишь тщеславные люди думают о своих достоинствах и не думают о недостатках,
б) Не только тщеславные люди не думают о своих недостатках.
70. а) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.
б) Я вправе ожидать от других, чтобы они оценили то, что я делаю для них.
71. а) Человек должен раскаиваться в своих проступках.
б) Человек не обязательно должен раскаиваться в своих проступках.
72. а) Мне необходимы обоснования для принятия моих чувств,
б) Обычно мне не нужны никакие обоснования для принятия моих чувств.
73. а) В большинстве ситуаций я прежде всего стараюсь понять, чего хочу я сам.
б) В большинстве ситуаций я прежде всего стараюсь понять, чего хотят окружающие.
74. а) Я стараюсь никогда не быть "белой вороной".
б) Я позволяю себе иногда быть "белой вороной".
75. а) Когда я нравлюсь сам себе, мне кажется, что я нравлюсь всем окружающим.
б) Даже когда я нравлюсь сам себе, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
76. а) Мое прошлое в значительной мере определяет мое будущее.

- б) Мое прошлое очень слабо определяет мое будущее.
77. а) Часто бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.
- б) Довольно редко бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.
78. а) Усилия и затраты, которых требует познание истины, стоят того, так как приносят пользу людям.
- б) Усилия и затраты, которых требует познание истины, стоят того, так как доставляют человеку удовольствие.
79. а) Мне всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
- б) Мне не всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
80. а) Я не доверяю тем решениям, которые принимаю спонтанно.
- б) Я доверяю тем решениям, которые принимаю спонтанно.
81. а) Пожалуй, я могу сказать, что я живу с ощущением счастья.
- б) Пожалуй, я не могу сказать, что живу с ощущением счастья.
82. а) Довольно часто мне бывает скучно.
- б) Мне никогда не бывает скучно.
83. а) Я часто проявляю свое расположение к человеку, независимо от того, взаимно ли оно.
- б) Я редко проявляю свое расположение к человеку, не будучи уверенным, что оно взаимно.
84. а) Я легко принимаю рискованные решения.
- б) Обычно мне бывает трудно принять рискованные решения.
85. а) Я стараюсь во всем и всегда поступать честно.
- б) Иногда я считаю возможным смириться.
86. а) Я готов примириться со своими ошибками.
- б) Мне бывает трудно примириться со своими ошибками.
87. а) Если я делаю что-то исключительно в своих интересах, то это обычно вызывает у меня чувство вины, даже если мои действия никому не вредят.
- б) Я никогда не испытываю чувство вины, если делаю что-то исключительно для себя.
88. а) Дети должны понимать, что у них нет тех прав и привилегий, которые есть у взрослых.
- б) Детям не обязательно осознавать, что у них нет прав и привилегий взрослых людей.
89. а) Я хорошо понимаю, какие чувства я способен испытывать, а какие — нет.
- б) Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать, а какие — нет.
90. а) Я думаю, что большинству людей можно доверять.
- б) Я думаю, что без крайней необходимости не надо доверять людям.
91. а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым.
- б) Мое настоящее представляется мне слабо связанным с прошлым и будущим.
92. а) Я предпочитаю проводить отпуск путешествуя, даже если это сопряжено с большими затратами и неудобствами.
- б) Я предпочитаю проводить отпуск спокойно, в комфортных условиях.
93. а) Бывает, что мне нравятся люди, чье поведение я не одобряю.
- б) Мне никогда не нравятся люди, чье поведение я не одобряю.
94. а) Людям от природы свойственно понимать друг друга.
- б) По природе своей человеку свойственно заботиться о своих собственных интересах.
95. а) Мне никогда не нравятся сальные шутки.
- б) Мне иногда нравятся сальные шутки.
96. а) Меня любят потому, что я сам способен любить.

- б) Мое поведение вызывает любовь ко мне.
97. а) Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке не противоречат друг другу.
б) Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке противоречат друг другу.
98. а) Я чувствую себя уверенно в отношениях с другими людьми.
б) Я чувствую себя неуверенно в отношениях с другими людьми.
99. а) Защищая собственные интересы, люди часто игнорируют интересы окружающих.
б) Защищая собственные интересы, люди часто не забывают об интересах окружающих.
100. а) Я всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
б) Я далеко не всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
101. а) Я считаю, что способность к творчеству — природное свойство всех людей.
б) Я считаю, что далеко не все люди одарены способностью к творчеству.
102. а) Обычно я не расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в том, что я делаю.
б) Я часто расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в том, что я делаю.
103. а) Иногда я боюсь показаться слишком нежным.
б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
104. а) Мне легко смириться со своими слабостями,
б) Мне трудно смириться со своими слабостями.
105. а) Мне кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
б) Мне не кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
106. а) Мне часто приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
б) Мне редко приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
107. а) Выбирая для себя какое-либо занятие, человек должен считаться с тем, насколько оно необходимо.
б) Человек должен заниматься только тем, что ему интересно.
108. а) Мне нравится большинство людей, которых я знаю.
б) Я не могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.
109. а) Иногда я не против того, что мною командуют.
б) Мне никогда не нравится, когда мною командуют.
110. а) Я не стесняюсь обнаруживать свои слабости перед друзьями,
б) Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
111. а) Я часто боюсь совершить какую-нибудь оплошность.
б) Я не боюсь совершить какую-нибудь оплошность.
112. а) Наибольшее удовольствие человек получает, добившись желаемого результата в работе.
б) Наибольшее удовольствие человек получает в процессе работы.
113. а) О человеке никогда нельзя с уверенностью сказать, добрый он или злой.
б) Обычно о человеке можно сказать, добрый он или злой.
114. а) Я почти всегда чувствую в себе силы поступить так, как считаю нужным, не смотря на последствия.
б) Я далеко не всегда чувствую в себе силы поступить так, как я считаю нужным, не смотря на последствия.
115. а) Люди иногда раздражают меня.
б) Люди редко раздражают меня.
116. а) Мое чувство самоуважения во многом зависит от того, чего я достиг.
б) Мое чувство самоуважения в небольшой степени зависит от того, чего я достиг.

117. а) Зрелый человек должен всегда осознавать причины каждого своего поступка.
 б) Зрелый человек совсем не обязательно должен осознавать причины каждого своего поступка.
118. а) Я воспринимаю себя таким, каким меня видят окружающие.
 б) Я вижу себя совсем не таким, каким меня видят окружающие.
119. а) Бывает, что я стыжусь своих чувств.
 б) Я никогда не стыжусь своих чувств.
120. а) Мне нравится участвовать в жарких спорах.
 б) Я никогда не любил участвовать в жарких спорах.
121. а) У меня не хватает времени, чтобы следить за новыми событиями в мире искусства и литературы.
 б) Я постоянно слежу за новыми событиями в мире искусства и литературы.
122. а) Мне всегда удастся руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.
 б) Мне не часто удастся руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.
123. а) Я часто руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем.
 б) Я редко руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем.
124. а) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься какой-либо творческой деятельностью, человек должен обладать определенными знаниями в этой области.
 б) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься какой-либо творческой деятельностью, человеку не обязательно обладать определенными знаниями в этой области.
125. а) Я боюсь неудач.
 б) Я не боюсь неудач.
126. а) Меня часто беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.
 б) Меня никогда не беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.

Ключ к опроснику

Шкала "Ориентация во времени" (всего 17 вопросов): 11а, 16б, 18б, 21а, 29б, 38б, 40б, 41б, 45б, 60б, 64б, 71б, 76б, 82б, 91б, 106б, 126б.

Шкала "Поддержка" (всего 90 вопросов): 1б, 2б, 3а, 4а, 5б, 7б, 8а, 9а, 10а, 12б, 14б, 15б, 17а, 19а, 22б, 23а, 25б, 26б, 27б, 28а, 31б, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 39б, 42а, 43а, 44б, 46а, 47б, 49б, 50б, 51б, 52а, 53а, 55а, 56а, 57а, 59а, 61б, 62б, 65б, 66а, 67б, 68а, 69б, 70а, 72б, 73а, 74б, 75б, 77а, 80а, 81а, 83а, 85б, 86а, 87б, 88б, 89б, 90а, 93а, 94а, 95б, 96а, 97а, 98а, 99б, 100а, 102а, 103б, 104а, 105б, 108б, 109а, 110а, 111б, 113а, 114а, 115а, 116б, 117б, 118а, 119б, 120а, 122а, 123б, 125б.

Шкала "Ценностные ориентации" (всего 20 вопросов): 17а, 28а, 42а, 49б, 50б, 53а, 56а, 59а, 67б, 68а, 69б, 80а, 81а, 90а, 93а, 97а, 99б, 113а, 114а, 122а.

Шкала "Гибкость поведения" (всего 24 вопроса): 3а, 9а, 12б, 33б, 36б, 38б, 40б, 47б, 50б, 51б, 61б, 62б, 65б, 68б, 70а, 74б, 82б, 85б, 95б, 97а, 99б, 102а, 105б, 123б.

Шкала "Сензитивность" (всего 13 вопросов): 2б, 5б, 10а, 43а, 46а, 55а, 73, 77а, 83а, 89б, 103б, 119б, 122а. Шкала "Спонтанность" (всего 14 вопросов): 5б, 14б, 15б, 26б, 42а, 62б, 67б, 74б, 77а, 80а, 81а, 83а, 95б, 114а.

Шкала "Самоуважение" (всего 15 вопросов): 2б, 3а, 7б, 23а, 28а, 44б, 53а, 66а, 69б, 98а, 100а, 102а, 106б, 114а, 122а.

Шкала "Самопринятие" (всего 21 вопрос): 1б, 8а, 14б, 22б, 31б, 32а, 34а, 39б, 53а, 61б, 71б, 75б, 86а, 87б, 104а, 105б, 106б, 110а, 111б, 116б, 125б.

Шкала "Взгляд на природу человека" (всего 10 вопросов): 23а, 25б, 27б, 50б, 66а, 90а, 94а, 97а, 99б, 113а.

Шкала "Синергичность" (всего 7 вопросов): 50б, 68а, 91б, 93а, 97а, 99б, 113а.

Шкала "Принятие агрессии" (всего 16 вопросов): 5б, 8а, 10а, 15б, 19а, 28а, 39б, 43а, 46а, 56а, 57а, 67б, 85б, 93а, 94а, 115а.

Шкала "Контактность" (всего 20 вопросов): 5б, 7б, 17а, 23а, 26б, 36б, 46а, 65б, 70а, 73а, 74б, 75б, 79б, 96а, 99б, 103б, 108б, 109а, 120а, 123б.

Шкала "Познавательные потребности" (всего 11 вопросов): 13а, 20б, 37а, 48а, 63б, 66а, 78б, 62б, 92а, 107б, 121б.

Шкала "Креативность" (всего 14 вопросов): 6б, 24а, 30а, 42а, 54а, 58а, 59а, 68а, 84а, 101а, 105б, 112б, 123б, 124б.

Обработка и интерпретация результатов опросника.

За каждое суждение, выбранное испытуемым и соответствующее самоактуализации, начисляется 1 балл. Затем необходимо подсчитать баллы по всем шкалам теста. После этого подсчитывается значение двух основных коэффициентов: коэффициента "Ориентация во времени" и коэффициента "Поддержка". На основе этих данных производится основная интерпретация результатов.

Пример:

Ориентация во времени	Поддержка	Ценностная ориентация	Гибкость поведения	Сензитивность	Спокойствие	Самоуважение	Самоприятие	Представление о природе человека	Синергия	Принятие агрессии	Контактность	Познавательные потребности	Креативность
14	64	15	21	5	9	13	19	6	5	9	14	5	41

Количество сырых баллов по шкале Ориентация во времени - 14, т.е. те которые присущи самоактуализирующейся личности (см. ключ), максимальное число возможных баллов 17 (потому что 17 вопросов по шкале ориентация во времени). Следовательно, абсолютное значение или Т-баллы по этой шкале равны $14/17 \cdot 100 = 82$.

Общий уровень самоактуализации (Т-баллы по всему самоактуализационному тесту САТ) вычисляется так: сумма всех баллов испытуемого по тесту САТ поделенная на количество вопросов в тесте (126) и умноженная на 100. При разработке теста не были однозначно определены нормы для высокого, среднего и низкого уровня самоактуализации. Однако, и результаты использования САТ, и общетеоретические соображения позволяют с уверенностью утверждать, что показатель САТ у самоактуализирующейся личности ни в

кчем случае не должен "зашкаливать". Предельное значение параметров САТ – 80 Т-баллов и более ("псевдосамоактуализация") – свидетельствует о намерении испытуемых выглядеть в наиболее благоприятном свете.

По данным Э. Шострома, тестовые оценки людей с действительно высоким уровнем самоактуализации расположены в районе 60 Т-баллов. Практика использования методики САТ в различных исследованиях и психотерапевтической работе показала, что "диапазон самоактуализации" близок к нормам РОИ (55-70 Т-баллов) и это значение говорит о реальной самоактуализации личности. Шкальные оценки в 40-45 Т-баллов и ниже характерны для личности с низкой самоактуализацией, вследствие чего высок риск депрессии, апатии, невроза, психосоматических заболеваний, зависимостей (!), диапазон 45-55 Т-баллов составляет психическую и статистическую норму.

Шкала "Ориентация во времени". Она определяет степень правильности ориентации человека во времени. Надо помнить, что самоактуализирующаяся личность несовершенна, что психологическое здоровье, которое связывают с самореализацией личности, не абсолютно. Человек не всегда ведет себя одинаково, т. е. не всегда является компетентным по отношению ко времени. Человек, обладающий низким уровнем самоактуализации (низкий балл по шкале), ориентируется во времени неправильно. Он либо живет прошлым (его мучает раскаяние за совершенные поступки, беспокоят воспоминания о нанесенных ему обидах, он испытывает постоянные угрызения совести), либо живет будущим (строит неосуществимые планы, надеется на невозможное, ставит перед собой нереальные цели). Такой человек считает, что идеалы и цели могут являться средствами, с помощью которых удовлетворяются потребности в привязанности, любви, признании, восхищении. Считается, что нереальные цели возникают у человека, когда он не способен принять себя таким, каков он в действительности. Это задерживает естественное развитие личности и способствует возникновению у человека чувства неполноценности. Стремясь к ложным целям, человек превращает свою жизнь в ад. Людям, живущим в основном будущем, присущ страх за свою жизнь. Личность с невысоким уровнем самоактуализации не соотносит прошлое и будущее с настоящим. Такой человек может ориентироваться только на будущее или только на настоящее, т.е. его цели не связаны с текущей деятельностью, а прошлый опыт мало влияет на поведение. Он не живет "здесь и сейчас", не осознает смысл и значимость совершаемых действий, совершает поступки не сознательно, а под давлением внешних обстоятельств. Самоактуализирующаяся личность (высокий балл по шкале) правильно ориентирована во времени, рассматривает его в единстве прошлого, настоящего и будущего. Такой человек не откладывает жизнь на завтра, не увязает в прошлом, а живет в настоящем, воспринимая его, однако, в единстве с прошлым и будущим. Человек, компетентный во времени, отличается от несамоактуализирующейся личности тем, что менее обременен чувствами вины, сожаления, обиды, идущими из прошлого. Его надежды разумно связаны с поставленными в настоящее время целями. Его вера в будущее опирается на реалистичные планы.

Шкала "Поддержка", или "Опора на себя". Является вторым основным параметром самоактуализирующейся личности. Этот параметр определяет направленность личности на себя и ее направленность на других, т. е. руководствуется ли человек своими собственными целями, убеждениями, установками и принципами, или он подвержен влиянию внешних обстоятельств, мнению других людей. Самоактуализированная личность (высокий балл по шкале) — это "изнутри направленная личность", обладающая внутренней поддержкой, руководствующаяся в основном внутренними принципами и мотивацией. Такой человек мало подвержен внешнему влиянию, свободен в выборе, не конформен. Для самоактуализирующейся личности характерно определенное соотношение ориентации на себя и ориентации на других. В некоторой степени этот человек чувствителен к одобрению, привязанности, хорошему отношению людей, но гораздо меньше, чем лич-

ность, направленная только на других. Он свободен, но его свобода не является результатом борьбы с другими. Самоактуализирующаяся личность в своих поступках опирается на собственные чувства и мысли, критически воспринимает воздействие внешних обстоятельств и творчески расширяет немногочисленные первоначальные принципы, которые являются для нее руководящими.

Несамоактуализировавшаяся личность (низкий балл по шкале) "направляется снаружи", т. е. обладает внешней поддержкой, в большей степени подвержена влиянию внешних сил. Ее поведение больше ориентировано на мнение других, а не собственное, одобрение других людей для нее становится высшей целью. Такого человека характеризует ненасытная потребность в привязанности, в уверенности, что его любят.

Шкала "Ценностные ориентации". Она измеряет степень того, насколько человек руководствуется ценностями, присущими самоактуализирующейся личности. Высокий балл по шкале означает, что человек придерживается тех идеалов, ценностей, по которым живут самоактуализирующиеся личности. Низкий балл означает, что человек отвергает эти принципы. Утверждения, с помощью которых оценивается этот параметр, используются и при определении других характеристик самоактуализации личности. Самыми показательными суждениями для этой шкалы являются следующие: "Я поступаю согласно своим взглядам, желаниям, влечениям, согласно тому, что мне нравится или не нравится".

Шкала "Гибкость поведения". По этой шкале, включающей 24 пункта, оценивается гибкость поведения в различных ситуациях, гибкость применения стандартных оценок, принципов. Высокий балл отражает способность человека быстро реагировать на изменяющуюся ситуацию, его разумность при применении некоторых стандартных принципов. Низкий балл означает догматизм, проявляющийся в том, что несамоактуализировавшаяся личность очень жестко придерживается общих принципов. Шкалы Ценностной ориентации и Гибкости поведения, дополняя друг друга, образуют блок ценностей. Первая шкала характеризует сами ценности, вторая – особенности их реализации в поведении.

Шкала "Сензитивность". По ней измеряется степень того, насколько глубоко и тонко человек ощущает себя, свои собственные переживания и потребности. Высокая оценка означает высокую, по сравнению с другими, чувствительность к собственным переживаниям и потребностям. Низкая оценка предполагает бесчувственность.

Шкала "Спонтанность". Шкала измеряет способность спонтанно выражать свои чувства, быть самим собой. Высокая оценка говорит о том, что человек склонен выражать свои чувства в не продуманных заранее действиях. Низкий балл означает, что человек опасается открыто проявлять свои чувства.

Шкалы Сензитивности и Спонтанности составляют блок чувств. Первая определяет то, насколько человек осознает собственные чувства, вторая – в какой степени они проявляются в поведении.

Шкала "Самоуважение". Состоит из 15 пунктов. По этой шкале измеряют способность человека уважать себя. Высокая оценка означает, что человек высоко ценит себя, нравится себе при условии, что для этого есть объективные основания. Низкая оценка говорит о низком самоуважении.

Шкала "Самопринятие". Эта включающая 21 пункт шкала измеряет способность человека принимать себя вопреки своей слабости. Высокая оценка означает, что самоактуализирующаяся личность принимает себя такой, какая она есть, со всеми своими недостатками и слабостями. Самопринятия достичь труднее, чем самоуважения. Актуализация

собственной личности требует и того, и другого. Эти две характеристики можно считать "восприятием себя".

Шкалы Самопринятия и Самоуважения составляют блок самовосприятия.

Шкала "Взгляд на природу человека". Шкала оценивает понимание человеческой природы, мужественности и женственности. Самоактуализирующаяся личность (высокий балл по этой шкале) считает, что в природе человека сосуществуют добро и зло, бескорыстие и корыстолюбие, бесчувственность и чувствительность. Низкий балл по этой шкале означает, что испытуемый считает человека в сущности плохим, что зло — это самое характерное свойство для природы человека.

Шкала "Синергичность". Измеряет способность к целостному восприятию мира и людей, способность находить закономерные связи во всех явлениях жизни, понимать, что такие противоположности, как работа и игра, любовь и похоть, эгоизм и бескорыстие, не являются антагонистическими. Высокая оценка означает способность человека осмысленно связывать противоречивые жизненные явления. Низкий результат означает, что жизненные противоречия воспринимаются данным человеком как антагонистические.

Шкалы Синергичности и Взгляда на природу человека очень близки по содержанию, их лучше анализировать совместно. Они составляют блок концепции человека.

Шкала "Принятие агрессии". Измеряет способность человека принимать свою агрессивность как природное свойство. При низком уровне самоактуализации человек обычно старается скрыть это качество, отказаться от, агрессии, подавить ее в себе. При высоком уровне самоактуализации личность понимает, что агрессивность и гнев свойственны природе человека и могут проявляться в межличностных контактах.

Шкала "Контактность". Измеряет способность человека устанавливать глубокие и тесные контакты с окружающими. Самоактуализирующаяся личность может легко и быстро вступать в контакт, при этом ее отношения с людьми не являются поверхностными. Она играет значимую роль в жизни своих друзей и близких, ее отношения с людьми полны смысла и доброжелательности. Низкий общий балл по этой шкале означает трудности в общении.

Шкалы Принятия агрессии и Контактности составляют блок межличностной чувствительности.

Шкала "Познавательные потребности". Устанавливает степень выраженности у человека стремления к приобретению знаний об окружающем мире. Высокий балл означает, что у самоактуализирующейся личности такие потребности развиты. У несамоактуализирующейся личности они выражены очень слабо.

Шкала "Креативность". Шкала измеряет выраженность направленности личности. Высоким баллам соответствует развитая творческая направленность личности, низким — слабый творческий потенциал.

Шкалы Познавательных потребностей и Креативности составляют блок отношения к познанию, показывают уровень творческой направленности личности.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.- сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федераль-

ный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674>

Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

<http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие №15-16

Тема: Реабилитационная психология: общие подходы.

Цель: ознакомление с основами реабилитационной психологии.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

Реабилитация – клиент-центрированная мультидисциплина. Реабилитолога характеризует личностно-включенная позиция. Психолог-реабилитолог работает как с клиентом, так и с его семьей и реабилитационной командой. Основная задача психолога-реабилитолога – вовлечение клиента в решение задач своей судьбы, в результате чего он становится субъектом собственной активности. Главным понятием в реабилитологии является качество жизни. Но качество жизни выбирает пациент и его окружение. Следовательно, у реабилитолога не может быть общих схем работы.

Основная часть занятия проводится в форме круглого стола.

Вопросы для обсуждения:

1. Содержание работы психолога-реабилитолога.
2. Этапы работы психолога-реабилитолога.
3. Направления работы.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> (20.09.2017).

Дополнительная литература:

Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

<http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие №17-18

Тема: Нейропсихологическая реабилитация.

Цель: ознакомление с основными понятиями, научными основами и принципами нейропсихологической реабилитации больных.

Формируемые компетенции: УК-2; ОПК-4; ОПК-5; ПК-1

Теоретическая часть.

На сегодняшний день нет устоявшегося определения реабилитации. Например, М.М. Кабанов определяет реабилитацию как систему, направленную на достижение определенной цели (восстановление личного и социального статуса больного, частичное или полное) особым методом, главное содержание которого состоит в опосредовании через личность лечебно-восстановительных воздействий и мероприятий. Он определяет реабилитацию и как динамическую систему взаимосвязанных компонентов, которая является одновременно и методом, и целью; целью же является восстановление личного и социального статуса больного. Методы могут и должны быть разными и зависеть от многих факторов и, в частности, от болезни человека, степени ее тяжести, с одной стороны, и от личности больного, его социального окружения, мотивов его поведения – с другой. Реабилитация может достичь результатов только при комплексном, интегративном воздействии на дефект и на человека в целом, при взаимодействии медицинского, психологического и социального аспектов в целях преодоления дефекта и восстановления его личного и социального статуса.

В настоящее время в «проблеме» реабилитации (в ее теории и практике) условно можно выделить два направления:

1. Первое направление отводит центральное место и главенствующую роль в реабилитации больных восстановлению у них нарушенных функций;

2. Второе – рассматривает реабилитацию как систему различных мероприятий (медицинских, психологических, социальных), направленных не только на компенсацию имеющегося дефекта, но и на его предупреждение.

Эти два направления не исключают, а дополняют друг друга. Реабилитация на разных ее этапах в зависимости от динамики самой болезни должна пользоваться системой разных методов и мероприятий, но с общей целью – социализировать больного человека, восстановить его личный и социальный статус, место в общественной и трудовой жизни. Так же как не следует разделять эти два направления, так нельзя и резко отделять реабилитацию больных от их лечения. Нередко считается, что лечение направлено на болезнь, а реабилитация -- на человека. Это не совсем верно. Эти два вида воздействия направлены на заболевшего человека и, прежде всего на человека. Поэтому оптимальным во взаимоотношении лечения и реабилитации при некоторых формах соматических, нерв-

ных и других заболеваний может явиться их взаимодействие. Чем раньше вступит в дело реабилитация, тем лучше будет идти лечение основной болезни. Так же как реабилитация больного находится в зависимости от течения самой болезни, так и течение болезни, отношение к ней больного находится в зависимости от своевременности применения реабилитационных методов и мероприятий, а также от их адекватности виду и форме заболевания.

«Нейропсихологическая реабилитация» – это, прежде всего:

1. Ряд мероприятий, направленных на реабилитацию определенного контингента больных (с локальными поражениями мозга различной этиологии: нарушения мозгового кровообращения, инсульты, черепно-мозговые травмы, опухоли головного мозга и др.);

2. Нейропсихологическая реабилитация (НПР) имеет свои задачи – восстановление нарушенных психических функций (а не приспособление к дефекту) и промежуточные цели – преодоление изменений личности больных, негативных реакций, восстановление активных форм вербального и невербального поведения, создание нужных мотивов поведения и др.;

3. НПР имеет свои пути и методы реабилитации больных. Главный и единственно правильный путь реабилитации этого контингента больных – это путь восстановления психических функций;

4. НПР имеет и свои методы реабилитации, которые состоят, по меньшей мере, из двух групп:

1). Первая группа методов направлена на восстановление нарушенных высших психических функций.

2). Вторая – включает методы и мероприятия, направленные на восстановление личного и социального статуса больного путем апелляции к его личности, к окружающей среде, к общению с окружающими, к различным видам деятельности. Нельзя понимать так, что при восстановлении ВПФ психолог, врач, дефектолог не опираются на личность больного, не вовлекают его в процесс обучения.

Обе группы методов тесно взаимодействуют, но на каждом этапе реабилитации то одна, то другая группа методов становится ведущей, но не изолированной. То же относится к задачам и целям НПР.

Главным и наиболее эффективным методом восстановления функций является восстановительное обучение, которое следует рассматривать не только как один из методов НПР, но прежде всего как наиболее эффективный способ восстановления нарушенных психических функций, таких как речь, восприятие, чтение, письмо и др. Сколько бы мы ни говорили о НПР – ее составных частях, задачах, принципах, – мы не на много продвинемся вперед, пока не поставим конкретный вопрос о путях и методах восстановления пострадавшей функции. Естественно, что задачи реабилитации этого контингента больных могут быть полноценно решены только благодаря и вследствие восстановления нарушенных психических функций. Сколько бы мы ни воздействовали на личность больного, ни помещали бы его в нужную социальную среду, мы не сможем научить его говорить, писать, считать, читать. И пока больной не овладеет навыками речевых функций, памяти, внимания, интеллектуальной деятельности и др., процесс реабилитации не сможет протекать нормально и решать свои задачи. С другой стороны, восстановительное обучение так же, как и весь процесс реабилитации, должно апеллировать к личности больного, но через определенные методы, которые должны воздействовать собственно на дефект и на личность больного, его эмоционально-волевую сферу. В этом и заключаются особенности взаимодействия системы НПР и одного из ее методов – восстановительного обучения неврологических и нейрохирургических больных.

5. Конечной целью реабилитации этих больных является возвращение их в нормальную, а не в упрощенную социальную среду. Эта цель может быть достигнута только путем преодоления основных дефектов.

Нейропсихологическая реабилитация имеет как общее, так и специфическое с задачами, целями, путями и методами реабилитации больных, страдающих другими заболеваниями. Реабилитация больных – более широкое понятие, чем НПР, но они направлены на выполнение одной цели. НПР, в свою очередь, более широкое понятие, чем восстановление ВПФ. Они направлены на одну цель, но в полном взаимодействии решают разные задачи.

6. Задачами восстановления ВПФ и восстановительного обучения является восстановление нарушенных функций, восстановление деятельности человека.

От эффективного решения этих задач будет зависеть эффективность нейропсихологической реабилитации, то есть эффективность восстановления личного и социального статуса больного, его положения в социальном обществе, восстановление всей системы отношений больного (иерархии мотивов, симпатий, антипатий, чувства долга, престижных моментов, ценностных ориентации и др.).

Вопросы для обсуждения:

7. Цели, задачи и методы нейропсихологической реабилитации.
8. Принципы нейропсихологической реабилитации.
9. Пути восстановления ВПФ.
10. Методы нейропсихологической реабилитации.
11. Формы организации нейропсихологической реабилитации.
12. Коррекционные программы, основанные на нейропсихологическом подходе.
13. Программированное восстановительное обучение больных с поражениями мозга различной этиологии.

Задания:

2. Конспект статьи: Барабанщиков В.А. Системная организация и развитие психики // Психологический журнал №1.2003.
3. Составить схемы восстановительной работы с больными с локальными поражениями головного мозга.
4. Провести коррекционную программу и предоставить отчетный материал, включая стимульный по одной из программ комплексной нейропсихологической коррекции и реабилитации.

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические реко-

мендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

<http://www.biblioclub.ru/> – Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Методические указания
по выполнению самостоятельных работ
по дисциплине «Психологическая интервенция (коррекция и реабилитация)»
для студентов направления для студентов направления подготовки
37.05.01 Клиническая психология
Направленность (профиль):
«Патопсихологическая диагностика и психотерапия»

Ставрополь, 2026 г.

ВВЕДЕНИЕ

Современные стандарты подготовки специалистов предусматривают значительный объем внеаудиторной работы. Освоение программы курса предполагает получение как теоретических знаний по проблемам психологической коррекции и реабилитации, так и формирование навыков практической работы. Поэтому самостоятельная работа в рамках курса ориентирована как на теоретический, так и на практический аспект.

Самостоятельная работа студентов – это выполнение теоретических и практических заданий студентами по усвоению изучаемой дисциплины.

Целью самостоятельной работы является закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекциях, подготовке к текущим лабораторным и практическим занятиям, промежуточным формам контроля знаний и к итоговому контролю.

Дидактические цели самостоятельных занятий:

- формирование профессиональных умений;
- формирование умений и навыков самостоятельного умственного труда;
- мотивирование регулярной целенаправленной работы по освоению специальности;
- развитие самостоятельности мышления;
- формирование убежденности, волевых черт характера, способности к самоорганизации;
- овладение технологическим учебным инструментом.

Самостоятельная работа включает те разделы курса, которые не получили достаточного освещения на лекциях по причине ограниченности лекционного времени и большого объема изучаемого материала.

Методическое обеспечение самостоятельной работы дисциплине состоит из:

- 1) Определения учебных вопросов, которые студенты должны изучить самостоятельно;
- 2) Подбора необходимой учебной литературы, обязательной для проработки и изучения;
- 3) Поиска дополнительной научной литературы, к которой студенты могут обращаться по желанию, если у них возникает интерес в данной теме;
- 4) Определения контрольных вопросов, позволяющих студентам самостоятельно проверить качество полученных знаний;
- 5) Организации консультаций преподавателя со студентами для разъяснения вопросов, вызвавших у студентов затруднения при самостоятельном освоении учебного материала.

Самостоятельная работа студента – это особым образом организованная деятельность, включающая в свою структуру такие компоненты, как:

- уяснение цели и поставленной учебной задачи;
- четкое и системное планирование самостоятельной работы;
- поиск необходимой учебной и научной информации;
- освоение собственной информации и ее логическая переработка;
- использование методов исследовательской, научно-исследовательской работы для решения поставленных задач;
- выработка собственной позиции по поводу полученной задачи;
- представление, обоснование и защита полученного решения;
- проведение самоанализа и самоконтроля

Виды самостоятельных работ по учебной дисциплине:

- работа с понятийным аппаратом;
- поисковая работа с различными источниками;
- составление аннотированного списка литературы по проблеме;
- проектирование фрагментов исследовательской деятельности;

- анализ научных исследований по психологической проблематике;
- подготовка докладов по теме.

Контроль знаний студентов включает формы текущего и итогового контроля. Текущий контроль осуществляется в процессе изучения курса и включает в себя оценку работы студентов на практических и лабораторных занятиях (дискуссии, заполнение и анализ таблиц, составление конспектов, реферирование источников, составление схем и др.), а также подготовку домашнего задания.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА

Комплексное изучение предлагаемой студентам учебной дисциплины предполагает овладение материалами лекций, учебников, программы, творческую работу студентов в ходе проведения практических и лабораторных занятий, а также систематическое выполнение заданий для самостоятельной работы студентов.

В ходе лекций раскрываются основные вопросы в рамках рассматриваемых тем, делаются акценты на наиболее сложные и интересные положения изучаемого материала, которые должны быть приняты студентами во внимание. Материалы лекций являются основой для подготовки студентов к лабораторным занятиям.

Работа с конспектом лекций

Просмотрите конспект сразу после занятий. Отметьте материал конспекта лекций, который вызывает затруднения для понимания. Попытайтесь найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь на текущей консультации или на ближайшей лекции за помощью к преподавателю.

Каждую неделю отводите время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам и тестам.

Выполнение лабораторных и практических занятий по Психологической коррекции и реабилитации

На первом занятии получите у преподавателя задания по курсу, планы подготовки к лабораторным и практическим занятиям. Обзаведитесь всем необходимым методическим обеспечением.

Перед практическим и лабораторным занятием изучите теорию вопроса, предполагаемого к исследованию, ознакомьтесь с опытом других исследователей в этом направлении, подготовьте протокол проведения работы, в который занесите:

- название работы; цель работы; ход работы.

Оформление практических и лабораторных работ часто требует наличия справочной литературы, которую необходимо иметь при себе на занятии.

Оформление отчетов должно производиться после окончания работы непосредственно на занятии, при наличии свободного времени или дома.

Для подготовки к защите отчета следует проанализировать экспериментальные результаты, сопоставить их с известными теоретическими положениями или эмпирическими справочными данными, обобщить результаты исследований в виде лаконичных выводов по работе.

Целью практических и лабораторных занятий является:

- закрепление методов приложения теории к решению практических задач анализа и синтеза психологического знания;
- проверка уровня понимания студентами вопросов, рассмотренных на лекциях и по учебной литературе, степени и качества усвоения материала студентами;

- обучение навыкам освоения методики эксперимента и работы с нормативно-справочной литературой;
- восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса и оказание помощи в его усвоении.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ

Изучение и анализ литературных источников является обязательным видом самостоятельной работы студентов. Изучение литературы по избранной теме имеет своей задачей проследить характер постановки и решения определенной проблемы различными авторами, аргументацию их выводов и обобщений, провести анализ и систематизировать полученный материал на основе собственного осмысления с целью выяснения современного состояния вопроса.

Проработка отобранного материала обязательно должна идти с одновременным ведением записей прочитанного и своих замечаний. Запись может иметь как форму конспекта, так и выписок, а также картотеку положений, тезисов, идей, методик, что в дальнейшем облегчит классификацию и систематизацию полученного материала. Такого рода записи являются лучшим способом накопления и первичной обработки материала, одной из обязательных форм организации умственного труда.

Планом удобно пользоваться при подготовке к устному выступлению по выбранной теме. Каждый пункт плана должен раскрывать одну из сторон избранной темы, а весь план должен охватывать ее целиком.

Тезисы предполагают сжатое изложение основных положений текста в форме утверждения или отрицания. Они являются более совершенной формой записей и представляют основу для дискуссии. К тому же их легко запомнить.

Аннотация – краткое изложение содержания – дает общее представление о работе.

Резюме кратко характеризует выводы, главные итоги источника.

Конспект является наиболее распространенной формой ведения записей. Основную ткань конспекта составляют тезисы, дополненные доказательствами и рассуждениями. Конспект может быть текстуальным, свободным или тематическим. Текстуальный представляет собой цитатник с сохранением логики работы и структуры текста. Свободный конспект основан на изложении материала в том порядке, который более удобен автору. В этом смысле конспект представляет собирание воедино мыслей, разбросанных по всей книге. Тематический конспект может быть составлен по нескольким источникам, где за основу берется тема, интерпретируемая по-разному.

Экономия времени дает использование при записях различного рода сокращений, аббревиатуры и т.д. многие используют для регистрации исследуемых тем систему карточек. Преимущество карточек в том, что тема там излагается очень сжато, и они очень удобны в использовании, т.к. их можно разложить на столе, перегруппировать и без труда найти искомую тему.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСПЕКТИРОВАНИЮ ПЕРВОИСТОЧНИКОВ

Конспектирование – процесс мысленной переработки и письменной фиксации информации, в виде краткого изложения основного содержания, смысла какого-либо текста.

Результат конспектирования – запись, позволяющая конспектирующему немедленно или через некоторый срок с нужной полнотой восстановить полученную информацию. Конспект в переводе с латыни означает «обзор». Составлять его необходимо как обзор, содержащий основные мысли текста без подробностей и второстепенных деталей.

Конспект носит индивидуализированный характер: он рассчитан на самого автора и поэтому может оказаться малопонятным для других.

Для того чтобы осуществлять этот вид работы, в каждом конкретном случае необходимо грамотно решить следующие задачи:

1. Сориентироваться в общей композиции текста (уметь определить вступление, основную часть, заключение).
2. Увидеть логико-смысловую канву сообщения, понять систему изложения автором информации в целом, а также ход развития каждой отдельной мысли.
3. Выявить «ключевые» мысли, т. е. основные смысловые вехи, на которые «нанизано» все содержание текста.
4. Определить детализирующую информацию.
5. Лаконично сформулировать основную информацию, не перенося на письмо все целиком и дословно.

Во всяком научном тексте содержится информация 2-х видов: основная и вспомогательная. Основной является информация, имеющая наиболее существенное значение для раскрытия содержания темы или вопроса. К ней относятся: определения научных понятий, формулировки законов, теоретических принципов и т. д. Назначение вспомогательной информации – помочь читателю лучше усвоить предлагаемый материал. К этому типу информации относятся разного рода комментарии. Основную – записываем как можно полнее, вспомогательную, как правило, опускаем. Содержание конспектирования составляет переработка основной информации в целях ее обобщения и сокращения. Обобщить – значит представить ее в более общей, схематической форме, в виде тезисов, выводов, отдельных заголовков, изложения основных результатов и т. п. Читая, мы интуитивно используем некоторые слова и фразы в качестве опорных. Такие опорные слова и фразы называются ключевыми. Ключевые слова и фразы несут основную смысловую и эмоциональную нагрузку содержания текста.

Выбор ключевых слов – это первый этап смыслового свертывания, смыслового сжатия материала.

Важными требованиями к конспекту являются наглядность и обозримость записей и такое их расположение, которое давало бы возможность уяснить логические связи и иерархию понятий.

По форме конспекты подразделяются на формализованные и графические.

1. Формализованные (все записи вносятся в заранее подготовленные таблицы).

Это удобно, во-первых, при конспектировании материалов, когда перечень характеристик описываемых предметов или явлений более или менее постоянен, во-вторых, при подготовке единого конспекта по нескольким источникам. Особенно если есть необходимость сравнения отдельных данных. Разновидностью формализованного конспекта является запись, составленная в форме ответов на заранее подготовленные вопросы, обеспечивающие исчерпывающие характеристики однотипных предметов или явлений.

2. Графические (элементы конспектируемой работы располагаются в таком виде, при котором видна иерархия понятий и взаимосвязь между ними).

По каждой работе может быть не один, а несколько графических конспектов, отображающих книгу в целом и отдельные ее части. Ведение графического конспекта – наиболее совершенный способ изображения внутренней структуры книги, а сам этот процесс помогает усвоению ее содержания.

Можно выделить следующие основные **типы конспектов: плановый, текстуальный, сводный, тематический.**

Плановый – легко получить с помощью предварительно сделанного плана произведения, каждому вопросу плана отвечает определенная часть конспекта:

- а) вопросно-ответный (на пункты плана, выраженные в вопросительной форме, конспект дает точные ответы);
- б) схематичный плановый конспект (отражает логическую структуру и взаимосвязь

отдельных положений).

Текстуальный – это конспект, созданный в основном из цитат.

Сводный конспект – сочетает выписки, цитаты, иногда тезисы; часть его текста может быть снабжена планом.

Тематический – дает более или менее исчерпывающий ответ (в зависимости из числа привлеченных источников и другого материала, например, своих же записей) на поставленный вопрос – тему: обзорный; хронологический.

Роль конспекта – чисто учебная: он помогает зафиксировать основные понятия и положения первичного текста и в нужный момент их воспроизвести, например, при написании проекта или подготовке к зачету и экзамену.

Способы конспектирования.

- **Тезисы** – это кратко сформулированные основные мысли, положения изучаемого материала. Тезисы лаконично выражают суть читаемого, дают возможность раскрыть содержание. Приступая к освоению записи в виде тезисов, полезно в самом тексте отмечать места, наиболее четко формулирующие основную мысль, которую автор доказывает (если, конечно, это не библиотечная книга). Часто такой отбор облегчается шрифтовым выделением, сделанным в самом тексте.

- **Линейно-последовательная запись текста.** При конспектировании линейно – последовательным способом целесообразно использование плакатно-оформительских средств, которые включают в себя следующие:

- сдвиг текста конспекта по горизонтали, по вертикали;
- выделение жирным (или другим) шрифтом особо значимых слов;
- использование различных цветов;
- подчеркивание;
- заклучение в рамку главной информации.

- **Способ «вопросов – ответов».** Он заключается в том, что, поделив страницу тетради пополам вертикальной чертой, конспектирующий в левой части страницы самостоятельно формулирует вопросы или проблемы, затронутые в данном тексте, а в правой части дает ответы на них.

Одна из модификаций способа «вопросов – ответов» - таблица, где место вопроса занимает формулировка проблемы, поднятой автором (лектором), а место ответа – решение данной проблемы. Иногда в таблице могут появиться и дополнительные графы: например, «мое мнение» и т. п.

- **Схема с фрагментами** – способ конспектирования, позволяющий ярче выявить структуру текста, - при этом фрагменты текста (опорные слова, словосочетания, пояснения всякого рода) в сочетании с графикой помогают созданию рационально - лаконичного конспекта.

- **Простая схема** – способ конспектирования, близкий к схеме с фрагментами, объяснений к которой конспектирующий не пишет, но должен уметь давать их устно. Этот способ требует высокой квалификации конспектирующего. В противном случае такой конспект нельзя будет использовать.

- **Параллельный способ** конспектирования. Конспект оформляется на двух листах параллельно или один лист делится вертикальной чертой пополам и записи делаются в правой и в левой части листа.

Однако лучше использовать разные способы конспектирования для записи одного и того же материала.

Комбинированный конспект – вершина овладения рациональным конспектированием. При этом умело используются все перечисленные способы, сочетая их в одном конспекте (один из видов конспекта свободно перетекает в другой в зависимости от конспектируемого текста, от желания и умения конспектирующего). Именно при комбинированном конспекте более всего проявляется уровень подготовки и индивидуальность студента.

Принципы составления конспекта прочитанного.

1. Записать все выходные данные источника: автор, название, год и место издания. Если текст взят из периодического издания (газеты или журнала), то записать его название, год, месяц, номер, число, место издания.

2. Выделить поля слева или справа, можно с обеих сторон. Слева на полях отмечаются страницы оригинала, структурные разделы статьи или книги (названия параграфов, подзаголовки и т. п.), формулируются основные проблемы. Справа – способы фиксации прочитанной информации.

Один из видов чтения – углубленное – предполагает глубокое усвоение прочитанного и часто сохранение информации в целях последующего обращения к ней. Эффективность такого чтения повышается, если прочитанное зафиксировано не только в памяти, но и на бумаге. Психологи утверждают, что записанное лучше и полнее усваивается, прочнее откладывается в памяти. Установлено, что если прочитать 1000 слов и затем записать 50, подытоживающих прочитанное, то коэффициент усвоения будет выше, чем, если прочитать 10000 слов, не записав ни одного. Кроме того, при записи прочитанного формируется навык свертывания информации. И, наконец, чередование чтения и записывания уменьшает усталость, повышает работоспособность и производительность умственного труда.

1. Резюмирование.

Резюме – краткий итог прочитанного, содержащий его оценку. Резюме характеризует основные выводы книги, главные итоги.

Выбор языковых средств для построения резюме-выводов подчинен основной задаче свертывания информации: минимум языковых средств – максимум информации. Это обычно одно – три четких, кратких, выразительных предложения, раскрывающих, по мнению автора, самую суть описываемого объекта.

2. Аннотация.

Аннотация – краткая обобщенная характеристика печатной работы (книги, статьи), включающая иногда и его оценку. Это наикратчайшее изложение содержания первичного документа, дающее общее представление о теме.

Основное ее назначение – дать некоторое представление о книге (статье, научной работе) с тем, чтобы рекомендовать ее определенному кругу читателей или воспользоваться своими записями при выполнении работы исследовательского, реферативного характера. Поэтому аннотации не требуются изложения содержания произведения, в ней лишь перечисляются вопросы, которые освещены в первоисточнике (содержание этих вопросов не раскрывается). Аннотация отвечает на вопрос: «О чем говорится в первичном тексте?», дает представление только о главной теме и перечне вопросов, затрагиваемых в тексте первоисточника.

Текст аннотации не стандартизирован. В научной литературе можно встретить различные требования к составлению аннотаций. Например, текст справочной аннотации может включать следующие сведения:

тип и название аннотируемого документа (монография, диссертация, сборник, статья и т. п.)

задачи, поставленные автором аннотируемого документа

метод, которым пользовался автор (эксперимент, сравнительный анализ, компиляция других источников)

принадлежность автора к определенной научной школе или направлению

структуру аннотируемого документа

предмет и тему произведения, основные положения и выводы автора

характеристику вспомогательных иллюстративных материалов, дополнений, приложений, справочного аппарата, включая указатели и библиографию [Методические рекомендации по составлению конспекта, аннотации, написанию проекта. <http://pandia.ru/text/78/346/1343.php>].

Форма отчетности о результатах самостоятельной работы по дисциплине

- собеседование
- конспект первоисточников

Информационное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Основная литература:

Психологическая коррекция и реабилитация: учебное пособие (курс лекций) : [16+] / авт.-сост. И.В. Белашева, М.Л. Есаян, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 200 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596388> (дата обращения: 14.04.2021). – Текст : электронный.

Дополнительная литература:

Крыжановская, Л.М. Методы психологической коррекции личности : учебник для вузов / Л.М. Крыжановская. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 239 с. - (Коррекционная педагогика). - ISBN 978-5-691-02207-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL:

<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429674> Трошихина, Е.Г. Нарушение и коррекция психического развития : учебное пособие / Е.Г. Трошихина, А.В. Щукин ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 80 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05679-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458123>

Методическая литература: методические указания по выполнению лабораторных занятий, методические указания по выполнению практических занятий, методические рекомендации для студентов по организации самостоятельной работы студентов

Интернет-ресурсы:

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»