



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**профессиональной переподготовки**  
**«Экзистенциальная психотерапия»**  
**Методические рекомендации**

**Текущий контроль успеваемости** проводится в форме дискуссии, опроса и выполнения практических заданий, домашних заданий.

*Методические рекомендации по выполнению практических заданий:*

1. Прежде всего, следует восстановить в памяти тематику и содержание последнего аудиторного занятия.
2. Отключиться от посторонних тем.
3. Распределить время и строго придерживаться установленного сессинга. Время проведения одной консультации в рамках практических заданий – от 20 до 50 минут; продолжительность консультаций должна быть обговорена заранее.
4. При выполнении индивидуальных практических заданий важно максимальное погружение в тему.
5. Можно возвращаться к заданию несколько раз в промежутке до следующей дисциплины. В этом случае будет лучше видна динамика психических процессов.
6. При выполнении заданий в тройках лучше заранее проговорить последовательность смены ролей. Как правило, наиболее бережная работа получается, когда при переходе к следующей сессии бывший клиент занимает место супервизора, терапевт становится клиентом, супервизор работает как терапевт.
7. Рекомендуется делать необходимые для отчета о работе в тройке записи в день выполнения задания
8. Очень желательно использовать возможности выполнения заданий в тройках в разных составах, так, чтобы получить как опыт длительной работы с одними коллегами, так и максимально широкий спектр работы с разными людьми.
9. Одно задание в тройке рекомендовано выполнять несколько раз в разных составах. Практики много не бывает.

*Методические рекомендации по выполнению домашних заданий:*

Домашние задания следует выполнять согласно данным инструкциям и предложенными форматами. При выполнении домашнего задания важно обратиться к материалам, разобранным на очных занятиях и рекомендованной литературе по теме. Объем домашних заданий составляет 1–2 страницы 12 шрифтом через полтора интервала.

**Промежуточная аттестация** проходит в форме практического задания, включающего в себя рефлексивное эссе.

*Типовое практическое задание промежуточной аттестации*

1. Провести 3 терапевтические сессии в тройках. Работа в тройках (терапевт, клиент, супервизор) должна быть направлена на отработку специфической позиции экзистенциального терапевта как «попутчика». Терапевту стоит обратить внимание на установление глубокого личного контакта, клиент может выражать себя в свободной форме, супервизору следует отслеживать мотивы, побуждающие терапевта выходить в экспертную позицию. Далее следует обсуждение полученного опыта, трудностей, с

которыми встретился терапевт, что помогало и не помогало клиенту, какими наблюдениями может поделиться супервизор.

По каждой проведенной в качестве терапевта сессии в тройке предоставить письменный отчет по следующему плану:

- дата проведения сессии
- состав тройки с обозначением ролей
- сеттинг
- жалоба клиента
- принятый запрос
- оценка результата сессии: удалось ли выполнить запрос, какие ответы клиент нашел на свои вопросы
- какие трудности возникли у терапевта в работе с клиентом
- удалось ли разрешить эти трудности в ходе супервизии.

2. Написать рефлексивное эссе. Эссе должно включать в себя отчет по саморефлексии на тему экзистенциальной парадигмы. Необходимо подумать и описать свои мысли, чувства, эмоции, телесные ощущения, возникшие в процессе знакомства с экзистенциальными идеями.

**Итоговая аттестация** проводится в форме экзамена и включает в себя:

1. Концептуализацию клиентского случая, с которым слушатель работал в рамках практики:

- концептуализация должна быть выполнена по всей проведенной сессии;
- необходимо описать страдание клиента в понимании терапевта;
- концептуализация должна содержать описание экзистенциальных данностей бытия, столкновение с которыми проживает клиент;
- в работе должно быть изложено понимание терапевта, как именно клиент проживает столкновение;
- в работе также должны быть описаны психологические защиты клиента и потребности, которые терапевт увидел под ними;

2. Защиту отчета по самоанализу (исследование в течение всей программы своих чувств, мыслей, ощущений относительно всех экзистенциальных данностей и процесса формирования своей профессиональной идентичности):

- работы должна соответствовать предложенному плану;
- ответ должен быть дан в развернутой форме;
- работа должна отражать непрерывность самоанализа на протяжении всего обучения;
- в работе должна быть проведена глубокая рефлексия своих чувств;
- в работе должны быть отмечены сильные стороны и слепые пятна терапевта;

3. Работу с клиентом из учебной группы в экзистенциальном подходе в режиме демо-сессии с последующей групповой супервизией:

- установить контакт с клиентом и поддерживать альянс в течение сессии.
- использовать технику "здесь-и-сейчас"
- внимательно и безоценочно исследовать феноменологию клиента.
- сохранять контакт со своими чувствами, «выносить себя за скобки»;
- замечать и отражать клиенту экзистенциальные данности, столкновение с которыми он проживает;
- дать развернутое резюме по проведенной сессии.

## Основная литература

1. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование: учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. — 10-е изд. — Москва: Академический проект, 2020. — 223 с. — ISBN 978-5-8291-2743-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110003.html>
2. Лэйнг Д., Расколотое «Я»: экзистенциальное исследование «нормальности» и безумия. Феноменология переживания и Райская птичка / Рональд Лэйнг Д.. — 3-е изд. — Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2018. — 350 с. — ISBN 978-5-7312-0952-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/89776.html>
3. Лэнгле, А. А. Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика, исследования : монография / А. А. Лэнгле, Е. М. Уколова, В. Б. Шумский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 403 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-06414-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564671>
4. Нестерова, А. А. Профессиональная этика психолога : учебник и практикум для вузов / А. А. Нестерова, Т. Ф. Суслова. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 356 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8758-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/583468>

## Дополнительная литература

1. Шумский, В. Б. Экзистенциальная психология и психотерапия : учебник для вузов / В. Б. Шумский. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 155 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06345-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/584107>
2. Вакнин, Е. Е. Духовная личность в логотерапии Виктора Франкля : учебник для вузов / Е. Е. Вакнин, Г. В. Почукаева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 177 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14214-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/588586>

Идентификатор документа: 351731506/429564666

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Организация, подписант



Голосов Павел Евгеньевич

Сертификат: номер, срок действия

9488CA879026B35ADD634A9F6BC4CCBFA3DEE44A 28.04.2026 10:55 GMT+03:00

Действителен с 24.02.2026 до 20.05.2027

Дата подписания

Подпись соответствует файлу документа