

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Институт общественных наук
Факультет психологии

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор
Института общественных наук
П.Е. Голосов

**ПРОГРАММА СТАЖИРОВКИ
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
(профессиональной переподготовки)**

«Экзистенциальная психотерапия»
(наименование программы)

очно-заочная
(форма обучения)


Москва, 2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Идентификатор документа: 350311251/428311967
Страница 1 из 36

Авторы-составители:

-


(подпись) Е. В. Кутдузова

-


(подпись) О. А. Пархоменко

Старший преподаватель
кафедры общей психологии ИОН РАНХиГС


(подпись) Н.П. Ячменёва

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи проведения стажировки	4
2. Планируемые результаты обучения по стажировке	4
3. Объем стажировки.....	6
4. Содержание стажировки.....	6
5. Формы отчетности по стажировке.....	34
6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по стажировке	34
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение стажировки	35
7.1. Основная литература.....	35
7.2. Дополнительная литература	35
7.4 Интернет-ресурсы.....	35
7.5 Справочные системы.....	35
7.6 Иные источники.....	36
8 Материально-техническое и программное обеспечение стажировки (стажировки).....	36

1. Цель и задачи проведения стажировки

Целью стажировки является приобретение слушателями практического опыта психотерапевтической деятельности и практической отработки полученных навыков по каждому модулю в работе с клиентом психологического центра и участником группы.

Задачи стажировки:

1. Сформировать у слушателей представление о возможностях и ограничениях экзистенциального подхода в терапии;
2. Сформировать умение видеть и опираться на феноменологию клиента, подбирать правильные интервенции в процессе терапии;
3. Сформировать навыки использования психотерапевтических техник при работе с различной психологической проблематикой;
4. Сформировать у слушателей новую профессиональную идентичность – экзистенциального психотерапевта
5. Дать слушателям клиентский опыт работы с экзистенциальным терапевтом и опыт психотерапевтической работы в группе.

2. Планируемые результаты обучения по стажировке

Таблица 1

Виды деятельности	Общепрофессиональные/профессиональные компетенции ОПК и ПСК	Знания	Умения	Практический опыт
Психологическое консультирование населения и трудовых коллективов	ОПК-4 ¹ . Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования	Знает основы экзистенциального подхода в психотерапии. Ограничения и возможности сочетания различных подходов в психотерапии с экзистенциальной парадигмой.	Навыки анализа собственной мотивации к работе и понимания вопроса власти и разделения ответственности между терапевтом и клиентом в экзистенциальном подходе	Применяет более глубокое понимание феномена терапевтических отношений в экзистенциальном подходе в работе с клиентом
	ПКо ОС-6 ¹ . Способен сформулировать конструктивный запрос для консультативной работы с клиентом на основе его описаний проблемной ситуации	Знает основные этапы терапевтической работы в экзистенциальном подходе, специфику проведения первой встречи с клиентом и выстраивании терапевтического альянса, разные уровни терапевтической работы в	Умеет применять основные техники ведения психотерапевтической беседы в экзистенциальном подходе, а также навыки работы с сопротивлением.	Применяет технику присутствия при работе с клиентом

¹ Приказ РАНХиГС «Об утверждении новой редакции образовательного стандарта Академии по направлению подготовки 37.03.01 Психология» №01–24596 от 07 сентября 2023 года

		экзистенциальном подходе		
	ПСК-1 ² . Способен осуществлять подготовку к проведению мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов	Знает основные теоретически основы экзистенциальных данностей. Теорию процесса психологического консультирования и методы психологического консультирования. Порядок оказания консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	Умеет определять необходимые техники психотерапевтической работы в экзистенциальном и смежных подходах для работы с определенным запросом клиента. Подбирать эффективные методы психологического консультирования для решения заявленных проблем граждан и трудовых коллективов. Разрабатывать программы и графики мероприятий психологического консультирования граждан и трудовых коллективов	Применение полученных знаний и навыков в терапевтической работе с проблемами, связанными со столкновением человека с экзистенциальными данностями. Выбор эффективных методов психологического консультирования для решения заявленных проблем граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, и трудовых коллективов.
	ПСК-2 ² . Способен проводить мероприятия по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	Знает основные понятия феноменологии и принципы феноменологического метода исследования. Требования, предъявляемые к условиям и особенностям проведения консультативной беседы. Теория процесса психологического консультирования и методы психологического консультирования. Принципы и приемы	Навыки анализа практического применения феноменологического метода в экзистенциальной психотерапии. Применять методы выявления психологических проблем граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, обусловленных психотравмирующими воздействиями. Использовать	Выстраивает психотерапевтическую работу с клиентом в экзистенциальном подходе. Составление заключения по результатам психологического обследования. Оказание консультационной психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс

² Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 N 537н об утверждении профессионального стандарта «Психолог-консультант». (Зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 14 октября 2022г., регистрационный № 70506).

		поддержания контакта с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью. Виды ограничений к применению методов психологического консультирования	методы и приемы психологического консультирования в процессе оказания консультационной психологической помощи. Поддерживать контакт с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью, в процессе работы	
--	--	---	--	--

3. Объем стажировки

Вид учебной работы	Количество часов (час.) и (или) зачетных единиц (з.е.)
Контактная работа слушателя с преподавателем, в том числе:	240
лекционного типа (Л) / Интерактивные занятия (ИЗ)	-
в форме практической подготовки	-
лабораторные занятия (практикум) (ЛЗ) / Интерактивные занятия (ИЗ)	-
Практические (семинарские) занятия (ПЗ) / Интерактивные занятия (ИЗ)	240
Самостоятельная работа слушателя (СР)	-
Контактная самостоятельная работа (КСР)	-
Промежуточная аттестация	Зачет
	час.
Общая трудоемкость по учебному плану (час./з.е)	244

4. Содержание стажировки

Для освоения компетенций в части навыков и профессионального опыта, а также формирования готовности к началу консультационной и психотерапевтической деятельности помимо знаний и навыков работы с клиентами слушателям необходимо глубокое понимание своей идентичности как терапевта и осознание своей собственной экзистенции. С этой целью слушатели проходят стажировку в терапевтическом пространстве, кабинетах для консультационных и терапевтических сессий на базе ООО общество с ограниченной ответственностью «Образовательный центр практической психологии и психотерапии «На Мясницкой» под супервизией и кураторством сотрудников Организации.

Таблица 2

№ п/п	Этапы (периоды) стажировки	Содержание
1.	Введение в экзистенциальную психотерапию	Тема 1. Философская основа экзистенциального подхода в психотерапии <i>Типовые вопросы к устному опросу:</i> 1. Какая философская идея (идеи) лежит в основе экзистенциального подхода?

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Идентификатор документа: 350311251/428311967
Страница 6 из 36

2. Кто или что находится в центре экзистенциальной философии?

3. Как, с помощью чего, с точки зрения экзистенциального подхода человек может обрести устойчивость в изменчивом мире?

Типовые вопросы к дискуссии:

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

1. Насколько рассматриваемые идеи соотносятся с моими жизненными ценностями?

2. Лично я согласен или не согласен с высказанными философскими мыслями, в чем и почему?

3. Какие эмоции и переживания вызывают у меня прямо сейчас размышления на тему моего бытия в мире?

Тема 2. История экзистенциальной психотерапии. Главные лица

Типовые вопросы к устному опросу:

1. К какому историческому периоду можно отнести появление экзистенциальной мысли?

2. Назовите основных представителей экзистенциальной философии.

3. Какой вклад внес в ЭП М. Хайдеггер?

4. Какова последовательность развития экзистенциальной мысли? Проследите логику появления понятий ЭП у разных представителей подхода.

5. В чем сходства и различия идей разных представителей ЭП?

Примеры тем для Эссе.

1. Как я понимаю философию М. Хайдеггера

2. Сравнение взглядов Дж. Бьюджентала и Э. Спинелли на ЭП.

Тема 3. Экзистенциальная психотерапия и другие психотерапевтические подходы

Типовые вопросы к устному опросу:

1. Какие терапевтические подходы, кроме экзистенциального, вам известны?

2. Назовите утверждения и идеи других терапевтических подходов, которые противоречат экзистенциальной психотерапии и расскажите, почему?

3. Назовите психотерапевтические подходы, близкие к ЭП.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Какие идеи и инструменты из других подходов, на ваш взгляд, может использовать в работе экзистенциальный психолог?

2. С какими трудностями может встретиться экзистенциальный терапевт, практикующий дополнительно в других подходах?

		<p>Тема 4. Специфика взаимоотношений между терапевтом и клиентом в ЭП: терапевт и клиент как «попутчики»</p> <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Упражнение в группе. Упражнение проводится в кругу. Каждый участник обращается к соседу с клиентской позиции, высказывая свое актуальное состояние (например; «Я всегда себя неуютно чувствую в обществе малознакомых людей»). Слушатель, к которому обращаются, должен дать эмпатический отклик. Цель - отразить чувства, постараться понять эмоциональное состояние клиента и продемонстрировать это понимание. Клиент может прокомментировать, насколько сказанное терапевтом ему отзывается или не отзывается. И далее по кругу.</p> <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Разделитесь на тройки (клиент, терапевт, супервизор) и проведите мини сессии по 10 минут. Клиент в свободной форме излагает актуальную ситуацию, терапевт старается эмпатически слушать, отражать чувства, обращает внимание на качество контакта, супервизор наблюдает. Далее следует обсуждение, клиент откликается, каково ему было в контакте с терапевтом. Терапевт делиться трудностями, с которыми он столкнулся, супервизор говорит о своем впечатлении со стороны. Поменяйтесь позициями, все участники тройки должны побывать во всех трех ролях.</p> <p><i>Пример кейса</i></p> <p>Слушателям будет предложено присутствовать на демонстрационной сессии экзистенциального терапевта, по окончании которой состоится обсуждение. Каждому участнику необходимо высказать свои впечатления от увиденного, поделиться чувствами, возникшими во время сессии, выдвинуть теории и версии. Можно будет задать вопросы терапевту относительно техник, которые были использованы, мотивации его выбора (по какому пути пойти, какие вопросы задать, что отразить).</p>
2.	Базовые навыки экзистенциальной психотерапии	<p>Тема 1. Цель и структура процесса ЭП</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Как вы понимаете основные отличительные черты ЭП в контексте фокуса и целей работы? 2. Как, по-вашему, прояснение взглядов и жизненных выборов клиента помогает в разрешении проблем, с которыми люди приходят на терапию? 3. Каковы основные ограничения сильнее всего влияют на вас в вашей работе с клиентами? Жизни в целом? <p>Тема 2. Первая встреча с клиентом.</p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какие основные вопросы входят в структуру первой консультации? 2. В каких случаях структура первой консультации не соблюдается? 3. Расскажите цепочку формирования запроса.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Какие ситуации на первой встрече кажутся вам наиболее сложными, вызывают растерянность? Почему?
2. Как вы видите свои возможности и ограничения в рамках первой консультации?
3. Как вы относитесь к отсутствию использования диагностических средств при знакомстве с клиентом?

Тема 3. Установление контакта. Забота психотерапевта.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Как вы чувствуете себя рядом с человеком в состоянии тревоги? Как, по-вашему, это может сказываться на установлении контакта с клиентом?
2. Какие составляющие заботы терапевта кажутся вам наиболее/наименее понятными и естественными для вас?
3. Поделитесь своим клиентским опытом установления контакта с терапевтом. Что в действиях терапевта помогало/мешало созданию альянса?

Пример практического задания

Разделитесь на пары терапевт-клиент. В течение 5 минут клиент рассказывает терапевту о каком-то своем актуальном эмоциональном опыте. Задача терапевта – создать у клиента ощущение, что его услышали и поняли, дать клиенту поддержку и показать, что его чувства разделены. Условие: терапевт не должен ничего говорить, вся работа происходит на невербальном уровне. Через 5 минут клиент и терапевт меняются ролями, проводится вторая сессия по тем же правилам. По окончании второй сессии участники делятся своими чувствами в группе.

Тема 4. Три сферы терапевтической встречи: Я -, Ты- и Мы-фокусированные сферы.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Как вы видите себя в контексте трех сфер терапевтической встречи?
2. Как вы понимаете взаимосвязанность трех сфер?
3. Какими вы видите возможные последствия игнорирования одной или двух сфер в терапии?

Тема 5. Базовое искусство ведения беседы. Присутствие как стержневая техника в экзистенциальном подходе

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Как вы понимаете «присутствие терапевта»? Что может мешать присутствовать? Какие у вас есть способы и опоры для того, чтобы обеспечить полноценное присутствие на протяжении всей сессии?
2. Что вы думаете о «межличностном давлении», о котором говорит Бьюдженталь?
3. Как вы относитесь к принципу приоритетности качества контакта перед его содержанием?

Пример домашнего задания

Изучите диаграмму уровней присутствия по Бьюдженталю. Концептуализируйте с позиции уровней присутствия своё

взаимодействие в разных сферах своей жизни, включая эту группу.

Пример практического задания

Упражнение в группе. Преподаватели обращаются к слушателям с позиции клиента с различными высказываниями (например; «Ты меня сейчас обвиняешь!»). Слушатели по очереди реагируют на это обращение как терапевты, используя разные формы высказываний, интонации, невербалику. Задача – восстановить контакт, снизить напряжение клиента, не устранив его полностью с целью дальнейшего исследования.

Тема 6. Прояснение личного мировоззрения

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Как вы видите взаимосвязанность четырех измерений переживания мира?
2. Как эти четыре измерения отражаются в вашей жизни?
3. Работа с какими измерениями переживания мира клиентом вызывает у вас наибольшее беспокойство? Почему?

Тема 7. Инвентаризация - исходная задача ЭП.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Как вы понимаете работу с системой ценностей клиента?
2. Сосредоточение на сильных сторонах личности клиента и обесценивание страдания клиента – где для вас грань?
3. Какие подводные камни при работе с целями и ценностями клиента вы ожидаете встретить?

Типовые вопросы к устному опросу:

1. Что понимается под инвентаризацией в ЭП?
2. Чем предположения о мире отличаются от переживания мира?
3. Как происходит работа с талантами и способностями?

Тема 8. Творческое исследование. Углубление проникновения в суть собственного бытия.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Зачем нам спрашивать клиента о чувствах?
2. Какие ограничения вы видите на этапе творческого исследования?
3. Сравните работу со сновидениями в ЭП с другими подходами, которые вам знакомы. Что ближе лично вам?

Пример практического задания

Разделиться на пары. По очереди провести две 10-минутные сессии (сначала первый участник терапевт, второй – клиент, во второй сессии поменяться ролями) по работе со сновидением либо фантазиями клиента. Обсудить в группе.

Тема 9. Примирение с жизнью.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Как вы понимаете тему принятия?
2. Как, на ваш взгляд, предыдущие этапы работы способствуют примирению с жизнью?
3. Как вы видите свои возможности и ограничения в работе на этапе примирения с жизнью?

Кейс:

		<p>Один из преподавателей проводит терапевтическую сессию в группе со слушателем программы в качестве клиента в демонстрационном формате. Далее слушатели обсуждают, что именно они увидели в работе, какие другие возможности заметили, задают вопросы по сессии терапевту и второму преподавателю и получают разъяснения.</p> <p>Тема 10. Феномен сопротивления в экзистенциальной парадигме.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Расскажите о проявлениях сопротивления в вашей жизни 2.Почему сопротивление в терапии – это не плохо? 3.Какие проявления сопротивления кажутся вам наиболее сложными для вас как терапевта? Какие возможности работы с ними вы сейчас видите? <p><i>Типовые вопросы к устному опросу</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Перечислите признаки сопротивления 2.Почему не бывает терапии без сопротивления? 3.Какие способы снижения сопротивления вы знаете? <p><i>Пример домашнего задания</i></p> <p>При работе в тройках отметьте для себя проявления сопротивления. Исследуйте его. Отрадите свое понимание работы с сопротивлением в проведенной сессии в своем письменном отчете.</p>
3.	Dasein-анализ	<p>Тема 1. Философско-антропологические основания Dasein-анализа. Экзистенциальная психотерапия и Dasein-анализ.</p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Что такое бытие-в-мире с точки зрения Мартина Хайдеггера? 5. Каковы основные положения даэин-аналитического подхода Медарда Босса? организации? 6. Каковы основные допущения психоанализа Зигмунда Фрейда? <p><i>Типовые вопросы к дискуссии</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в малой группе (участники делятся на тройки) материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Как Вы понимаете отличие понятий бытие-в-себе, бытие-для-себя, бытие-для-другого в философии Жана-Поля Сартра? 2. В чем для Вас суть понятия «априорный набросок мира», «проект мира» Людвига Бинсвангера? <p>Тема 2. Dasein-аналитическое понимание эмоций.</p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Чем отличаются чувства и настроения? 2. Что такое онтологическая вина по Мартину Хайдеггеру? 3. Какие два основания существуют для онтологической вины по Сартру? 4. Каково онтологическое и онтическое истолкование

		<p>различных чувств?</p> <p>5. Назовите особенности работы с чувствами в dasein-анализе.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какие способы я могу для себя выработать для оценки собственного присутствия и аутентичности во время сессии? 2. Какие у меня отношения со своей виной, гневом, стыдом и т.д? <p>Тема 3. Психопатология с dasein-аналитической точки зрения.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. В чем состоит понимание психопатологии по М. Боссу, что значит «dasein феноменология бытия-больным»? 2. Как в dasein-анализе интерпретируют различные формы психического страдания, неврозы, психозы, пограничные состояния? 3. В чем состоит двусмысленность душевного страдания с точки зрения dasein-анализа? <p>Тема 4. Dasein-аналитическая психотерапия.</p> <p><i>Пример кейса</i></p> <p>Слушателям будет предложено присутствовать на демонстрационной сессии экзистенциального терапевта, по окончании которой состоится обсуждение. Каждому участнику необходимо высказать свои впечатления от увиденного, поделиться чувствами, возникшими во время сессии, выдвинуть теории и версии. Можно будет задать вопросы терапевту относительно техник, которые были использованы, мотивации его выбора (по какому пути пойти, какие вопросы задать, что отразить).</p> <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Разделитесь на тройки (клиент, терапевт, супервизор) и проведите мини сессии по 10 минут. Клиент в свободной форме излагает актуальную ситуацию, терапевт работает на контакт, старается понять, с какими феноменами в жизни клиента он встречается прямо сейчас, находит возможность отразить их в сессии, супервизор наблюдает. Далее следует обсуждение, клиент откликается, каково ему было в контакте с терапевтом. Терапевт делится трудностями, с которыми он столкнулся, супервизор говорит о своем впечатлении со стороны. Поменяйтесь позициями, все участники тройки должны побывать во всех трех ролях.</p>
4.	Феноменологический подход	<p>Тема 1. Феноменологический опыт и его приложение к психотерапии.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Как вы понимаете лозунг «Назад к самим вещам»? 8. В чем вы видите отличия феноменологического опыта от «непосредственного»?

9. В чем вы видите сильные и слабые стороны описательного метода в работе для себя как терапевта?

Типовые вопросы к устному опросу:

1. Что такое феномен?
2. Назовите основные черты понятия опыта в феноменологии Гуссерля.
3. Какие разновидности опыта вводит Гуссерль в феноменологической теории?

Тема 2. Главные аспекты феноменологического метода..

Типовые вопросы к устному опросу:

4. Назовите основные аспекты феноменологического метода.

5. Что такое правило Эпохе?

6. В чем состоит «принцип всех принципов»?.

Типовые вопросы к дискуссии:

4. Что общего вы видите в основных аспектах феноменологического подхода и экзистенциальной терапии? Какие различия?

5. Как вы понимаете правило эпохе в контексте практической реализации в работе терапевта?

6. Насколько основные принципы феноменологии откликаются лично вам как терапевту?

Тема 3. Феноменологическая установка. Интенциональность. Конституирование.

Типовые вопросы к устному опросу:

1. В чем суть феноменологической установки?

2. Что такое интенциональность?

3. В чем разница между конституированием и восприятием?

Тема 4. Раскрытие сферы чистого сознания. Редукция.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Что, как вам кажется, может препятствовать раскрытию чистого опыта в исследовании феноменологии клиента?

2. Как вы понимаете значение раскрытия сферы чистого сознания в феноменологическом исследовании?

3. Каков результат феноменологической редукции?

Тема 5. Интерсубъективность как важнейший аспект феноменологического и экзистенциального исследования.

Типовые вопросы к дискуссии:

4. Как вы понимаете интерсубъективность на примере нашей группы?

5. Что вы видите общего и различного в понятиях интерсубъективности в феноменологии и взаимосвязанности в ЭП??

6. Как вам кажется, почему интерсубъективность рассматривается как важнейший аспект исследования в современной феноменологии?

Типовые вопросы к устному опросу:

1. Что такое трансцендентный феномен?

2. Почему тема интерсубъективности у Гуссерля введена как проблема?

3. Как идея интерсубъективности отражена в экзистенциальной парадигме?

Тема 6. Феноменология и психотерапия как формы работы с переживаниями.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. В чем вы видите смысл работы с переживанием через описание?

2. Что общего и различного в работе с переживанием вы видите в феноменологической и экзистенциальной терапии?

3. Какие способы работы с переживанием ближе именно вам? Какие вызывают наибольшие затруднения?

Пример практического задания

Разделитесь на тройки (клиент, терапевт, супервизор) и проведите мини сессии по 10 минут. Клиент рассказывает о своем актуальном переживании, терапевт работает, используя различные методы – феноменологическое описание, отражение, исследование смысла, метафоры, интерпретации и т.д., супервизор наблюдает. Далее следует обсуждение, клиент откликается, каково ему было в сессии, что помогало/мешало продвигаться в понимании себя через переживание. Терапевт делится трудностями, с которыми он столкнулся, о своих ощущениях при использовании различных интервенций супервизор говорит о своем впечатлении со стороны. Поменяйтесь позициями, все участники тройки должны побывать во всех трех ролях.

Тема 7. Феноменологический инструментарий психотерапевта.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Какие инструменты феноменологического подхода кажутся вам особенно важными? Какие вызывают сложности?

2. Как вы понимаете «вынесение себя за скобки»?

3. Как вы понимаете возможности сохранения присутствия при соблюдении правила эпохе?

Пример практического задания

Разделитесь на тройки (клиент, терапевт, супервизор) и проведите мини сессии по 10 минут. Клиент рассказывает о своем актуальном переживании, терапевт работает в феноменологическом подходе, не интерпретируя, не подвергая сомнению слова клиента, соблюдая правило эпохе, исследуя само субъективное переживание, супервизор наблюдает. Далее следует обсуждение, клиент откликается, каково ему было в сессии, что помогало/мешало продвигаться в понимании себя через переживание. Терапевт делится трудностями, с которыми он столкнулся, супервизор говорит о своем впечатлении со стороны. Поменяйтесь позициями, все участники тройки должны побывать во всех трех ролях.

Кейс:

Экзистенциальный психотерапевт проводит терапевтическую сессию с использованием феноменологического метода в группе со слушателем программы в качестве клиента в демонстрационном формате.

Далее слушатели обсуждают, что именно они увидели в

		работе, какие другие возможности заметили, задают вопросы по сессии терапевту и второму преподавателю и получают разъяснения.
5.	Основы психиатрии для терапии в экзистенциальном подходе. Возможности и ограничения в работе психотерапевта	<p>Тема 1. Основные симптомы наиболее распространенных психических заболеваний</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>10. Какие расстройства психики у клиентов вызывают у вас наибольшую тревогу? Почему?</p> <p>11. Как на настоящий момент вы бы стали проводить диагностику в спорных случаях: с использованием тестовых методик, в ходе терапевтической беседы без дополнительных инструментов? Почему?</p> <p>12. Какие чувства у вас возникают при обсуждении симптоматики психических расстройств?</p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Назовите основные виды биполярного аффективного расстройства личности. 2. Какие симптомы являются основанием направить клиента на консультацию врача при подозрении на депрессию? 3. К каким врачам, помимо психиатра, бывает нужно направить клиента при описании симптоматики депрессивного расстройства? Почему? <p>Тема 2. Психофармакология: что нужно знать психологу о медицинских препаратах.</p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Какие виды психотропных препаратов вы знаете? 8. Какие виды психотропных препаратов вызывают привыкание? 9. Каков минимальный срок приема антидепрессантов? <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Как, по-вашему, прием препаратов может влиять на ход экзистенциальной терапии? Какие чувства у вас возникают в связи с этим? 8. Бывает, что клиенты занимаются самолечением «легкими» препаратами для снятия тревоги, улучшения сна. Как вы к этому относитесь? 9. В чем вы видите свое участие в медикаментозном лечении клиента, если оно прописано врачом? <p>Тема 3. Специфика работы экзистенциального терапевта с клиентами с расстройствами психики.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Планируете ли вы работать с клиентами, у которых стоит психиатрический диагноз? Если ответ различен в зависимости от конкретного диагноза, уточните. Чем обусловлен ваш выбор? 2. В чем вы видите сложность в выстраивании отношений с клиентами с расстройствами психики? На что можете опираться?

3. Тема границ в работе с такими клиентами чрезвычайно важна. Как вы видите возможные риски при недостаточном внимании к границам на практике?

Кейс:

Клиент 26 лет, на реабилитации после третьей госпитализации, диагноз депрессивное расстройство с психотическими эпизодами с 16 лет. Принимает нейролептики и антидепрессанты. Запрос на самореализацию и выстраивание отношений с близкими. Эмоциональный фон достаточно спокойный, появилась надежда на возможное улучшение. В отношениях в семье хочет почувствовать себя важным для родителей и старшего брата и обрести большую самостоятельность. Как вы будете выстраивать работу с этим клиентом? В чем видите отличия от работы со здоровым клиентом с такими же запросами?

Тема 4. Возможности и ограничения в работе психотерапевта с клиентами с расстройствами психики.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. «Если человека нельзя вылечить, это не значит, что ему нельзя помочь». Как вы понимаете для себя это утверждение в контексте работы с клиентами с психиатрическими диагнозами? Насколько оно вам близко?

2. Как вы видите свои ограничения в работе с суицидальными клиентами?

3. Как вы относитесь к терапии в поддерживающем формате? Насколько этот формат подходит вам как терапевту?

Кейс:

Клиентка 30 лет, диагноз шизоаффективное расстройство личности, после госпитализации. Принимает нейролептики. Выраженные параноидные мысли – видит потенциальную опасность от всех мужчин. Высокий уровень тревоги, сниженное настроение, нарушения сна. Запрос на поддерживающую терапию. В чем вы видите возможности помощи такой клиентке? Какие ограничения?

Тема 5. Разделение ответственности между психологом-психотерапевтом и врачом.

Типовые вопросы к дискуссии:

7. Какие возможные моменты в ведении клиента совместно с врачом вызывают у вас беспокойство?

8. Как вам кажется, вы – скорее тот психолог, который будет направлять клиента к врачу при малейшем сомнении, или наоборот? С чем связан ваш ответ? Какие сильные стороны и риски вы видите в своем выборе?

9. Как вы относитесь к приему психотропных средств?

Типовые вопросы к устному опросу:

10. Какие действия должен предпринять психолог, если подозревает у клиента расстройство психики?

11. Как выстраивается взаимодействие психолога с лечащим врачом-психиатром его клиента?

В каких случаях показана недобровольная госпитализация?

6.	<p>Я-терапевт. Профессиональная идентичность экзистенциального терапевта</p>	<p>Тема 1. Качества экзистенциального терапевта <i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>13. Как вы понимаете аутентичность? 14. Для чего, по-вашему, экзистенциальному терапевту нужно развивать самопознание? 15. Как для вас выглядит зрелость?</p> <p>Тема 2. Система ценностей, личные смыслы и мотивация в профессии экзистенциального терапевта. <i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>10. Что привело вас в психотерапию? Почему вы выбираете именно глубинный жизнеизменяющий подход? 11. Какое значение для вас имеют деньги за вашу работу? 12. Как вы видите свои ограничения в работе с клиентами с иной системой ценностей, чем ваша? С какими клиентами вы бы не стали работать?</p> <p><i>Пример практического задания:</i></p> <p>Преподаватели распределяют слушателей по тройкам, учитывая их систему ценностей и отношение к различным аспектам жизни так, чтобы в одной тройке оказались люди со значительными расхождениями между собой в каких-то темах. Проводится 15-минутная сессия. Задача клиента взять в качестве темы для обсуждения ту, на которую у его терапевта иной взгляд (выбор темы обсуждается с преподавателем без присутствия терапевта). Задача терапевта в ходе работы сохранять контакт с клиентом и с собой. После сессии клиент и терапевт делятся своими чувствами, терапевт рассказывает о трудностях, с которыми столкнулся в работе, при помощи супервизора анализирует проведенную сессию и ищет свои опоры. Участники упражнения делятся своей рефлексией в группе.</p> <p>Тема 3. Влияние личности терапевта на процесс ЭП. «Я-как-инструмент». <i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>1.Какие ваши качества кажутся вам особенно важными для работы с клиентами? 2.Как вы понимаете выражение «лечить собой»? Какие чувства оно у вас вызывает? 3.В чем для вас специфика именно терапевтических отношений, благодаря чему они целебны?</p> <p><i>Кейс</i></p> <p>За несколькими консультациями в связи с увольнением с работы обратился клиент 23 лет с особенностями мышления и речи вследствие родовой травмы. Нарушения выражаются в сложности общения – при высоком уровне интеллекта клиент говорит несвязно, внешне мало эмоционально. Испытывает затруднения в формулировании мысли и понимании того, что говорит собеседник. Есть страх общения с другими людьми вследствие постоянной критики со стороны родителей и травли в школе. Уверен в своей невозможности принимать какие-либо самостоятельные решения – чтобы пойти в кино, должен спросить разрешение</p>
----	--	---

		<p>у родителей. Страдает от одиночества и огромного количества невыраженной злости.</p> <p>Известно, что клиент остался в длительной терапии; спустя несколько лет круг его общения был существенно шире, появились отношения с девушкой. Клиент самостоятельно принимал в том числе серьезные решения (смена работы, поездка в отпуск за границу) и воплощал их в жизнь. Также известно, что терапевт стал понимать клиента значительно лучше, но диалог по-прежнему требовал дополнительного напряжения, и, по мнению терапевта, содержательная часть бесед была наименее эффективна для результата.</p> <p>Что, на ваш взгляд, способствовало желанию клиента остаться в терапии? Что могло стать фундаментом для изменений, учитывая, что классическая терапевтическая беседа была затруднена, а какие-либо дополнительные инструменты в работе не использовались? Как бы вы выстраивали работу с таким клиентом?</p> <p>Тема 4. Терапевт и клиент в совместном исследовании. Роль терапевта. Разделение ответственности. Власть.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Один из частых вопросов клиентов: что это за отношения, если я плачу за них деньги? Как бы вы ответили на этот вопрос? 2. Какие искушения для вас содержит в себе терапевтическая власть? 3. Как вы понимаете ответственность клиента в терапии? <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. В чем заключается ответственность терапевта в работе с клиентом? 2. Что такое терапевтическая власть? 3. Зачем мы просим клиента открыто говорить о чувствах, возникающих в связи с процессом терапии, в том числе к терапевту? <p>Тема 5. Влияние профессиональной деятельности на личность психотерапевта.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 10. В чем для вас основной ресурс в вашей работе? 11. Какие внешние источники ресурсов есть у вас? 12. Что, на ваш взгляд, несет наибольшие риски вашему профессиональному самоощущению? Какие есть опоры? <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каковы основные признаки выгорания у практикующих психологов? 2. Какие способы профилактики выгорания вы знаете?
7.	Экзистенциальные данности. Телесность	<p>Тема 1. Телесность как проявление человеческой экзистенции.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии.</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на</p>

такие вопросы как:

- Как Вы относитесь к своему телу, к своей телесности, как проявляете свою телесность в бытии?
- В чем, по вашему мнению, состоит суть экзистенциала телесности?

Пример практического задания

Упражнение проводится в парах, один из участников которой играет роль терапевта, другой – клиента, с последующей сменой ролей. Упражнение состоит из трех частей, работа с каждой частью от 3–5 минут. Клиент стоит расслабленно, ноги на ширине плеч, носки слегка повернуты внутрь, руки свободно опущены вдоль тела, глаза можно закрыть.

- Терапевт легко дует на открытые части тела клиента (лицо, шея, плечи, руки); реакция клиента показывает его отношение к тонким чувствам, склонность к мечтанию, переживаниям.
- Терапевт аккуратно прикасается к различным частям тела клиента ладонями или тыльной стороной кистей; реакция клиента показывает его отношение к людям, социуму, миру в целом.
- Терапевт сжимает между ладонями различные части тела клиента; реакция клиента показывает его отношение к близким эмоциональным и телесным контактам.

После того, как все участники побывали в роли клиента, участники обсуждают значение каждой стадии и делятся впечатлениями, описывая свои ощущения от процесса как в роли клиента, так и в роли терапевта.

Тема 2. Суть человеческой телесности с точки зрения экзистенциального подхода.

Типовые вопросы к дискуссии

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

1. Как Вы выражаете свою сущность, свою суть через свою телесность?
2. Чем отличается ваша телесность как живого мыслящего и чувствующего существа от телесности неживых предметов?

Пример практического задания

Упражнение «Я есть». Участники сидят на стульях в кругу. Ведущий дает инструкции. Прислушайтесь к своим физическим ощущениям в данный момент, соединитесь со своим телом, почувствуйте, как ноги стоят на полу, как тело давит на стул, на котором Вы сидите, как грудь вздымается при каждом вдохе, спина опирается на спинку стула, воздух касается лица. Прислушайтесь к своим мыслям. Отследите их, о чем Вы сейчас думаете, просто послушайте.

Прислушайтесь к своим чувствам, что Вы чувствуете прямо сейчас. Вы ничего не оцениваете, не меняете, не пытаетесь с

этим ничего сделать, вы просто соединяетесь с собой, таким, какой есть сию минуту. Теперь посмотрите вокруг себя, где вы находитесь, кто рядом с вами сейчас, посмотрите на людей и на мир вокруг вас в эту минуту.

Затем каждый из участников по очереди выходит в круг и говорит: «Я есть». Делает пару спокойных вдохов и выдохов; садится и живет дальше.

В конце упражнения участники делятся впечатлениями.

Тема 3. Онтологическая укорененность, онтологическая защищенность.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Что такое онтологическая укорененность и онтологическая защищенность, как Вы понимаете эти концепции?

2. Как Вы считаете, как отражается на человеке отношение к собственному телу как к инструменту?

Пример домашнего задания

Составьте эмоциональную карту своего тела. В течение нескольких дней наблюдайте за своими соматическими реакциями на различные события жизни, отслеживайте реакции своего тела на столкновения с данностями бытия, во время разговоров с другими людьми, по время повседневных дел. Записывайте свои наблюдения. Как Вы телесно реагируете на различные эмоции других людей, на события в мире, на события в своей собственной жизни. Как реагирует ваше тело (сердцебиение, учащенное дыхание, болевые синдромы, потливость и т.д.)

Все свои наблюдения занесите в схематичную карту тела, проанализируйте общий образ своего тела с точки зрения соматических реакций, концептуализируйте целостность себя, своего эмоционального статуса и своих телесных проявлений.

Тема 4. Участная позиция по отношению к своему телу и телесности.

Типовые вопросы к дискуссии

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

1. Как Вы понимаете участную позицию по отношению к своему телу, как это проявляется в вашей бытийности?

2. К чему, по вашему мнению, может привести оппозиция по отношению к своему телу?

3. Как Вы понимаете идею о том, что вне телесности нет экзистенции, как она отражается в вашем способе проживать свою жизнь?

Пример практического задания:

Упражнение выполняется в тройках: терапевт, клиент, супервизор. Сессия длится 5 минут, затем участники меняются ролями, каждый участник должен побывать во всех трех ролях. Клиент рассказывает о своей актуальной проблеме, каким-либо образом связанной с телом (с образом тела, с

		<p>психосоматическими проявлениями, телесными реакциями и т.д.) Задача терапевта состоит в том, чтобы, поддерживая контакт и присутствие, откликаться минимально (взгляд, междометия, поза, кивки головой), при этом тщательно отслеживая собственные телесные реакции на услышанное. Супервизор наблюдает, также отслеживает свои собственные телесные реакции на материал клиента. Затем терапевт с супервизором отсаживаются и обсуждают одну интервенцию, которую терапевт далее предьявляет клиенту. Клиент как-то на нее откликается. Далее идет обсуждение, особое внимание уделяется телесным реакциям на материал клиента, друг на друга, на интервенцию терапевта.</p> <p>Тема 5. Три вида совести тела. <i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Как вы понимаете концепцию трех видов совести тела? 2. Как концепция трех видов совести тела отражается на вашем взаимоотношении со своей собственной телесностью? 3. Как вы для себя отвечаете на вопрос, которым задается третий вид совести тела, совесть как индикатор моей прозрачности по отношению к сути? <p>Тема 6. Методы работы с телом в экзистенциальном подходе. <i>Пример практического задания</i> Работа с глиной. Каждому участнику предлагается из глины слепить образ самого себя. Инструкции подразумевают свободный полет фантазии. Можно использовать неограниченное количество цветов, образ не обязательно должен быть реалистичным. Далее каждый участник рассказывает о фигурке, которая у него получилась, что означают цвета и детали, каково это было, держать пластичную глину в руках, какие чувства он испытывал, какие мысли его занимали в процессе, каково это было, лепить свое собственное метафорическое тело, как этот процесс повлиял (если повлиял) на ощущения в реальном теле, на образ реального тела. Потом участникам предлагается решить, что сделать с фигурками, оставить, забрать с собой, разобрать и т.д., и что это для них означает.</p>
8.	<p>Экзистенциальны е данности. Свобода, ответственность</p>	<p>Тема 1. Понятие духовности, свободы, выбора и ответственности в экзистенциальной психологии. <i>Типовые вопросы к дискуссии.</i> Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:</p> <ul style="list-style-type: none"> • В чем, по вашему мнению, состоит суть понятия духовность? • Как Вы понимаете экзистенциал свободы, почему свобода — это данность? • Как Вы понимаете экзистенциал ответственности, почему ответственность — это данность? • Как Вы осуществляете выбор, что Вы выбираете прямо

сейчас?

Типовые вопросы к опросу:

1. Что такое феноменологическая открытость и как она связана с духовным постижением?
2. В чем суть концепции «ответственность как авторство»?
3. Свобода, выбор, ответственность, как эти понятия определяются в экзистенциальной психологии?

Пример практического задания

Упражнение на саморефлексию, проводится письменно.

Закончите утверждение: «Важный выбор, который я сделал в жизни это...»

Определите чувства, которые вызывает у Вас это утверждение, запишите.

Закончите утверждение: «Важная вещь, которая произошла в моей жизни, когда я не сделал выбор, это...»

Определите чувства, которые вызывает у Вас это утверждение, запишите.

Сравните чувства, которые возникают у Вас в связи с двумя этими утверждениями? Что похоже? Что отличается?

Вернитесь к утверждениям и запишите их наоборот, в первом случае «не выбирал», во втором «выбрал». Исследуйте свои чувства теперь. Что изменилось?

Пример практического задания

Участникам предлагается встать со своих мест и погулять по залу. Далее дается инструкция разделиться на группы для обсуждения данности свободы и ответственности. Участникам дается 3 минуты для того, чтобы они сделали выбор, с кем они будут это обсуждать, какое количество человек будет в их группе или, возможно, кто-то предпочтет подумать в одиночестве. 10 минут идет обсуждение в группе. Далее дается инструкция разойтись и подумать о тех последствиях, с которыми столкнулись участники, сделать такой свой выбор. Кому было комфортно, кому нет, кому удалось поделиться своими мыслями в группе, кому нет. Затем участникам предлагается снова объединиться в группы, те же самые или сделать другой выбор и обсудить последствия своего первого выбора.

Тема 2. Взаимосвязанность свободы и ответственности.

Типовые вопросы к дискуссии.

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

1. Как Вы считаете, есть ли взаимосвязь между свободой и ответственностью и если есть, то какая?
2. Бывает ли свобода без ответственности, бывает ли ответственность без свободы?
3. В чем Вы свободны, по вашему мнению, в чем состоит ваша ответственность, с точки зрения экзистенциального

подхода?

Пример практического задания

Упражнение на саморефлексию, проводится письменно.

Напишите один пример события в своей жизни, за который вы чувствуете свою ответственность. Были ли Вы тогда свободны, свободно ли Вы действовали? Напишите.

Вспомните какой-либо факт из своей жизни, за который Вы совершенно не чувствуете свою ответственность. Свободно ли Вы себя тогда чувствовали, чувствовали ли Вы себя свободным?

Какие факторы или условия обуславливают различия между этими событиями?

Что, если бы этого фактора не существовало, как тогда изменилось бы ваше восприятие произошедшего? Как бы изменилось ваше ощущение свободы в первом и во втором случае?

Тема 3. Способы ухода от ответственности и свободы.

Типовые вопросы к опросу:

3. Какие способы ухода от ответственности Вы знаете, какие практикуете сами?

4. Как выглядит в клиническом проявлении перенос ответственности, приведите пример?

5. Чем отличается такой вид отрицания ответственности как «невинная жертва» от отрицания ответственности - «потеря контроля», приведите пример?

Тема 4. Ответственность и вина.

Типовые вопросы к дискуссии

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

4. Как Вы понимаете концепцию экзистенциальной вины, насколько Вам знакомо это ощущение?

5. Вина и ответственность, как Вы понимаете их взаимосвязанность?

6. Осознанный выбор между виной и ответственностью, что Вы об этом думаете?

Пример практического задания:

Упражнение выполняется в тройках: терапевт, клиент, супервизор. В мини сессиях клиент и терапевт обсуждают тему клиента, связанную с ответственностью и виной. Задача клиента выбрать актуальную, но не слишком глубокую тему, для того чтобы не травмироваться случайно во время упражнения. Задача терапевта работать с материалом клиента, уделять внимание теме вины, исследовать ее, показать клиенту, как он делает выбор между виной и ответственностью. Супервизор наблюдает, потом делится идеями, что бы он сделал по-другому, как бы справлялся с возникшими трудностями. Далее участники обсуждают полученный опыт, меняются ролями. В роли терапевта,

		<p>клиента и супервизора должны побывать все участники упражнения.</p> <p>Тема 5. Ограничения ответственности, ограничения свободы. Я и другой.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>4. Что обычно ограничивает Вашу свободу, как Вы это чувствуете и понимаете? Что ограничивает Вашу свободу прямо сейчас?</p> <p>5. Как Вы понимаете, за что несете ответственность, а за что нет, на основе чего делаете это разграничение?</p> <p>6. Каким образом другие люди ограничивают Вашу свободу, как Вы выстраиваете отношения с другими людьми с точки зрения ответственности и свободы каждого?</p> <p><i>Пример практического задания.</i></p> <p>Группе дается инструкция, что на ближайшие 30 минут никаких инструкций нет. Мы просто живем. В конце происходит обсуждение, в ходе которого участники отвечают на такие вопросы как:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как я себя почувствовал, когда мне сказали, что я свободен? • Чем была ограничена моя свобода, кто ее ограничивал, где она начиналась и заканчивалась? • Как я делал свой выбор, чем заняться, прямо сейчас? • Как я распоряжаюсь своей свободой? • За что я сейчас был ответственен, а за что нет? • Как выборы, которые я делал здесь и сейчас находят отражение во всей моей жизни?
9.	<p>Экзистенциальны е данности. Одиночество и взаимосвязанност ь</p>	<p>Тема 1. Экзистенциальная изоляция.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии.</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Какие виды одиночества Вы знаете? • В чем, по вашему мнению, состоит изоляция от самого себя? • Что такое фундаментальная изоляция, как вы понимаете это? <p><i>Пример практического упражнения:</i></p> <p>Медитация. Сядьте, закройте глаза, расслабьте свое тело, расслабьте шею, плечи, расслабьте руки, живот, ноги, прислушайтесь к своему дыханию, дышите свободно. Представьте, что Вы одни в целом мире, никого больше нет. Мысленным взором посмотрите вокруг, где вы, на горе, в лесу, у реки, в море, где-то еще? Почувствуйте движение воздуха на лице. Вокруг никого нет, ни одной живой души, вы совершенно одни. Что вы делаете? Побудьте там. Почувствуйте. Теперь возвращайтесь, глубоко вздохните, пошевелите руками, ногами, обратите внимание на звуки вокруг Вас, медленно откройте глаза, оглядитесь.</p>

Далее идет обсуждение чувств, увиденного, впечатлений от ощущения одиночества.

Тема 2. Изоляция и отношения. Страх одиночества как основа для патологии отношений.

Типовые вопросы к дискуссии.

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

4. Как Вы понимаете термин «функциональные отношения», в чем состоит их основная характеристика?

5. Что такое любовь, с точки зрения экзистенциальной психотерапии?

6. Как, по-вашему, отражается страх одиночества на отношениях?

Пример кейса

Клиентка 46 лет. Есть сын, 20 лет. Работает в банке. Никогда не была замужем, сейчас состоит в отношениях с мужчиной, эти отношения ее не удовлетворяют, однако она не решает их закончить. Запрос клиентки звучит как: «Хочу, чтобы он ушел из моей квартиры». Клиентка много плачет, выглядит растерянной, говорит, что не понимает, почему не может выгнать этого человека. Основная ее претензия к партнеру состоит в том, что у него не сложились отношения с ее сыном. Как Вы будете выстраивать работу с таким клиентом? На что обратите внимание в первую очередь? Как переформулируете запрос?

Тема 3. Способы защиты от одиночества.

Типовые вопросы к дискуссии.

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

1. Как Вы думаете, почему все люди время от времени чувствуют себя одинокими?

2. Как Вы думаете, можно ли избавиться от чувства одиночества раз и навсегда?

3. Как, по-вашему, влияет самооценка на чувство одиночества, как влияет знание себя и своих потребностей на чувство одиночества?

Типовые вопросы к опросу:

1. Какие способы смягчения давления одиночества на человека Вы знаете?

2. Какую роль межличностные отношения играют в столкновении человека с одиночеством?

Тема 4. Переживание основных экзистенциальных эмоций во взаимосвязанности людей.

Типовые вопросы к дискуссии

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание

		<p>собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какие чувства побуждают людей отгораживаться в отношениях и изолироваться? 2. Какие чувства смягчают экзистенциальное одиночество? 3. Как Вы понимаете взаимосвязанность людей друг с другом и взаимосвязанность с миром? <p><i>Пример практического задания:</i></p> <p>Разделите лист чертой на две части. Слева напишите свои эмоции, которые толкают Вас к одиночеству. То, что мешает в межличностных отношениях, из-за чего Вы остаетесь один. Справа напишите свои чувства, смягчающие боль от изоляции. Сравните два этих списка. Объединитесь в группы по три человека и обсудите то, что написали.</p> <p>Тема 5. Переживание одиночества в терапевтических отношениях.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии.</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Как Вы думаете, что такое «реальные» отношения терапевта и клиента и что такое «идеальные» отношения терапевта и клиента? 8. Что мешает терапевту относиться к клиенту аутентично, что может Вам помешать так относиться к клиенту? 9. Техника самораскрытие, что можно и что нельзя говорить клиенту, зачем терапевт что-то говорит клиенту про себя? 10. Что Вы как терапевт готовы говорить клиенту про себя? <p><i>Пример практического задания.</i></p> <p>Упражнение выполняется в тройках: терапевт, клиент, супервизор. Клиент говорит на актуальную прямо сейчас для него тему, предполагается, что клиенту захочется обсудить свои переживания от того, что происходит в этот день на обучении. Терапевт работает на контакт, на построение отношений с клиентом, обращает внимание на то, как клиент здесь и сейчас обходится с терапевтом как с «другим». Супервизор наблюдает, обращает внимание на взаимодействие терапевта и клиента, пытается понять, насколько терапевт и клиент изолированы друг от друга в сессии, что влияет на сближение и удаление их друг от друга. Далее идет обсуждение того, как клиенту было в этом контакте, что чувствовал терапевт, какие были сложности, что заметил супервизор. В роли терапевта, клиента и супервизора должны побывать все участники упражнения.</p>
10.	Экзистенциальны е данности.	Тема 1. Осознание времени как неотъемлемая часть понимания бытия.

<p>Время. Неопределенность</p>	<p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>16. Как вы ощущаете время в своей жизни? Как это ощущение менялось и в зависимости от чего?</p> <p>17. Как вы понимаете утверждение «время присутствия - настоящее»?</p> <p>18. Поделитесь своим ощущением времени здесь и сейчас с коллегами из группы. Обсудите, как влияет на ваше время время остальных, и наоборот.</p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <p>1. Что такое «живое» время по Гуссерлю?</p> <p>2. Что, по Хайдеггеру, определяет целостность существования здесь?</p> <p>3. Что в экзистенциальной парадигме значит «прошлое – наш творческий продукт»?</p> <p>Тема 2. Взаимопринадлежность времени и человека. Чувство времени, переживание времени, осознание времени, управление временем.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>13. Какие сложности в управлении временем есть у вас?</p> <p>14. Поделитесь своим переживанием времени на этой группе.</p> <p>15. Насколько полноценно вы проживаете свое время, по вашим ощущениям? Как вы понимаете, с чем связаны ваши сегодняшние выборы в том, как вы управляете временем?</p> <p><i>Пример практического задания</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Нарисуйте на листе бумаги линию своей жизни. • Поставьте точку на линии в месте, где вы находитесь сегодня. • Посмотрите на свой рисунок. Есть ли у линии начало? Конец? Это прямая, луч или отрезок? Что значит такое изображение линии своей жизни для вас? • Если ваша линия не имеет начала, конца либо того и другого, обозначьте их, поставив точки своего рождения и смерти. Какая часть линии осталась слева от сегодняшнего дня? Какая еще впереди? Какие чувства возникают, когда вы смотрите на рисунок? <p>Тема 3. Переживание времени и психопатология: феноменологический взгляд.</p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <p>1. Назовите общие черты нарушения темпоральности при различных расстройствах психики.</p> <p>2. Каковы черты нормальной темпоральности, с точки зрения феноменологии?</p> <p>3. Какие особенности темпоральности присущи людям с ОКР?</p> <p>Тема 4. Время в процессе терапии.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>4. Как вы переживаете время сессии с разными клиентами? Если вы пока не практикуете, возьмите в рассмотрение свою работу в тройках.</p>
------------------------------------	--

5. Какой темп работы с клиентом для вас как терапевта наиболее комфортен? Как он согласуется с вашим управлением времени в повседневной жизни?

6. Как вы чувствуете себя в паузах?

Пример практического задания

Упражнение проводится по кругу. Слушателям раздаются бумажки с обозначением черты отношений клиента со временем (например: старается останавливать время; не замечает время; постоянно ощущает недостаток времени и т. д.) В качестве клиента слушатель придумывает, как указанная особенность может проявляться в терапии (например: в конце сессии начинает говорить о чем-то особенно заряженном эмоционально), и обозначает это терапевту- соседу в кругу. Терапевт должен предложить вариант, как внести свое наблюдение этого паттерна в обсуждение с клиентом.

Далее по кругу.

Кейс

Клиентка 40 лет, в терапии 2 года. Онлайн. В 90% сессий выходит на связь с опозданием от 3 до 7 минут. При попытках поискать причину в процессе терапии и отношениях с терапевтом внешних объяснений не находит. Но замечает, что опаздывает везде и всегда. Какие варианты возможных оснований для такого паттерна клиентки вы можете назвать?

Тема 5. Неустраняемая неопределенность как суть экзистенциального мировоззрения.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Как вы понимаете экзистенциал неопределенности, что для Вас значит «неопределенность»?

2. Вы считаете, почему неопределенность часто называют непереносимой?

3. Как связан экзистенциал свободы с экзистенциалом неопределенности?

Тема 6. Работа с тревогой неопределённости в экзистенциальном подходе.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Какое значение имеет неопределённость как данность для развития личности?

2. Какие способы преодоления тревоги неопределенности Вы знаете, какие практикуете сами?

3. Какое значение неопределенность имеет в современном мире, какое значение неопределенность имеет для Вас?

Пример практического задания:

Напишите список ситуаций в вашей жизни, которые Вы воспринимаете как определенные. Запишите чувства, которые обычно Вы испытываете в этих ситуациях.

Напишите список ситуаций в вашей жизни, которые Вы воспринимаете как неопределенные. Что Вы тогда чувствуете? Запишите.

Поменяйте местами первый список и второй. Что бы изменилось в вашей жизни при такой ситуации? Как это влияет на ваше восприятие неопределенности?

		<p>Обсудите в малой группе.</p> <p>Тема 7. Толерантность к неопределенности.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Как толерантность к неопределенности может повлиять на Вашу жизнь? 2. Как толерантность к неопределенности может повысить комфорт жизни Ваших клиентов? 3. Каким клиентам показана работа по повышению терпимости к неопределенности? 4. Какие способы работы по повышению толерантности к неопределенности Вы знаете? Что из этого вам ближе? <p><i>Пример практического задания:</i></p> <p>Задание выполняется в тройках: терапевт, клиент, супервизор. Роли распределяются жеребьевкой, каждый участник тянет бумажку, на которой написана его роль. Клиент рассказывает терапевту, какие чувства он испытывал, когда тянул бумажку, и сейчас, когда ему надо быть клиентом. Терапевт отражает, старается справиться с тревогой неопределенности (если она была), пробует применить технику самораскрытия. Супервизор наблюдает, как пара справляется с тревогой. Жеребьевка повторяется три раза, таким образом каждый раз участники не знают, в какой роли им нужно будет сейчас быть и сколько раз. Далее идет обсуждение чувств в тройке.</p>
11.	<p>Экзистенциальны е данности. Бессмысленность</p>	<p>Тема 1. Что такое смысл.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии.</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как Вы понимаете, что такое смысл? • Что Вы думаете об утверждении экзистенциального подхода о том, что бессмысленность — это данность человеческого бытия? • Согласны ли Вы с позицией экзистенциалистов относительно космического и секулярного смысла? <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Упражнение на саморефлексию, проводится письменно.</p> <p>Закончите утверждение: «Одна вещь, которая правда имеет смысл для меня, это...»</p> <p>Прочитайте и исследуйте свои чувства.</p> <p>Попробуйте представить: если бы это вдруг стало бессмысленным, чтобы это значило для вас? Как бы это изменило вашу жизнь? Как бы это изменило жизнь ваших близких?</p> <p>Исследуйте свои чувства, которые возникают, когда вы представляете, что это стало бессмысленным. Какие есть болезненные чувства, если они есть? От чего Вы чувствуете себя тогда свободным, если чувствуете? Какие творческие силы просыпаются, если просыпаются?</p>

Что ваши ответы проясняют для Вас в теме смысла? Какие новые вопросы поднимаются?

Запишите, обсудите в группе.

Тема 2. «Смысл» и «цель». Три основные категории смысла жизни.

Типовые вопросы к опросу:

7. Чем отличается смысл от цели?

8. Какие три основные категории смысла жизни выделяют в экзистенциальной психологии?

Тема 3. Поиск смысла в бессмысленном мире.

Типовые вопросы к дискуссии

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

1. В чем, по-вашему, стоит проблема и противопоставление бессмысленности существования мира и человека как живого, творческого существа?

2. Какие смыслы Вы видите для себя в вашей жизни?

3. Какой смысл Вы видите в том, что находитесь здесь сейчас?

Пример практического задания:

Возьмите лист бумаги и цветные карандаши, начинайте рисовать, спонтанно, не задумываясь водите карандашом по бумаге, выбирайте цвета, какие хочется. Это должно быть спонтанное, ничего не значащее рисование. Остановитесь, посмотрите, что получилось. Проанализируйте, какие чувства вызывает у вас этот абстрактный рисунок. Теперь дорисуйте его так, чтобы в нем появился какой-то смысл. Обсудите опыт в малой группе.

Тема 4. Клинические проявления кризиса смысла.

Типовые вопросы к дискуссии

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

7. Какие клинические проявления кризиса смысла Вы знаете?

8. Чем характеризуется кризиса смысла?

9. Почему компульсивную активность можно рассматривать как клиническое проявление кризиса смысла?

Пример кейса:

Мужчина, 55 лет, работает в юридической фирме. Испытывает сложности в межличностном общении как на работе, так и вне ее. Жалуется на то, что окружен некомпетентными, глупыми, ленивыми и т.д. людьми. На работе страдает от того, что сталкивается с бесконечной волокитой и бюрократическими проволочками. Часто впадает в состояние плохо контролируемого гнева. На терапию пришел по настоянию близких.

		<p>Как Вы видите стратегию работы с таким клиентом? Как по-вашему, в чем состоит страдание этого клиента? Какие у Вас появляются гипотезы?</p> <p>Тема 5. Работа с бессмысленностью в психотерапии. <i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>11. В чем состоит главный ответ экзистенциальной терапии на проблему бессмысленности? Насколько такой взгляд близок лично вам?</p> <p>12. От чего зависит выбор техники терапевтической работы с проблемой потери смысла?</p> <p>13. На чем необходимо держать фокус своего внимания как терапевта, при работе с кризисом смысла?</p> <p><i>Пример практического задания.</i></p> <p>Упражнение выполняется в тройках: терапевт, клиент, супервизор. Клиента делится мыслями и чувствами, вопросами, возникшими в ходе прохождения материала. Задача терапевта, уделить достаточное внимание исследованию того, какой смысл клиент вкладывает в то, о чем говорит, что для него это значит. Как наличие смысла или его отсутствие влияет на жизнь клиента. Супервизор наблюдает, потом делится идеями, что бы он сделал по-другому, как бы справлялся с возникшими трудностями. Далее участники обсуждают полученный опыт, меняются ролями. В роли терапевта, клиента и супервизора должны побывать все участники упражнения.</p>
12.	<p>Экзистенциальны е данности. Смерть</p>	<p>Тема 1. Осознание смерти в повседневной психотерапии. <i>Типовые вопросы к дискуссии.</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как вам кажется, насколько часто мы сталкиваемся в терапии с темой смерти? • В каких темах клиентов мы можем угадать скрытую тревогу смерти? • Какие чувства вызывает у вас тема смерти как одна из основных в экзистенциальной психотерапии? • Какие свои способы защиты от тревоги смерти вы видите? <p><i>Кейс</i></p> <p>Клиентка 44 года, терминальная стадия рака. Обратилась с невозможностью справиться со своими эмоциями, в частности жалуется на появление приступов неконтролируемой агрессии. Испытывает сложности в обсуждении своей ситуации с родными.</p> <p>Как бы вы построили работу с этой клиенткой?</p> <p>Тема 2. Составляющие страха смерти. <i>Типовые вопросы к дискуссии.</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе материала, пройденного ранее, поощряется высказывание</p>

собственного мнения, впечатлений от услышанного, чувств, эмоций. Слушатели делятся размышлениями и отвечают на такие вопросы как:

9. Для чего, как вам кажется, исследовать страх смерти в терапии?

10. Какие составляющие страха смерти из перечисленных в лекции наиболее значимы для вас? Возможно, есть что-то, что еще не было названо?

11. Вспомните себя 10 лет назад. Как звучал бы ваш ответ на предыдущий вопрос тогда? Как вы понимаете изменения в своем ответе, если они есть? Что для вас значит отсутствие изменений в ответе, если их нет?

Типовые вопросы к опросу:

1. Какие составляющие страха смерти вы знаете?

2. Какие вопросы можно задавать клиенту в исследовании его тревоги смерти?

Тема 3. Связь отношения к смерти и психологической зрелости.

Типовые вопросы к дискуссии:

6. Как менялось с возрастом ваше отношение к смерти?

7. Вспомните свой первый опыт столкновения со смертью. Как это было для вас? Что изменилось после этого в вашем ощущении мира и себя в нем?

8. Вспомните потери, которые оказали наибольшее влияние на вашу личность. Как вы изменились после проживания этих потерь?

Тема 4. Пробуждающие переживания.

Типовые вопросы к дискуссии

10. Были ли в вашем опыте случаи, которые вы могли бы охарактеризовать как пробуждающие переживания? Расскажите о таком опыте – как и что он изменил для вас?

11. Иногда клиенты проживают пробуждающие переживания в процессе терапии. Как вы думаете, когда это возможно?

12. Одно и то же событие может стать травмой, лишаящей ресурса к дальнейшей жизни, и пробуждающим переживанием, дающим этот ресурс. Как вы считаете, от чего может зависеть, как именно повлияет на человека потенциально травматичная ситуация?

Кейс: Клиентка 47 лет, не работает. Двое взрослых детей, один внук, с которым клиентка сидит несколько дней в неделю. Замужем, отношения с мужем функциональные. Жалобы на депрессивное состояние и чувство ненужности и скуки в отношениях.

Месяц пролежала в реанимации с ковидом. После выхода из больницы обозначила этот опыт как новое рождение. Как вы понимаете, что имела в виду эта клиентка? Какие изменения в ее терапии и жизни кажутся вам наиболее вероятными?

Тема 5. Работа со страхом смерти в экзистенциальном подходе.

Пример практического задания.

• Представьте себе, что сегодня вы узнали, что через полгода умрете. Отсчитайте ровно полгода, назовите дату, когда вас не станет. Теперь ответьте на вопросы: как вы проведете эти полгода? Что будете делать? Чего из того, что делаете сейчас, не будете? Что изменится в ваших отношениях с близкими (если изменится)? С другими людьми? Запишите свои ответы.

• Перечитайте ответы, которые вы записали. Какие чувства у вас возникают? Какие чувства вы испытывали, когда отвечали?

Типовые вопросы к опросу:

1. Как происходит десенсибилизация страха смерти в ЭП?
2. Каким образом экзистенциальный терапевт помогает клиенту увидеть в смерти ресурс для жизни?
3. Какие основные проблемы психотерапии страха смерти вы можете назвать?

Тема 6. Смерть как первичный источник тревоги.

Типовые вопросы к дискуссии:

14. Какие чувства у вас вызывает возможность встречи с тревогой смерти клиента?
15. Как, в какие моменты вы ощущаете собственную тревогу смерти?
16. Какие опоры у вас есть в работе с темой тревоги смерти как базовым симптомом?

Пример практического задания.

• Напишите три своих самых сильных страха. Посмотрите на запись, прислушайтесь к своим чувствам.

• Разделитесь на пары клиент – терапевт. Проведите две 10-минутные сессии (по одной в каждой роли), обсудите на них эти свои страхи. Задача терапевта – помогать клиенту идти в глубину за своими чувствами в исследовании.

• Поделитесь своими открытиями на группе.

Кейс: Клиент 33 года, жалуется на ипохондрию, которая появилась после 30 лет. Работает в банковской сфере. Часто тревожится из-за своего здоровья; при симптомах легкого недомогания начинает думать о страшных болезнях. Достаточно часто посещает врачей, проходит обследования, в результате которых получает опровержение своих страхов. На какое-то время это его успокаивает, но потом находится новая причина для тревоги, с которой клиент справляется, переключаясь на что-то другое. Как правило, это удается, но требует определенного усилия.

В терапии быстро выходит на тему тревоги смерти. Как бы вы строили работу с этим клиентом?

Тема 7. Взаимосвязанность жизни и смерти.

Типовые вопросы к дискуссии:

1. Как лично для вас выглядит взаимосвязанность жизни и смерти?
2. Имеет ли для вас значение, когда умереть? Почему?
3. В чем для вас заключается смысл смерти?

Пример практического задания.

		<ul style="list-style-type: none"> • Представьте себе, что вы бессмертны. Через 30, 50, 100, 500 лет вы по-прежнему будете живы. Всегда. Что изменится в вашей текущей жизни (если изменится)? Что вы будете делать, а что – нет? Что изменится в ваших отношениях с близкими (если изменится)? С другими людьми? Запишите свои ответы. • Перечитайте ответы, которые вы записали. Какие чувства у вас возникают? Какие чувства вы испытывали, когда отвечали? • Возьмите лист, на котором вы выполняли задание о смерти через полгода. Сравните то, что вы написали на нем, с ответами на это задание. Какие чувства и мысли у вас возникают?
--	--	---

5. Формы отчетности по стажировке

В процессе прохождения стажировки слушатели выполняют различные практические задания, упражнения и обсуждения учебного материала под руководством представителя организации, что способствует развитию профессиональных качеств студентов и отработке навыков, освоенных на протяжении обучения, в реальных обстоятельствах и профессиональной среде.

После изучения каждой дисциплины слушатели получают практическое задание для промежуточной аттестации, которое заключается в проведении психотерапевтических сессий в тройках с последующим анализом 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 слушателям необходимо 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.

Во время подготовки и проведения терапевтических сессий выделяется 16 академических часов на контактную самостоятельную работу, которая проводится в формате онлайн-консультаций с преподавателями модулей, а при необходимости привлекаются сотрудники Организации.

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по стажировке

Оценочные средства текущего контроля успеваемости: опрос, дискуссия, домашнее задание, практическое задание, кейс. В качестве оценочного средства промежуточной аттестации используется рефлексивное эссе, включающее отчет по саморефлексии на самостоятельно сформулированную слушателем тему полученного опыта и экзистенциальной парадигмы.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение стажировки

7.1. 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. Сулова. — 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>

7.2. 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>

7.3 Интернет-ресурсы

1. E-library.ru
2. Koob.ru
3. existentialtherapy.eu/ru/home/
4. Cambridge Journals Digital Archive
5. Oxford University Press Archive
6. Annuals Reviews EBVC
7. JSTOR. Open Access eBooks
8. ЭБС «IPRbooks»
9. ЭБС «Юрайт»
10. ЭБС «Лань»

7.4 Справочные системы

1. КиберЛенинка- это научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний: <https://cyberleninka.ru/>

2. Scopus- реферативная база, являющаяся указателем научного цитирования. Позволяет в краткие сроки получить самую полную библиографию по интересующей теме. Не содержит полных текстов статей

7.5 *Иные источники*

1. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта / Корвет – Современная психология и психотерапия – 2015 – 320с.
2. Бьюдженталь Дж. Наука быть живым / Корвет – Современная психология – 2017 – 332с.
3. Спинелли Э. Зеркало и молоток: Вызовы ортодоксальному терапевтическому мышлению/ Э.Спинелли; пер. с англ. И. Глухой.- Минск: И.П.Логвинов, 2009 – 216с. – (Conditio humana)
4. Спинелли Э. Истории о непознанном / М.: Корвет. 2018 – 228 с.
5. Ялом И. Дар психотерапии / Эксмо – Практическая психология – 2021 – 352с.
6. Spinelli E. Practicing Existencial Therapy / London: Sage Publications – 2007 – 216 p.

8 Материально-техническое и программное обеспечение стажировки (стажировки)

Психотерапевтический кабинет для проведения терапевтических сессий, оснащенный диваном для клиентов и креслом для терапевта, столиком с салфетками, цветами, картинами и постерами нейтрального содержания на стенах, юнгианской песочницей с набором фигурок, ассоциативными метафорическими картами, наборами деревянных фигур для выполнения проективных методик.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью доступа в «Интернет» и обеспечением доступа в электронную образовательную среду РАНХиГС (<http://lib.ranepa.ru/base/>), в том числе, в электронные библиотечные системы.

Технические и программные средства обучения:

Ноутбук с ПО Windows (любой серии) и лицензионным пакетом Microsoft (любой серии)

Информационные справочные системы и ресурсы:

1) КиберЛенинка- это научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний: <https://cyberleninka.ru/>

2) Scopus- реферативная база, являющаяся указателем научного цитирования. Позволяет в краткие сроки получить самую полную библиографию по интересующей теме. Не содержит полных текстов статей

3) Dryad Digital Repository – открытая база данных, в которой желающие выкладывают сырые результаты исследований, опубликованных в международных журналах. Больше 30000 наборов данных (по состоянию на сентябрь 2015 года) из разных областей, в том числе и психологических.

Идентификатор документа: 350311251/428311967

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Организация, подписант



Голосов Павел Евгеньевич

Сертификат: номер, срок действия

9488CA879026B35ADD634A9F6BC4CCBFA3DEE44A 21.04.2026 12:16 GMT+03:00

Действителен с 24.02.2026 до 20.05.2027

Дата подписания

Подпись соответствует файлу документа