

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

---

Институт общественных наук  
Факультет психологии

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

**«Эмоционально-фокусированная психотерапия па»**  
*(наименование программы)*

**очно-заочная**  
*(форма обучения)*

Москва, 2025 г.

**Авторы–составители:**

Ассистент кафедры общей психологии  
ИОН РАНХиГС

  
(подпись)

Л. В. Баева

Старший преподаватель  
кафедры общей психологии ИОН РАНХиГС

  
(подпись)

Т. Б. Васильева

  
(подпись)

Н.П. Ячменёва

**Руководитель программы:**

Доктор психологических наук, профессор,  
Декан факультета психологии ИОН РАНХиГС

  
(подпись)

В. Ф. Спиридовон

## **Содержание**

1.	Цель и задачи стажировки.....	4
2.	Планируемые результаты обучения по стажировке .....	4
3.	Объем стажировки .....	7
4.	Содержание стажировки.....	7
5.	Формы отчетности по стажировке .....	22
6.	Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по стажировке .....	23
7.	Учебно-методическое и информационное обеспечение стажировки .....	23
7.1.	Нормативно-правовые документы .....	23
7.2.	Основная литература .....	24
7.3.	Дополнительная литература .....	24
7.4.	Интернет-ресурсы.....	25
7.5.	Справочные системы.....	25
7.6.	Иные источники.....	25
8.	Материально-техническое и программное обеспечение стажировки (стажировки)....	26

## 1. Цель и задачи стажировки

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

Задачи стажировки:

1. Сформировать у слушателей представление о возможностях и ограничениях эмоционально-фокусированного подхода в психотерапии;
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 – эмоционально-фокусированного психотерапевта.
5. Дать слушателям клиентский опыт работы с эмоционально-фокусированными психотерапевтами, супервизорами и опыт психотерапевтической работы в группе.

Стажировка проводится на базе ООО «Сознание».

## 2. Планируемые результаты обучения по стажировке

Таблица 1

Вид деятельности	Общепрофессиональные/профессиональные компетенции <sup>1</sup> ОПК, ПКо и ПКс	Знания	Умения	Практический опыт
Психологическое консультирование населения и трудовых коллективов	ОПК-7 <sup>1</sup> . Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией	Знает основные положения теории привязанности, как теоретической основы эмоционально-фокусированного подхода в психотерапии пар и противопоказания к работе в нем. Знает цели и структуру работы в ЭФТ подходе. Знает трудности и возможности сочетания различных подходов психотерапии в ЭФТ. Стержневые качества психотерапевта. Влияние ценностей терапевта на процесс психотерапии. Роль понимания личных ограничений в работе с клиентами с иной системой ценностей. Схема презентации клиентского случая в эмоционально-фокусированном подходе. Особенности супервизии в эмоционально-фокусированном подходе: фокусы супервизии, цели и задачи супервизии,	Умеет создавать эмоционально-корректирующий опыт. Умеет выстраивать терапевтический альянс с супругами. Умеет анализировать собственные возможности и ограничения для работы в ЭФТ-подходе. Умеет анализировать и осознавать собственную мотивацию к работе. Умеет применять схему презентации клиентского случая в эмоционально-фокусированном подходе.	Анализ клиентских случаев сквозь призму основных положений ЭФТ на примере мини-лейсов и практических упражнений. Формирование и углубление профессиональной идентичности психотерапевта в ЭФТ-подходе. Применение более глубокого понимания феномена терапевтических отношений в эмоционально-фокусированном подходе в работе с парами.

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

		работа с Я терапевта в супервизии. Искушения психотерапевта в терапевтических отношениях при работе с парой в эмоционально-фокусированном подходе. Ответственность терапевта и ответственность клиента. Возможности и ограничения при работе с парами в эмоционально-фокусированном подходе в формате онлайн.		
	ПКо ОС – 6 <sup>1</sup> . Способен сформулировать конструктивный запрос для консультативной работы с клиентом на основе его описаний проблемной ситуации	Основные предположения эмоционально-фокусированного подхода в психотерапии пар. Основные понятия для эмпатической настройки, отзывчивости терапевта и доступа к эмоциям и их переформулирования. Требования, предъявляемые к условиям и особенностям проведения консультативной беседы	Умеет организовать взаимодействие с парой на основе ключевых положений ЭФТ, подтверждать, принимать и исследовать переживания партнеров. Применять методы выявления психологических проблем граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, обусловленных психотравмирующими воздействиями	Применяет инструменты ЭФТ для доступа к эмоциям, потребностям и страхам привязанности клиентов. Составление заключения по результатам психологического обследования
	ПКС-1 <sup>2</sup> . Способен осуществлять подготовку к проведению мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.	Знает основные положения ЭФТ подхода в психотерапии пар. Знает основные понятия для диагностики отношений в паре. Требования, предъявляемые к условиям и особенностям проведения консультативной беседы	Умеет применять основные положения ЭФТ при диагностике отношений в паре и построения психотерапевтического альянса с партнерами. Применять методы выявления психологических проблем граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, обусловленных психотравмирующими воздействиями	Опыт применения диагностических инструментов ЭФТ для оценки отношений в паре и построения альянса с партнерами. Составление заключения по результатам психологического обследования
	ПКС-2 <sup>2</sup> Способен проводить мероприятия по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам.	Техники этапа построения альянса и диагностики основных конфликтов. Задачи терапевта на этапе построения альянса и диагностики. Техники оценки стиля привязанности, отражения эмоционального опыта, подтверждение. Четыре	Умеет определять уместность и актуальность применения техник и приемов ЭФТ в ходе терапии. Применяет техники этапа построения альянса и диагностики основных конфликтов.	Применяет основные терапевтические навыки на разных стадиях ЭФТ. Составление заключения по результатам психологического обследования

<sup>2</sup> 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).

		<p>типа рефрейминга в ЭФТ. Вопросы для прочерчивания негативного цикла взаимодействия. Роль партнеров в цикле. Прогностические индикаторы. Способы выхода на первичные чувства. Простые и сложные эмпатические предположения. Вопросы, извлекающие эмоции. Эмпатические предположения. Связь между ключевыми эмоциями и ключевыми движениями. Способы остановки эскалации. Цель СППОММ. Структура модели СППОММ. Вербальные и невербальные аспекты. Смысл и цели техники «Ловля пули». Две группы ЭФТ-интервенций.</p> <p>Стадии ЭФТ. Определение непризнаваемых эмоций привязанности – возможности и инструментарий первой стадии.</p> <p>Признаки отстраняющегося партнера. Типы отстраняющихся партнеров. Глубокое содержание эмоционального мира отстраняющихся партнеров. Наиболее характерные страхи привязанности отстраняющихся партнеров.</p> <p>Признаки преследующего партнера. Глубокое содержание эмоционального мира преследующих партнеров. Наиболее характерные страхи привязанности преследующих партнеров. Содержание, цели и задачи стадий реструктурирования привязанности – Я и Система и консолидации изменений и интегрирования полученного корректирующего опыта. Цели, содержание и задачи техник ЭФТ на 2 и 3 стадиях.</p>	<p>Использует навыков рефлексии, признания, получения отклика. Применяет навыки эмпатической настроенности терапевта. Оценивать стиль привязанности. Умеет отбирать и использовать методы отражение эмоционального опыта, подтверждения. Умение формулировать вопросы для прочерчивания негативного цикла взаимодействия. Использует различные способы выхода на первичные чувства. Умение применять метафоры и инсценировки. Умение отбирать и применять способы остановки эскалации. Умение использовать язык клиента. Умение осуществлять идентификацию не признаваемых потребностей, страхов и моделей Я – подлинных активаторов адаптивных поведенческих стратегий. Техники принятия партнера как важное расширение арсенала сценариев взаимодействия партнеров. Методы структурирования эмоциональной вовлеченности – выражение потребностей привязанности. Навыки смягчения преследующего партнера., вовлечения отстраняющегося партнера. Умение применять способ «Семена привязанности». Умение осуществлять работу с эмоциями с целью создания условий для вовлечения отстраняющегося партнера, стимулировать изменения. Применять методы выявления психологических проблем граждан,</p>
--	--	--	---

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

		Знает основные понятия для диагностики отношений в паре. Требования, предъявляемые к условиям и особенностям проведения консультативной беседы	обратившихся за консультационной психологической помощью, обусловленных психотравмирующими воздействиями	
--	--	--	--	--

### 3. Объем стажировки

Вид учебной работы	Количество часов (час.) и (или) зачетных единиц (з.е.)	
<b>Контактная работа слушателя с преподавателем, в том числе:</b>		
лекционного типа (Л) / Интерактивные занятия (ИЗ)		-
в форме практической подготовки	60	
лабораторные занятия (практикум) (ЛЗ) / Интерактивные занятия (ИЗ)		-
Практические (семинарские) занятия (ПЗ) / Интерактивные занятия (ИЗ)	60	
Самостоятельная работа слушателя (СР)		-
Контактная самостоятельная работа (КСР)		-
Промежуточная аттестация	Зачет час.	Зачет
<b>Общая трудоемкость по учебному плану (час./з.е)</b>		120

### 4. Содержание стажировки

Таблица 2

#### 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 осознавание своих собственных возможностей и ограничений в практической работе с парами. С этой целью слушатели проходят стажировку в терапевтическом пространстве, кабинетах для консультационных и терапевтических сессий на базе ООО «Сознание» под супervизией и кураторством сотрудников Организации.

№ п/п	Этапы (периоды) стажировки	Содержание
1.	Введение в эмоционально-фокусированную терапию (ЭФТ)	<p><b>Тема 1. Теоретический фундамент ЭФТ</b></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"> <li>Как вы понимаете основные положения теории привязанности?</li> <li>Какое влияние на ваш взгляд оказывает опыт отношений привязанности на построение отношений?</li> <li>Как влияет опыт привязанности на формирование адаптивных способов бытия в контакте с Другим?</li> </ol> <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Разделитесь на пары и проведите упражнение в формате: в течение 5 минут один участник рассказывает второму о своих</p>

переживаниях (выбор тематики – произвольный), второй слушает первого абсолютно безэмоционально, ничего не выражая ни вербально, ни невербально. Затем мини обсуждение в течении 10 минут, в котором оба участника делятся друг с другом тем, какие переживания заметили в себе, на что обратили внимание, каково было слушать/говорить, какие телесные реакции заметили. Затем участники меняются местами и упражнение повторяется.

### **Тема 2. Создание ЭФТ и ФЭТ**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Как создавалась ЭФТ?
2. Основные представители ЭФТ.
3. Актуальность и значимость создания ЭФТ.
4. Что составляет доказательную базу эффективности ЭФТ?
5. В чем сходства и различия ЭФТ и ФЭТ?

### **Тема 3. ЭФТ и другие подходы в семейном консультировании**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Какие подходы, кроме эмоционально-фокусированного, вам известны в семейном консультировании?
2. Назовите особенности и основные идеи других терапевтических подходов в семейном консультировании.
3. Какие допущения системной семейной терапии, гуманистических подходов используются ЭФТ?

*Типовые вопросы к дискуссии:*

1. Какие инструменты из других подходов, на ваш взгляд, может использовать в работе эмоционально-фокусированный терапевт?
2. С какими трудностями может встретиться эмоционально-фокусированный терапевт, практикующий дополнительно в других подходах?

### **Тема 4. Противопоказания к ЭФТ**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Каковы противопоказания к ЭФТ?
2. Обоснуйте, почему эти факторы являются противопоказанием к ЭФТ.

### **Тема 5. Кто такой парный терапевт**

*Типовые вопросы к дискуссии:*

1. Что может стать внутренними опорами парного терапевта в ходе работы с партнерами?
2. С какими страхами и тревогами партнеров может столкнуться парный терапевт и какие есть при этом возможности для укрепления терапевтического альянса?

### **Тема 6. Цель и структура процесса в ЭФТ**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Какова основная цель ЭФТ? Обоснуйте с опорой на теорию привязанности.
2. Каким образом выстраивается терапевтический альянс в ЭФТ?
3. Каковы задачи для достижения основной цели

		<p>ЭФТ?</p> <p>4. Каковы основные этапы терапевтического процесса в ЭФТ?</p> <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Упражнение в группе. В начале упражнения будет предложен видеофрагмент по теме основных понятий теории привязанности. Затем проводится обсуждение возникшего эмоционального отклика и связи его с полученной информацией по теории привязанности, основных идей и целей ЭФТ. Каждый участник обращается к участникам минигруппы и описывает свой эмоциональный отклик, возникший при просмотре видеофрагмента. Далее участники высказываются, объясняя эмоциональный отклик в фокусе основных положений теории привязанности и основных идей и целей ЭФТ. Цель упражнения – на собственном эмоциональном опыте убедиться в значении эмоциональных связей в отношениях привязанности.</p>
2.	Основные положения ЭФТ и базовые навыки консультанта на первом этапе терапии	<p><b>Тема 1. Основные предположения в ЭФТ</b></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> <p>4. Поиск и поддержание контакта – врожденная потребность человека, актуальная на протяжении всей жизни. Как вы понимаете это предположение ЭФТ?</p> <p>5. Почему процесс дистресса при разлуке или потере предсказуем?</p> <p>6. Как вы понимаете одно из основных предположение ЭФТ – Эмоция – это цель средство изменений?</p> <p>7. Как вы понимаете, как определяется надежная привязанность в паре? Что партнеры делают по-другому?</p> <p><i>Типовое практическое задание</i></p> <p>Демонстрируется видеофрагмент, в котором показана реакция человека на разрыв контакта с объектом привязанности. Задание заключается в саморефлексии эмоционального отклика участников, возникающего во время просмотра фрагмента и его динамикой. Далее предлагается обсудить возникший эмоциональный отклик в круге, связывая его с основными предположениями ЭФТ.</p> <p><b>Тема 2. Первая встреча с клиентами</b></p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <p>6. Какова структура первой встречи в ЭФТ?</p> <p>7. Каковы основные терапевтические задачи первой встречи?</p> <p>8. Расскажите об основных личностных маркерах и маркерах взаимодействия.</p> <p>9. Расскажите о том, что такое контракт на ЭФТ и почему он имеет важное значение.</p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <p>Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе</p>

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

3. Как вы понимаете приоритет глубокого процесса над содержанием?
4. Что, по вашему мнению, важно рассказать паре на первой встрече об ЭФТ?
5. Сложные вопросы противопоказаний: бывают ли случаи, когда терапия возможна?
6. Что делать, если... Ваши страхи относительно первой консультации эскалированной пары.

### **Тема 3. Диагностические сессии**

*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. Основные цели этапа диагностики в ЭФТ и почему это важно.
2. На что терапевту важно обращать внимание на этапе диагностики и почему?
3. Основные прогностические индикаторы в ЭФТ.
4. Конфиденциальность индивидуальных встреч с партнерами: каков ваш выбор как терапевта и почему?

### **Тема 4. Терапевтический альянс и терапевтическая позиция**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Что значит безопасное пространство в ЭФТ?
2. Почему безопасное пространство имеет первоочередное значение в ЭФТ?
3. С помощью каких инструментов создается терапевтический альянс в ЭФТ?
4. Какие терапевтические возможности помогают поддержать надежду на восстановление/улучшение отношений у пары?

*Типовое практическое задание*

Участники разбиваются на мини-группы по 4 человека (пара, терапевт и наблюдатель, он же помощник терапевта). Проводится тренировочная мини-сессия продолжительностью 15 минут, Задача терапевта – создать у каждого партнера в паре ощущение, что его услышали и поняли, дать им поддержку и показать, что их чувства разделены. Задача «клиентов» - обращать внимание на собственный эмоциональный отклик, возникающий на те или иные проявления терапевта, а также на то, как эмоциональный отклик влияет на готовность открываться. По завершении мини-сессии 10 минут на обсуждение, в котором участники делятся своими переживаниями. Затем происходит «смена ролей». Каждый из участников должен побывать в каждой роли.

После четырех мини-сессий с обсуждением – выборочный

шеринг в группе.

### **Тема 5. Негативный цикл взаимодействия – основная мишень терапии**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Что такое негативный цикл взаимодействия в ЭФТ?
2. Какие самые распространенные негативные циклы вы знаете? Опишите их содержание.
3. Почему негативный цикл является основной мишенью в ЭФТ?

*Типовое практическое задание*

Инструкции: Разбейтесь в группы из 4 человек: пара, терапевт и помощник терапевта.

1. В группе проведите мини-сессию с парой
2. Определите тип цикла в паре.
2. Как терапевт опишете/отразите процесс, опишите цикл.
3. Как терапевт попробуйте описать вторичные и первичные эмоций каждому из партнёров.
4. В качестве терапевта начните исследовать, развивать эмоции партнёра.
5. Помощник терапевта предлагает терапевтические приёмы, если терапевт теряется, и отмечает приёмы, которые оказываются эффективными, а также общий ход сессии.  
Время на выполнение задания – 30 минут: 15 минут сессия+15 минут обсуждение.

### **Тема 6. Преследователь и отстраняющийся.**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

5. Опишите характерные особенности преследователя в выражении аффекта и коммуникации.
6. Опишите характерные особенности отстраняющегося в выражении аффекта и коммуникации.
7. На что в контакте ориентированы преследующий и отстраняющийся?
8. Опишите характерное поведение преследующего и отстраняющегося в конфликте.

*Типовое практическое задание*

Разбейтесь на пары. Задание для каждого: по очереди вспомните один из последних конфликтов, который был у вас с близкими, особенно момент, когда вас что-то задело. Опираясь на полученные в изучении темы знания, вспомните и объясните, какие адаптивные стратегии свойственны вам – преследователь или отстраняющийся? Почему вы так считаете? Второй участник уточняет, помогает.

### **Тема 7. Определение стиля привязанности.**

*Типовое практическое задание*

Участникам будет выдан опросник для определения стиля привязанности. Задача – определить собственный стиль привязанности. Далее обсудить в парах полученный результат, а также его предполагаемые детерминанты с точки зрения полученных знаний о теории привязанности и основных предположений ЭФТ.

### **Тема 8. Схема анализа супружеского конфликта.**

*Типовое практическое задание*

		<p>Приводится описание отношений в паре, сформированное на представлении партнеров на первой встрече.</p> <p>Задача – Сделать анализ приведенного описания на основании полученной схемы (поведение=&gt; восприятие=&gt; эмоциональная реакция=&gt; поведение=&gt;) каждого из партнеров.</p> <p><b>Тема 9. Принципы работы – перед сессией и в конце сессии.</b></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"> <li>1. Какие опорные точки вы видите для себя в работе с парой? Как можете выделить их при подготовке к сессии?</li> <li>2. Считаете ли вы нужным задавать направление работы терапевтом в начале сессии? Если да - на чем может быть основан выбор?</li> <li>3. Какие возможности есть в работе с блоками у партнеров?</li> <li>4. Какие варианты домашних заданий представляются вам наиболее эффективными в процессе ЭФТ? От чего зависит выбор задания паре?</li> </ol>
3.	Чувства	<p><b>Тема 1. Основные эмоции в ЭФТ</b></p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Какие эмоции выделяют ЭФТ терапевты как базовые?</li> <li>2. К каким эмоциям относится следующее высказывания: «Мой мир рушится, когда ты говоришь, что уходишь от меня», «Я не могу об этом говорить. Нет, я не хочу даже на него смотреть. Я не хочу, чтобы он видел меня в таком виде», «Значит ты чувствуешь неуверенность, когда я сердусь? Я никогда этого не замечал», «Иногда мне так одиноко, что просто невозможно вынести»?</li> <li>3. Какое значение придают в ЭФТ эмоции?</li> <li>4. Как обходиться с эмоциями клиентов ЭФТ-терапевт?</li> </ol> <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"> <li>1. Как вы понимаете утверждение, что эмоции в основном адаптивны?</li> <li>2. Прокомментируйте следующее предположение «эмоциональные схемы или конструкции формируются в определенных ситуациях в зависимости от фрустрации или удовлетворения потребностей, или попыток достичь цели. Затем эти эмоциональные схемы направляют человека, позволяя различать и классифицировать переживания; в соответствии с ними организуются ожидания и реакции».</li> <li>3. Как вы понимаете одно из основных предположение</li> </ol>

ЭФТ – Эмоция – это цель и средство изменений?  
*Пример практического задания*  
Участникам будут выданы списки эмоций и действий. Задание: «Подумайте над теми моментами, когда вы в последний месяц ощутили каждую из перечисленных ниже эмоций. Затем сопоставьте эмоцию с действиями, указанными в списке ниже». Далее обсудить в парах полученный результат.

### **Тема 2. Потребности и страхи привязанности**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Какие основные потребности привязанности вы знаете?
2. Каковы распространенные страхи привязанности?
3. В чем заключается проблема при предъявлении потребностей привязанности?
4. На каких переживаниях фокусируется терапевт на сессии?
5. Благодаря чему происходят изменения в ЭФТ?

*Пример практического задания*

1. Участникам будет выдан опросник ОНИ (Отзывчивость, неравнодушие, искренность). Задача – определить уровень эмоциональной чуткости в собственных партнерских отношениях. Далее обсудить в парах полученный результат, а также его предполагаемые детерминанты с точки зрения полученных знаний о теории привязанности и основных предположен ЭФТ
2. Участники разбиваются на пары. Один участник делится впечатлениями, а второй сидит с «каменным лицом». Затем оба участника записывают впечатление. Далее меняются местами и все повторяют. В конце упражнения обмениваются впечатлениями.

### **Тема 3. Первичные, вторичные и инструментальные эмоции**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. На что важно обращать терапевту внимание при различении первичных и вторичных эмоций?
2. Какие эмоции чаще демонстрируют партнеры в начале терапии?
3. Назовите три ключевых момента в фокусировании на эмоциях.
4. Какие правила фокусировки на эмоциях в ЭФТ?

*Пример практического задания*

Участникам будут представлены выдержки из стенограммы сессий с парами. Задача участников определить, где проявляются первичные эмоции, где вторичные, где инструментальные и объяснить свое понимание.

### **Тема 4. Способы доступа к эмоциям**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Назовите четыре способа доступа к эмоциям клиента.
2. Как вы понимаете содержание приема отражение?
3. Каково содержание приема подтверждение?
4. Для чего применяется в процессе встречи отражение и

подтверждение?

5. Подтверждать реакции партнеров эффективнее всего, когда:

-Терапевт подтверждает базовые или первичные эмоции

-Терапевт транслирует свое подтверждение косвенно, а не прямо

-Подтверждаются отклики обоих партнеров

-Партнеров учат подтверждать отклики друг друга

#### *Пример практического задания*

1. Участники разбиваются на мини-группы по 4 человека (пара, терапевт и наблюдатель, он же помощник терапевта). Проводится тренировочная мини-сессия продолжительностью 15 минут. Задача терапевта – создать у каждого партнера в паре ощущение, что его услышали и поняли, дать им поддержку, работать на создание терапевтического альянса с помощью техник отражение и подтверждение. Терапевт не задает вопросы и не дает интерпретации. Задача «клиентов» - обращать внимание на собственный эмоциональный отклик, возникающий на проявления терапевта, а также на то, как эмоциональный отклик влияет на готовность открываться. По завершении мини-сессии 10 минут на обсуждение, в котором участники делятся своими переживаниями. Затем происходит «смена ролей». Каждый из участников должен побывать в каждой роли.

После четырех мини-сессий с обсуждением – выборочный шеринг в группе.

2. Разбейтесь в группы по три человека (пара – клиент-терапевт и наблюдатель). Задача терапевта – проникнуть в непризнаваемые эмоции, страхи и потребности привязанности клиента)

### **Тема 5. Терапевтические задачи**

#### *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 первую терапевтическую задачу ЭФТ?

2. Какой способ присутствия на сессии с клиентами, по вашему мнению, будет более подходящий для создания терапевтического альянса?

3. Как вы понимаете природу и значение эмпатии?

4. Что из работы ЭФТ терапевта над второй терапевтической задачей видится вам самым важным (самым сложным, самым простым...)?

5. Что входит в понятие эмоциональный интеллект?

6. Какова роль инсценировки для решения третьей терапевтической задачи?

### **Тема 6. Линза привязанности**

#### *Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Как вы понимаете выражение «линза привязанности».

		<p>2. Определите темы привязанности в предложенных примерах.</p> <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Разбейтесь на пары. Задание для каждого: по очереди вспомните один из последних конфликтов, который был у вас с близкими, особенно момент, когда вас что-то задело. Опирайсь на полученные в изучении темы знания, опишите произошедшее с точки зрения страхов и потребностей привязанности. Второй участник уточняет, помогает. Затем поменяйтесь местами.</p> <p><b>Тема 7. Пять движений танца ЭФТ</b></p> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Опишите последовательность движений в танце ЭФТ?</li> <li>2. Что важно учесть для подготовки инсценировки?</li> <li>3. Как вы понимаете выражение «завязать бантик»?</li> </ol> <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Инструкции: Разбейтесь в группы из 4 человек: пара, терапевт и помощник терапевта.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. В группе проведите мини-сессию с парой</li> <li>4. Определите тип цикла в паре.</li> <li>5. Как терапевт отразите/подтвердите эмоции или движения в танце со словами/контекстом привязанности.</li> <li>6. Спросите клиента, что он делает с этими чувствами?</li> <li>7. Перейдите к партнеру и спросите, что с ним происходит, когда партнер это делает.</li> <li>8. Соедините две стороны: «чем больше Вы (действие)..., тем больше он (действие)...». Если возможно, включить потребность привязанности.</li> <li>9. Помощник терапевта предлагает терапевтические приёмы, если терапевт теряется, и отмечает приёмы, которые оказываются эффективными, а также общий ход сессии.</li> </ol> <p>Время на выполнение задания – 30 минут: 15 минут сессия+15 минут обсуждение.</p>
4.	Основные техники и приемы работы ЭФТ. Стадии терапии ЭФТ: стадия 1 – Диагностика и деэскалация.	<p><b>Тема 1. Техники этапа построения альянса и диагностики основных конфликтов.</b></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"> <li>1. Как вы понимаете важность соприсутствия терапевта с клиентами?</li> <li>2. Что значит для процесса работы с парой эмпатическая настроенность терапевта?</li> <li>3. Обоснуйте уместность использования техник для создания терапевтического альянса и безопасности.</li> <li>4. Какие техники использует ЭФ-терапевт для сбора информации и оценки отношений в паре?</li> <li>5. На какие моменты вы, как терапевт обратите внимание в процессе сбора информации? Что вам сигнализирует о том, что надо вмешаться?</li> </ol>

6. Что, на ваш взгляд, несет наибольшие риски на этапе построения альянса?

7. Какие задачи решает обращение к эмоциям на втором шаге терапии?

8. Какие задачи решает обращение к эмоциям на третьем шаге терапии?

#### *Пример практического задания*

Участники разбиваются на мини-группы по 4 человека (пара, терапевт и наблюдатель, он же помощник терапевта). Проводится тренировочная мини-сессия продолжительностью 15 минут. Задача терапевта – тренировка навыка эмпатического присутствия. Цель процесса – услышать и понять историю пары, отработать навык задавания типовых вопросов. По завершении мини-сессии 5 минут на обсуждение, в котором участники делятся динамикой эмоциональных процессов. Партнеры рассказывают, каково им было рассказывать, какие действия терапевта стимулировали рассказ. Затем происходит «смена ролей». Каждый из участников должен побывать в каждой роли.

### **Тема 2. Способы выхода на первичные чувства**

#### *Типовые вопросы к опросу:*

1. Что привело вас к желанию работать с парами?

2. Для чего и какими способами достигается усиление эмоций?

3. Что позволяет осмыслить партнерам понимание первичных эмоций друг друга?

4. Гнев как первичная и как вторичная эмоция.

5. Опишите три ключевых момента для фокусирования на эмоциях.

6. Какие правила для фокусировки на эмоциях вы считаете важными в ЭФТ?

#### *Пример практического задания:*

Эмоционально-фокусированный психотерапевт проводит терапевтическую сессию с парой на первой стадии терапии в группе с демонстрационном формате. Далее слушатели обсуждают, что именно они увидели в работе, какие техники использовал терапевт, какие другие возможности заметили, задают вопросы по сессии терапевту и второму преподавателю и получают разъяснения.

### **Тема 3. Инсценировки**

#### *Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Какова цель проведения инсценировки?

2. На каких этапах работы могут проводиться инсценировки?

3. Какова последовательность проведения инсценировки?

4. Назовите типичные ошибки при инсценировках. Как с ними обойтись?

#### *Пример практического задания*

Участники разбиваются на мини-группы по 4 человека (пара, терапевт и наблюдатель, он же помощник терапевта).

Проводится тренировочная мини-сессия продолжительностью 10 минут. Задача терапевта – тренировка навыка подготовки и

проведения инсценировки на раннем этапе терапии. Цель терапевта – помочь партнерам осознать свои привычные защитные позиции в виде отстранения или преследования. Слушающему партнеру предлагается обратиться к своим внутренним переживаниям и отреагировать на раскрытие партнера. Реакция может быть как позитивная, так и негативная. По завершении мини-сессии 5 минут на обсуждение, в котором участники делятся динамикой эмоциональных процессов, партнеры рассказывают, каково им было раскрываться и каково им было слушать. Затем происходит «смена ролей». Каждый из участников должен побывать в каждой роли.

#### **Тема 4. Работа с эскалацией**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Какие приемы остановки эскалации кажутся вам наиболее подходящими?
2. Как проявляется терапевтическая власть в ситуации эскалации на сессии?
3. Как терапевт обходится с эскалацией, если она возникла в конце сессии?

#### **Тема 5. Модель СППОММ**

*Типовые вопросы к устному опросу:*

1. Что стоит за аббревиатурой СППОММ?
2. Почему усиление необходимо совмещать с контейнированием эмоций?
3. В чем, по-вашему, состоит смысл совместного использования валидации и усиления?

*Пример практического задания*

1. Участники разбиваются на мини-группы по 4 человека (клиенты, терапевт и наблюдатель, он же помощник терапевта). Проводится тренировочная мини-сессия продолжительностью 15 минут. Задача терапевта – вовлечь клиента в развернутую беседу, выделить и поддержать его опыт, используя все шесть аспектов СППОММ. Терапевт может начать упражнение с уточнения у клиента темы, которую он хочет обсудить, используя затем вопрос: «Какой это был для Вас опыт?». Задача «клиентов» - задать опыт взаимодействия, который описывает в терминах эмоций. Наблюдатель фиксирует каждую из шести характеристик СППОММ, которая используется в беседе. По завершении мини-сессии 10 минут на обсуждение, в котором участники делятся своими переживаниями. Затем происходит «смена ролей». Каждый из участников должен побывать в каждой роли. После четырех мини-сессий с обсуждением – выборочный шеринг в группе.

#### **Тема 6. «Ловля пуль»**

*Типовые вопросы к опросу:*

1. Как вы понимаете цель техники?
2. Каковы особенности техники «Ловля пуль»?
3. С кем из пары работает терапевт, когда «пролетела пуля»?
4. Как вы понимаете выражение «наклеить пластырь»?

	<p><i>Пример практического задания</i></p> <p>1. Участники разбиваются на мини-группы по 4 человека (пара, терапевт и наблюдатель, он же помощник терапевта). Проводится тренировочная мини-сессия продолжительностью 15 минут. Задача терапевта – отработать навык «поймать пулю». Задача «клиентов» - задать опыт взаимодействия, который подразумевает агрессивное высказывание одного из партнеров в сторону другого партнера. По завершении минисессии 10 минут на обсуждение, в котором участники делятся своими переживаниями. Затем происходит «смена ролей». Каждый из участников должен побывать в каждой роли. После четырех мини-сессий с обсуждением – выборочный шеринг в группе.</p> <p><b>Тема 7. «Нарезать потоньше»</b></p> <p><i>Типовые вопросы к опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. В каких ситуациях следует применить данную технику?</li> <li>2. Опишите последовательность действий терапевта при использовании техники.</li> </ol> <p><b>Тема 8. Диагностика и деэскалация негативного цикла взаимодействия (Стадия 1)</b></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"> <li>5. Что делают терапевт и клиент на шагах 1 и 2? В чем их терапевтическая важность?</li> <li>6. Порассуждайте над тем, какие факторы могут помешать созданию безопасного пространства на сессии?</li> <li>7. Как вы понимаете выражение «процесс важнее содержания»?</li> <li>8. Как происходит процесс определение роли каждого из партнеров на сессии? Какие могут быть сложности и как обойтись с ними?</li> <li>9. Что видит и слышит терапевт на шагах 3 и 4?</li> <li>10. В чем важность эмоционального равновесия терапевта и как его достичь во время сессии?</li> </ol> <p><i>Пример практического задания</i></p> <p>Участники разбиваются на мини-группы по 4 человека (пара, терапевт и наблюдатель, он же помощник терапевта). Проводится тренировочная мини-сессия продолжительностью 10 минут, Задача терапевта – тренировка навыка распаковка эмоций, получение доступа к непризнанным первичным эмоциям. По возможности, процесс следует продолжать до тех пор, пока клиенты не получат доступа к своим базовым первичным эмоциям привязанности и не смогут найти слова для описания своих переживаний (часто связаны со страхом быть неважным, нелюбимым, нежеланным или непринятым). По завершении мини-сессии 5 минут на обсуждение, в котором участники делятся динамикой эмоциональных</p>
--	--

		<p>процессов. Затем происходит «смена ролей». Каждый из участников должен побывать в каждой роли. После четырех мини-сессий с обсуждением – выборочный шеринг в группе.</p>
5.	<p>Стадии терапии ЭФТ: Стадия 2 - Изменения позиции взаимодействия. Стадия 3 - Консолидация изменений и интегрирование полученного корректирующего опыта.</p>	<p><b>Тема 1. Мир отстраняющегося</b>  <i>Типовые вопросы к опросу:</i></p> <p>4. Назовите основные признаки отстраняющихся партнеров.      5. Назовите основные типы отстраняющихся партнеров и дайте их краткую характеристику. Приведите примеры с точки зрения поведения в конфликте.      6. Каковы типичные глубинные страхи привязанности отстраняющихся партнеров?</p> <p><i>Пример практического задания</i>      Демонстрируются видеофрагменты, изображающие конфликт в паре. Задача участников – идентифицировать отстраняющегося партнера, опираясь на изученный материал. Затем в обсуждении в круге описать конфликт с точки зрения глубоких эмоциональных процессов партнеров.</p> <p><b>Тема 2 Мир преследующего</b>  <i>Типовые вопросы к опросу:</i></p> <p>1. Назовите основные признаки преследующих партнеров.      2. Как вы понимаете основную ориентацию преследующих партнеров «на отношения»? Что это значит с точки зрения ЭФТ?      3. Каковы особенности преследующих партнеров с точки зрения выражения аффекта и поведения в конфликте?      4. Каковы типичные глубинные страхи привязанности преследующих партнеров?</p> <p><i>Пример практического задания</i>      Демонстрируются видеофрагменты, изображающие конфликт в паре. Задача участников – идентифицировать преследующего партнера, опираясь на изученный материал. Затем в обсуждении в круге описать конфликт с точки зрения глубоких эмоциональных процессов партнеров.</p> <p><b>Тема 3. Изменения позиции взаимодействия</b>  <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> <p>7. Маркеры, свидетельствующие о возможности перехода ко второй стадии ЭФТ – каковы они?      8. В чем значимые отличия второй стадии по сравнению с первой?      9. Какие риски вы видите на стадии изменения позиций взаимодействия?</p> <p><i>Пример практического задания:</i></p>

Эмоционально-фокусированный психотерапевт проводит терапевтическую сессию с парой на второй стадии терапии в группе с 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.

#### **Тема 4. «Семена привязанности»**

##### *Пример практического задания*

Участники разбиваются на тройки. Участникам будут представлены выдержки из стенограммы сессий с парами. Задача участников – совместно сформулировать интервенцию терапевта. Задача формулирования интервенции – тренировка навыка «сейте семена привязанности».

#### **Тема 5. Поворотные события**

##### *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. Порассуждайте о том, какие приемы ЭФТ наиболее эффективны на шагах подготовки поворотных событий терапии и почему??
2. Как вы понимание обоснование того, что первой терапевтической задачей на второй стадии ЭФТ является вовлечение отстраняющегося?
3. Как вы понимаете, что влияет на формирование готовности отстраняющегося погружаться в эмоциональные переживания и открываться в них своему партнеру?
4. Как вам кажется, с какими трудностями вы можете столкнуться на шагах поворотных событий и какие возможности видите в этих трудных ситуациях?

##### *Пример практического задания*

Участники разбиваются на мини-группы по 4 человека (пара, терапевт и наблюдатель, он же помощник терапевта). Проводится тренировочная мини-сессия продолжительностью 15 минут, Задачи терапевта – тренировка навыка помочь партнерам в погружении в эмоциональные переживания и валидизации глубоких потребностей привязанности; тренировка навыка помочь партнерам в безопасном проживании и выражении глубоких страхов привязанности, тренировка навыка вовлечения отстраняющегося партнера и смягчения преследующего партнера. По завершении мини-сессии 5 минут на обсуждение, в котором участники делятся динамикой эмоциональных процессов. Затем происходит «смена ролей». Каждый из участников должен побывать в каждой роли.

После четырех мини-сессий с обсуждением – выборочный шеринг в группе.

#### **Тема 6. Консолидация и интегрирование**

##### *Типовые вопросы к дискуссии:*

Дискуссия подразумевает обсуждение в большой группе

		<p>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"> <li>Как вы считаете, возможны ли конфликты в паре, которая находится на третьей стадии терапии? Если да, что в чем их отличие?</li> <li>Как вы считаете, какие темы важно обсуждать в ходе подведения итогов терапии?</li> <li>Каковы основные задачи терапевта на третьей стадии.</li> </ol>
6.	Профессиональная идентичность эмоционально-фокусированного психотерапевта	<p><b>Тема 1. Качества ЭФТ терапевта</b></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"> <li>Как вы понимаете аутентичность?</li> <li>Для чего, по-вашему, экзистенциальному терапевту нужно развивать самопознание?</li> <li>Как для вас выглядит зрелость?</li> <li>Как вы считаете, почему эмоционально-фокусированному терапевту важно быть толерантным к инаковости?</li> <li>В чем для вас основной ресурс в вашей работе?</li> <li>Какие внешние источники ресурсов есть у вас?</li> <li>Что, на ваш взгляд, несет наибольшие риски вашему профессиональному самоощущению? Какие есть опоры?</li> </ol> <p><b>Тема 2. Система ценностей, личные смыслы и мотивация в профессии ЭФТ-терапевта</b></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"> <li>Что привело вас в психотерапию?</li> <li>Какое значение для вас имеют деньги за вашу работу?</li> <li>Как вы видите свои ограничения в работе с парами с иной системой ценностей, чем ваша?</li> <li>С какими парами вы бы не стали работать?</li> <li>Какие ваши качества кажутся вам особенно важными для работы с парами?</li> <li>В чем для вас специфика терапевтических отношений в эмоционально-фокусированном подходе, благодаря чему они целебны?</li> </ol> <p><b>Тема 3. Презентации случаев</b></p> <p><i>Пример практического задания:</i></p> <p>Проводится 2 демонстрационных представления случая работы с парой в группе. Случаи представляют участники по готовности по заранее предоставленной схеме. Затем</p>

	<p>проводится супервизия случая работы с парой в группе. Супервизор – один из ведущих.</p> <p><b>Схема представления случая:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Краткая информация о работе с парой (имена и возраст партнеров, кратко история отношений, запрос на терапию сколько сессий было).</li> <li>2. Каковы первичные эмоции, лежащие в основе цикла? Как они связаны с потребностями привязанности?</li> <li>3. Где они находятся в шагах ЭФТ? Каков следующий шаг?</li> <li>4. Какие ключевые инциденты, определяющие данные отношения, надо принимать во внимание?</li> <li>5. Какие основные образы/зашепки/определения себя использует каждый из партнёров?</li> <li>6. Что (какие блоки) препятствует вовлечению каждого из партнёров в его эмоции или эмоции партнёра? Как признать эти блоки?</li> <li>7. Какими были важнейшие события терапевтического процесса во время прошлой сессии?</li> <li>8. Какие трудности есть у терапевта в работе с этой парой?</li> <li>9. Запрос на супервизию.</li> </ol> <p>Тайминг: на представление случая -20-25 минут. Супервизор может параллельно задавать уточняющие вопросы. Затем 25–30 на супервизию.</p> <p>Отклик группы - 5–10 минут.</p> <p><b>Тема 4. Терапевт и клиенты в совместном путешествии. Роль терапевта. Разделение ответственности</b></p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Один из частых вопросов клиентов: «Скажите, что делать, когда она/он...»? Как бы вы ответили на этот вопрос?</li> <li>2. Какие искушения для вас содержит в себе терапевтическая власть?</li> <li>3. Как вы понимаете ответственность пары в эмоционально-фокусированной терапии?</li> </ol> <p><i>Типовые вопросы к устному опросу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. В чем заключается ответственность терапевта в работе с парой?</li> <li>6. Что такое терапевтическая власть?</li> <li>7. Зачем мы просим партнеров из пары открыто говорить о чувствах, возникающих в связи с процессом терапии, в том числе к терапевту?</li> </ol> <p><b>Тема 5. Консультирование в условиях онлайн</b></p> <p><i>Типовые вопросы к дискуссии:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Возможна ли эмоционально-фокусированная терапия в формате онлайн?</li> <li>8. Каковы особенности работы с парами в эмоционально-фокусированном подходе в формате онлайн?</li> </ol> <p>В каких случаях онлайн-формат не рекомендован?</p>
--	---

## 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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

студентов и отработке навыков, освоенных на протяжении обучения, в реальных обстоятельствах и профессиональной среде.

После каждой дисциплины слушатели получают практическое задание для промежуточной аттестации, которое заключается в проведении психотерапевтических сессий в четверках 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 четверке слушателям необходимо предоставить письменный отчет по следующему плану:

- дата проведения сессии
- состав четверки с обозначением ролей
- выполнение основного задания по тематике программы
- 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.

Рекомендуемая продолжительность каждой сессии – 30–40 минут, обсуждения – 30 минут. Обсуждение включает в себя отклик участников, которые были в роли пары (динамика эмоциональных процессов, что помогало в понимании процесса, что снижало реактивные эмоции, что замедляло, что мешало, что способствовало укреплению альянса с терапевтом, что увеличивало настороженность и тревогу), затем отклик терапевта, который делится динамикой своего внутреннего процесса, затем тем, что было трудно, далее – совместный анализ проведенной сессии в фокусе трудности терапевта.

Рефлексивная часть по выполнению задания включает отражение мыслей и переживаний слушателя в связи с темой данной дисциплины, включающее видение слушателя возможностей и ограничений терапевтической работы и себя как терапевта; свое проживание себя в отношениях с другим, свое понимание собственных ценностей, смыслов и целей в отношениях.

Во время подготовки и проведения терапевтических сессий выделяется 16 академических часов на контактную самостоятельную работу, которая проводится в формате онлайн-консультаций с преподавателями дисциплин, 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, практическое задание. В качестве оценочного средства промежуточной аттестации используются практическое задание, рефлексивное эссе, включающее отчет по саморефлексии на самостоятельно сформулированную слушателем тему полученного опыта.

## **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение стажировки**

### **7.1. Нормативно-правовые документы**

1. Образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», утвержденный Приказом от 07.09.2023 г. №01–24596.

2. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 года N 537н).

3. Этический кодекс российского психологического общества // Российский психологический журнал. 2004. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/eticheskiy-kodeks-rossiyskogo-psihologicheskogo-obschestva> (дата обращения: 01.12.2024).

## 7.2. Основная литература

1. Нестерова, А. А. Профессиональная этика психолога : учебник и практикум для вузов / А. А. Нестерова, Т. Ф. Суслова. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 356 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8758-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560617>(дата обращения: 20.01.2025).

2. Основы психологии семьи и семейного консультирования: учебник для вузов / под общей редакцией Н. Н. Посысоева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 266 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08198-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562730> (дата обращения: 20.01.2025).

1. Эйдемиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи. 4-е изд. — (Серия «Мастера психологии»). / Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 672 с. - ISBN 978-5-4461-9588-6. - URL: <https://www.ibooks.ru/bookshelf/377304/> (дата обращения: 01.12.2024).

2. Ягнюк, К. В. Терапевтическая встреча и ключевые навыки в психотерапии. Избранные работы : сборник научных трудов / К. В. Ягнюк ; под редакцией О. В. Шапошниковой. — Москва : Когито-центр, 2021. — 315 с. — ISBN 978-5-89353-612-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/249485> (дата обращения: 01.12.2024).

## 7.3. Дополнительная литература

1. Варга, А. Я. Введение в системную семейную психотерапию: монография / А. Я. Варга. — Москва: Когито-центр, 2017. — 182 с. — ISBN 978-5-89353-313-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/249260> (дата обращения: 01.12.2024).

2. Варга, А. Я. Системная психотерапия супружеских пар: монография / А. Я. Варга; составитель А. Я. Варга. — Москва: Когито-центр, 2017. — 342 с. — ISBN 978-5-89353-498-6. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/249455> (дата обращения: 01.12.2024).

3. Карлин, Е. Любовь и невроз. Путеводитель по вашей истории любви / Е. Карлин. — эл. изд. — Москва: Генезис, 2021. — 250 с. — ISBN 978-5-98563-634-5. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/268430>(дата обращения: 01.12.2024).

4. Лёрнер, Х. Всё сложно: Как спасти отношения, если вы рассержены, обижены или в отчаянии / Х. Лёрнер ; перевод И. Матвеевой. — Москва : Альпина Паблишер, 2016. — 287 с. — ISBN 978-5-9614-4987-7. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/87959>(дата обращения: 01.12.2024).

5. Пил, С. Любовь и зависимость: Научно-практическое пособие / Пил С., Бродски А., Тверицкая В., - 2-е изд., (эл.) - Москва :Институт Общегуманитарных Исследований, 2016. - 279 с.: ISBN 978-5-94193-916-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/939768> (дата обращения: 01.12.2024).

6. Соколова, Е. Т. Психотерапия: учебник и практикум для вузов / Е. Т. Соколова. — 5-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 359 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05416-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт].— URL: <https://urait.ru/bcode/538331> (дата обращения: 20.01.2025).

#### **7.4. Интернет-ресурсы**

1. E-library.ru
2. Koob.ru
3. Cambridge Journals Digital Archive
4. Oxford University Press Archive
5. JSTOR. Open Access eBooks
6. ЭБС «IPRbooks»
7. ЭБС «Юрайт»
8. ЭБС «Лань»

#### **7.5. 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

#### **7.6. Иные источники**

1. Боулби Джон: Создание и разрушение эмоциональных связей. Руководство практического психолога –2е издание - 272 с. – Издательство Канон+, 2021 г. - ISBN: 978-5-88373-397-9

2. Готтман Джон: 7 принципов счастливого брака, или Эмоциональный интеллект в любви - 416 с. - Издательство ОДРИ, 2018 г. - ISBN: 978-5-699-88745-3

3. Готтман Джон: 8 важных свиданий. Как создать отношения на всю жизнь - 352 с. - Издательство ОДРИ, 2019 г. - ISBN: 978-5-04-104144-1.

4. Джонсон Сью: Обними меня крепче. 7 диалогов для любви на всю жизнь – 352 с. – Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2021 г. - ISBN: 978-5-00100-853-8

5. Джонсон Сью: как стать эмоционально-фокусированным терапевтом – 406 с.- Издательство Научный мир 2013 г. - ISBN: 978-5-91522-342-3

6. Джонсон Сью: Сила привязанности. Эмоционально-фокусированная терапия для создания гармоничных отношений - 368 с. –Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2021 г. - ISBN: 978-5-00169-935-4

7. Джонсон Сью: Чувство любви. Новый научный подход к романтическим отношениям – 416 с.- Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2020 г. – ISBN 978-5-00146-691-8

8. Сью Джонсон: Практика эмоционально-фокусированной супружеской терапии – 364с.- Издательство Научный мир 2013 г. – ISBN 978-5-91522-331-

9. Каллос-Лилли Вероника, Фицджеральд Дженнифер: Эмоционально-фокусированная терапия пар. Рабочая тетрадь - 304 с. - Издательство Диалектика, 2021 г. - ISBN: 978-5-907365-47-6

10. Левин Амир, Хеллер Рэйчел: подходим друг другу. Как теория привязанности поможет создать гармоничные отношения - 256 с.- Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2022 г. - ISBN: 978-5-00195-445-3.

11. Торрент Лэйр: Практика любви. Осознанный подход к восстановлению и развитию отношений - 304 с. - Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2022 г. - ISBN: 978-5-00195-514-6

12. Фромм Эрих: Искусство любить - 221 с. - Издательство АСТ, 2014 г. - ISBN: 978-5-17-084593-4

13. Хендрикс Харвилл, Хант Хелен: Любовь на всю жизнь. Практика - 288 с. - Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2022 г. - ISBN: 978-5-00195-546-7
14. Хэррис Расс: Осознанная любовь. Как улучшить отношения с помощью терапии принятия и ответственности - 272 с. - Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2021 г. - ISBN: 978-5-00169-567-7 , 978-5-00195-031-8

## 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)

Мультимедиа проектор (любой марки)

Флипчарт

### *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) EBSCO- издания по психологии, экономике, бизнесу, менеджменту, социологии, политологии, информатике и др., всего более 14000 журналов; документы бизнес-аналитики, отчеты по рынкам и компаниям и др.

4) Dryad Digital Repository – открытая база данных, в которой желающие выкладывают сырье 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: 322852404/403636729

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Организация, подписант

 Голосов Павел Евгеньевич

Сертификат: номер, срок действия

4A5BE50A7B7961CF91E5792A657B3ACAT3AD9EEA  
Действителен с 24.04.2025 до 24.04.2026

Дата подписания

04.12.2025 07:20 GMT+03:00  
Подпись соответствует файлу документа