

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
профессиональной переподготовки
«Эмоционально-фокусированная психотерапия пар»
Методические рекомендации

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

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:

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?

Типовые вопросы к устному опросу:

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

Методические рекомендации по выполнению практических заданий:

1. Прежде всего, следует восстановить в памяти тематику и содержание последнего аудиторного занятия.
2. Отключиться от посторонних тем.
3. При выполнении практических заданий важно максимальное погружение в исследование эмоциональных смыслов того содержательного материала, который исследуется в предлагаемой диагностической методике или анализируемой ситуации.
4. Можно возвращаться к заданию несколько раз в промежутке до следующей дисциплины. Это позволит получить больше понимания о работе в подходе и эмоционального опыта.
5. Для фиксации собственного эмоционального отклика во время выполнения заданий рекомендуется делать необходимые записи в ходе выполнения задания либо вести дневник рефлексии.
6. Очень желательно использовать возможности дискуссий в мини-группах в разных составах, так, чтобы получить опыт контакта с разными людьми.

Промежуточная аттестация проходит в форме практического задания, включающего в себя рефлексивное эссе (индивидуальный формат).

Типовые практическое задание промежуточной аттестации

1. Провести 4 терапевтические сессии в четверках (пара, терапевт, наблюдатель-помощник терапевта). Отработать навык применения базовых психотерапевтических техник ЭФТ-терапевта (отражение, подтверждение), создания безопасного пространства.

По каждой проведенной в качестве терапевта сессии в четверке предоставить письменный ответ по следующему плану:

- дата проведения сессии
- состав четверки с обозначением ролей
- отклик клиентов и наблюдателя

- самоощущение терапевта: что удалось хорошо, какие трудности возникли у терапевта в работе с парой;

- удалось ли разрешить эти трудности в ходе обсуждения после сессии.

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.

2. Написать рефлексивное эссе, отражающее ваши мысли и переживания в связи с темой данной дисциплины, включив в него свое видение 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

Итоговая аттестация проводится в форме экзамена и включает в себя:

1. Концептуализацию клиентского случая, с которым слушатель работал как терапевт:

- концептуализация должна быть выполнена по всей терапевтической работе с парой;
- необходимо описать основные трудности в отношениях пары в понимании терапевта;
- концептуализация должна содержать описание ключевых понятий, используемых в эмоционально-фокусированном подходе (адаптивные стратегии каждого из партнеров, негативный цикл);
- в работе должно быть изложено понимание терапевта, как индивидуальные особенности каждого из партнеров повлияли на то, как складываются отношения в паре;
- в работе также должны быть описаны глубокие страхи и потребности привязанности, как их видит терапевт;
- в работе должна быть описана и проанализирована динамика терапевтической работы с парой.

2. Защиту курсовой работы по тематике эмоционально-фокусированного подхода в терапии пар:

- работы должна соответствовать предложенному плану;
- тема курсовой работы должна быть раскрыта;
- поставленные цели и задачи должны быть выполнены;
- работа должна отражать глубину понимания эмоционально-фокусированного подхода.

3. Защиту отчета по самоанализу (исследование в течение всей программы своих чувств, мыслей, ощущений, относительно изучаемых тем и получаемого в практике опыта, а также процесса формирования своей профессиональной идентичности):

- работы должна соответствовать предложенному плану;
- отчет должен быть дан в развернутой форме;
- работа должна отражать непрерывность самоанализа на протяжении всего обучения;

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
в работе должна быть проведена глубокая рефлексия своих чувств;

Идентификация сильных сторон и слепых пятен терапевта.
в работе должны быть отмечены сильные стороны и слепые пятна терапевта.

Основная литература

1. 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: 17.12.2025).
2. 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/reading> (дата обращения: 17.12.2025).
3. 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: 17.12.2025).

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: 17.12.2025).
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: 17.12.2025).
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: 17.12.2025).
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: 17.12.2025).
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: 17.12.2025).
6. Соколова, Е. Т. Психотерапия: учебник и практикум для вузов / Е. Т. Соколова. — 5-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 359 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05416-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562318> (дата обращения: 17.12.2025).

Интернет-ресурсы

1. E-library.ru
2. Koob.ru
3. Oxford University Press Archive
4. JSTOR. Open Access eBooks

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Идентификатор документа: 332924440/411990355
Страница 3 из 4

5. ЭБС «IPRbooks»
6. ЭБС «Юрайт»
7. ЭБС «Лань»

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

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

Идентификатор документа: 332924440/411990355
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Организация, подписант: © Голосов Павел Евгеньевич
Сертификат: номер, срок действия: 4458F50A7B7961CF91E5792A657B3ACA73AD9EEA
Дата подписания: 23.01.2026 11:53 GMT+03:00
Действителен с 24.04.2025 до 24.04.2026
Подпись соответствует файлу документа