Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Телегина Елизавета Романовна
Должность: Проректор по дополнительному образованию
Дата подписания: 12.11.2026 15:18:14
Уникальный программный ключ:
a7211ae173bc1dfc0c88b4df14de58ab7b2aabe5

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы»
(РУДН)
Институт восточной медицины

СОГЛАСОВАНО
Директор ИВМ РУДН

_____ **В.В. Уразов**
«____»_____2026 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Проректор по дополнительному образованию

_____ **Е.Р. Телегина**
«____»_____2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(программа повышения квалификации)

«Методы психологического консультирования и психотерапии: практический курс»

Программа разработана в соответствии с лицензией РУДН (от 23.12.2014 г. № Л035-00115-77/00096931), с учетом профессиональных компетенций ФГОС 37.03.01 Психология (Бакалавриат) (приказ Минобрнауки РФ № 839 от 29.07.2020 (в редакции 27.02.2023 года).

Цель обучения: получение дополнительных профессиональных компетенций по направлению: 37.03.01 «Психология» в области психотерапии и психологического консультирования.

Категория слушателей: лица с высшим образованием по направлению «Психология» и лица, имеющие профессиональную переподготовку по направлению «Психология».

Объем программы: 336 академических часов.

Форма обучения: очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

Руководитель программы: Череменская М.А.

Программа утверждена на заседании Ученого совета ДО РУДН
протокол № ДО-9 от 24 июля 2026 г.

Программа предназначена для лиц с высшим образованием по направлению «Психология» и лица, имеющие профессиональную переподготовку по направлению «Психология».

Цель программы: повышение теоретических знаний и практических навыков слушателей, необходимые для эффективного решения консультативных и психотерапевтических задач.

Задачи программы:

- формирование системных знаний в области общей, возрастной и психологии личности,
- формирование умений применять методы психологического консультирования, психодиагностики, психологической поддержки и сопровождения клиентов,
- формирование навыков индивидуального, семейного и группового психологического консультирования,
- формирование навыков анализа, психологического запроса, определения целей, консультативной работы и выбора соответствующих методов и технологий,
- формирование способности соблюдать профессиональные, этические нормы в консультировании.

В результате освоения программы должны быть сформированы следующие компетенции в соответствии с ФГОС:

Практическая деятельность (ПК):

- способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-1);
- способностью к отбору и применению психо-диагностических методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей математико-статистической обработкой данных и их интерпретацией (ПК-2);
- способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3);
- способностью к выявлению специфики психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-4);
- способностью к психологической диагностике, прогнозированию изменений и динамики уровня развития познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека (ПК-5);

Педагогическая деятельность:

- способностью к использованию дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11);
- способностью к просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества (ПК-12)/

Организационно-управленческая деятельность:

- способностью к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса (ПК-13);
- способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп (ПК-14)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Психологическое консультирование как профессиональная деятельность.
1.1. Консультирование в системе психологической помощи. Этика и профессиональные границы психолога-консультанта.
1.2. Методологические и философские основания психологического консультирования
1.3. Границы психологического консультирования и смежных видов психологической помощи: психотерапии, психокоррекции и коучинга.
1.4. Классификация методов психологического консультирования и психотерапии. Психодинамическая, когнитивно-поведенческая и экзистенциально-гуманистическая логика.
2. Консультативный процесс.
2.1. Структура консультативной работы. Этапы психологического консультирования.
2.2. Формирование рабочего альянса в психологическом консультировании.
2.3. Сеттинг психологического консультирования: контракт, границы и организационные условия работы.
2.4. Первичной оценки рисков и маршрутизация клиента.
3. Коммуникация в психологическом консультировании.
3.1. Метод беседы. Активное слушание.
3.2. Социальный интеллект в психологическом консультировании. Рефлексия и эмпатия психолога-консультанта.
3.3. Интерпретация в психологическом консультировании.
Семинар-практикум. Метод беседы. Применение коммуникационных навыков в работе с клиентом.
4. Психологическое консультирование в рамках психодинамического подхода.
4.1. Психоаналитическое понимание психики, бессознательного и внутреннего конфликта.
4.2. Процесс психологического консультирования в психодинамическом подходе. Консультативные отношения, сеттинг и границы.
4.3. Уровни организации личности. Диагностика уровня организации личности методом структурного интервью О. Кернберга.
4.4. Типы личности. Психоаналитическая психодиагностика Н. Мак-Вильямс. Психологическое консультирование различных типов клиентов.
4.5. Психологические защиты и сопротивление: распознавание проявлений и работа в консультативном процессе.
4.6. Особенности краткосрочного психодинамического консультирования.
4.7. Методы работы: свободные ассоциации, анализ сновидений, анализ переноса в рамках психологического консультирования.
Семинар-практикум. Психологическое консультирование в психодинамическом подходе.
5. Психологическое консультирование в рамках когнитивно-поведенческого подхода.
5.1. Основы когнитивно-поведенческого подхода в психологии.
5.2. Процесс психологического консультирования в когнитивно-поведенческом подходе.
5.3. Связь ситуаций, мыслей, эмоций, телесных реакций и поведения. Работа с протоколом СМЭР («ситуация — мысли — эмоции — реакции»).

5.4. Автоматические мысли, когнитивные искажения, промежуточные и глубинные убеждения.
5.5. Структура когнитивно-поведенческой консультации.
5.6. Краткосрочная стратегическая терапия (КСТ): возможности и ограничения применения в психологическом консультировании.
Семинар-практикум. Психологическое консультирование в когнитивно-поведенческом подходе.
6. Психологическое консультирование в рамках гуманистически-экзистенциального подхода парадигма.
6.1. Гуманистически-экзистенциальные направления: экзистенциальный анализ, логотерапия, клиент-центрированная психотерапия.
6.2. Работа с ценностями клиента. Поиск смысла.
Семинар-практикум. Психологическое консультирование в гуманистически-экзистенциальном подходе.
7. Специализированные направления в психологическом консультировании.
7.1. Эмотивное направление в психологическом консультировании. Гештальт-терапия. Психодрама. Эмоционально-образная терапия.
7.2. Системная семейная психотерапия.
7.3. Арт-терапия.
7.4. Гипноз и гипнотерапия.
7.5. Телесно-ориентированная психотерапия.
7.6. Риски бессистемного сочетания методов.
Семинар-практикум. Применение техник психологического консультирования в работе с клиентом.
8. Профессиональное самоопределение психолога-консультанта.
8.1. Карьерные возможности психолога-консультанта.
8.2. Супервизии, интервизии и личная психотерапия в работе психолога-консультанта.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Учебная программа состоит из теоретической подготовки и самостоятельной работы, включающей в себя изучение видеолекций и видеоматериалов, тренинг по практическим навыкам, прорабатывание банка вопросов в форме тестовых вопросов и рекомендуемой литературы.

Практический модуль программы реализуется на практических занятиях, которые проводятся на базе института восточной медицины РУДН согласно учебному плану, с расшифровкой содержания учебных модулей.

Обучающимся оказывается консультационная (индивидуальная и групповая) помощь при теоретическом обучении и при проведении практических занятий.

Обязательным условием допуска к практическим занятиям является успешное освоение слушателями теоретического содержания и внеаудиторных самостоятельных работ. Значительный объем самостоятельной работы обусловлен практико-ориентированным характером программы и направлен на разработку и апробацию тренинговых программ, подготовку диагностических материалов, анализ практических кейсов, а также на подготовку к итоговому экзамену.

В качестве преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс, привлекаются лица с высшим образованием по профилю программы и/или имеющие практический опыт.

Требования к квалификации педагогических кадров

В качестве преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс, привлекаются лица с высшим образованием по профилю программы и/или имеющие практический опыт в сфере практической психологии не менее 5 лет.

Оценочные и методические материалы:

1. Действие, перешедшее в категорию неосознаваемых после ряда сознательных тренировок, называют:
а) навыком +
б) привычкой
в) рефлексом

2. Сенсорная чувствительность, которая определяется наименьшей силой внешних воздействий, необходимых для возникновения какой-либо психической реакции человека, и скоростью возникновения этой реакции:
а) активность
б) сензитивность +
в) резистентность

3. По Эриксону, человек проходит … стадий развития:
а) 7
б) 6
в) 8 +
4. Согласно Л.С. Выготскому, отождествление ребенком себя со значимым взрослым, подражание ему – это:
а) идентификация +
б) присвоение
в) принятие и освоение новых ролей

5. Социальное и биологическое в личности индивида:
а) дополняют друг друга
б) конфликтуют друг с другом
в) в основном друг другу соответствуют +

6. Согласно И.П. Павлову, человека, обладающего слабым типом высшей нервной деятельности, называют:
а) сангвиником
б) меланхоликом +
в) холериком

7. По отношению к внешнему миру психика индивида выполняет функции:
а) защитную и познавательную
б) защитную и творческую
в) адаптационную и творческую +

8. Обычно производится путем анализа числа одновременно предъявляемых элементов, которые могут быть с ясностью восприняты субъектом, исследование:
а) объема +
б) рассеянности
в) переключения

9. Ключевые качества манипулятора:
а) недоверчивость, наблюдательность, харизматичность
б) примитивность чувств, прямота, агрессивность
в) лживость, примитивность чувств, недоверчивость +

10. Отсутствие ярко выраженных противоречий между чертами характера, объединенность черт в «симптомокомплексы» образуют … характера:
а) сила
б) цельность +
в) определенность

11. Выделяют следующие типы конфликтных личностей:
а) ригидный, демонстративный, сверхточный, неуправляемый, бесконфликтный +
б) неуправляемый, ригидный, демонстративный
в) нонконформистский, демонстративный, сверхточный

12. У первобытных народов переход от детства к взрослому состоянию осуществляется довольно резко, часто через ритуалы:
а) демонстрации
б) инициации +
в) прощания

13. Конформизм:
а) следование образцу поведения, доминирующему в обществе, некритичность, отсутствие собственных убеждений +
б) покладистость, бесконфликтность
в) способность отстаивать собственную точку зрения

14. Единство поведения и самосознания индивида, причисляющего себя к определенному полу и ориентирующегося на требования соответствующей половой роли, — это половая:
а) рефлексия
б) идентификация
в) идентичность +

15. Социализация:
а) процесс освоения в социальной среде, освоение сопутствующих правил, норм, установок и т. д. +
б) процесс обучения в социальных институциях (школе, вузе и т. д.)
в) прохождение социологического опроса

16. В подростковом возрасте наблюдаются:
а) формирование наглядно-действенного мышления
б) бурное и неравномерное психическое развитие +
в) незначительная перестройка в физиологической работе организма

17. Понятие «коллективного бессознательного» ввел в психологию:
а) Фрейд
б) Аристотель
в) Юнг +

18. В подростковом возрасте наблюдаются:

а) незначительная перестройка в физиологической работе организма
б) существенные изменения в физиологическом развитии +
в) формирование наглядно-действенного мышления

19. Что является предметом изучения психоанализа:
а) сознательное
б) надсознательное
в) бессознательное +

20. Личность человека включает в себя три структурных компонента: ид, эго и суперэго — по теории:
а) Юнга
б) Фрейда +
в) Скиннера

21. Согласно Э. Титченеру, эмоции отличаются от ощущений тем, что к ним нельзя применить критерий:
а) ясности +
б) продолжительности
в) положительной или отрицательной направленности (модальности)

22. В младшем школьном возрасте развитие памяти характеризуется:
а) формированием осмысленного запоминания
б) овладением приемами запоминания +
в) формированием ассоциативной памяти

23. По К.К. Платонову, характер и способности представляют собой:
а) самостоятельные подструктуры
б) подструктуру личности «биопсихические свойства»
в) общие качества личности +

24. В течение длительного периода развития психоанализа Фрейд применял:
а) гуманистическую модель развития личности
б) топографическую модель личностной организации +
в) теорию социального научения

25. Одна из характернейших особенностей нашей духовной жизни, когда, находясь под постоянным наплывом все новых и новых впечатлений, проникающих в область наших чувств, мы замечаем лишь самую ничтожную часть их, — это определение внимания, данное:
а) Титченером
б) Вундтом
в) Джемсом +

26. Кто из отечественных психологов ввел понятие «комплекс оживления»:
а) Выготский
б) Лисина +
в) Ананьев

27. Внимание к объектам, которые связаны с удовлетворением основных потребностей, например, голод или жажда, но привлекающих внимание только при определенных обстоятельствах, называется:

а) невольным +
б) социальным
в) рассеянным

28. Центральное психологическое новообразование юношеского возраста:
а) развитие произвольности
б) предметно-манипулятивная деятельность
в) становление устойчивого самосознания и стабильного образа «Я» +\

29. К волевым характерам относят характеры:
а) активные, деятельные, целеустремленные +
б) аналитичные, оценивающие, рассуждающие
в) действующие под влиянием переживания

30. Сильные раздражители … внимание:
а) не привлекают
б) легко привлекают +
в) рассеивают

Материально-технические условия реализации программы:

1. ноутбук или нетбук;
2. мультимедийный проектор с подключением к ноутбуку для просмотра сайтов и слайдов;
3. экран;
4. магнитно-маркерная доска;
5. маркеры;
6. диски DVD с записью раздаточного материала;
7. ксерокс.

Форма итоговой аттестации:

Оценка качества освоения программы включает итоговую аттестацию слушателей.

Итоговая аттестация слушателей направлена на оценивание окончательных результатов обучения по программе и служит для комплексной оценки приобретенных компетенций при освоении программы.

Форма итоговой аттестации по программе – итоговый экзамен.

К **итоговой аттестации** допускаются слушатели, выполнившие учебный план, предусмотренный программой.

По результатам итоговой аттестации слушателю выставляются оценки по 4-х балльной системе.

– оценка **«отлично»** выставляется слушателю, если он продемонстрировал:

✓ глубокие и твердые знания всего программного материала учебных модулей, глубокое понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых явлений (процессов), твердые знания основных положений смежных модулей;

✓ четкие, лаконичные, логически последовательные, полные, правильные и конкретные ответы на поставленные вопросы;

✓ умение самостоятельно анализировать и прогнозировать, рассматривать явления и процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии, применять теоретические положения к решению практических задач, делать правильные выводы из полученных результатов;

✓ твердые навыки, обеспечивающие решение задач дальнейшей

профессиональной деятельности;

– оценка **«хорошо»** выставляется слушателю, если он продемонстрировал:

✓ достаточно полные и твердые знания всего программного материала, тем, вынесенных на междисциплинарный экзамен, правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов (явлений), достаточно полно освоил знания основных положений смежных дисциплин;

✓ последовательные, правильные, конкретные, без существенных неточностей ответы на поставленные вопросы; свободное устранение замечаний о недостаточно полном освещении отдельных положений при поставке дополнительных вопросов;

✓ умение самостоятельно анализировать изучаемые явления и процессы, применять основные теоретические положения и методологический аппарат к решению практических задач в сфере деятельности;

✓ достаточно твердые навыки и умения, обеспечивающие решение задач предстоящей профессиональной деятельности;

– оценка **«удовлетворительно»** выставляется слушателю, если он продемонстрировал:

✓ знание основного материала учебных дисциплин, выносимых на междисциплинарный экзамен без частных особенностей и основных положений смежных дисциплин;

✓ правильные, без грубых ошибок ответы на поставленные вопросы;

✓ умение применять теоретические знания к решению основных практических задач, ограниченное использование методологического аппарата;

✓ слабые навыки, необходимые для профессиональной деятельности;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется слушателю, если он продемонстрировал:

✓ отсутствие знаний значительной части программного материала;

✓ неправильный ответ хотя бы на один из основных вопросов, существенные и грубые ошибки в ответах на дополнительные вопросы, непонимание сущности излагаемых вопросов;

✓ неумение применять теоретические знания при решении практических задач, отсутствие навыков в использовании методологического аппарата;

✓ отсутствие навыков, необходимых для предстоящей профессиональной деятельности.

Слушателям после прохождения итоговой аттестации выдается удостоверение о повышении квалификации установленного РУДН образца.

Методические рекомендации по реализации учебной программы:

От слушателя требуется освоения материала в очно-заочной форме (согласно учебно-тематическому плану), знакомство с рекомендованной литературой. Практические занятия проводятся в виде практической подготовки. При аттестации обучающегося оценивается способность к самостоятельному изучению учебного материала, результаты итогового контроля.

Рекомендуемая литература и электронные ресурсы:

Список литературы

1. Азарнова, А. Н. Быть живым: Работа с переживанием в психологическом консультировании и психотерапии / А. Н. Азарнова. — Изд. 2-е, стереотип. — Москва : Издательство URSS, 2025. — 248 с

2. Ананьев В. А. Психология здоровья: пути становления новой отрасли чело векознания // Психология здоровья / Под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2000.
3. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник для высших учебных заведений / Г.М. Андреева. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : Аспект Пресс, 2003. – 364 с.
4. Асмолов А. Г. Психология личности : культурно-историческое понимание развития человека / Александр Асмо лов. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Смысл : Издательский центр «Академия», 2007. — 528 с.
5. Асмолов А. Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. — М.: Смысл, 2001. — 416 с
6. Асмолов А.Г. От безличной психологии познания – к психологии изменяющейся личности в изменяющемся мире (MobileinMobiles) / А.Г. Асмолов. URL:asmolovpsy.ru/ru/motives114;
7. Ахутина Т. В, Галактионова О. В., Хотылева Т. Ю., Профилактика и преодоление трудностей в обучении на раннем этапе // Интермедиатор, 2012, с. – 110.
8. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии: нейропсихологический подход // Вопросы психологии. 2002. № 4 — ISSN 0042-8841.
9. Ахутина Т. В., Н. М. Пылаева Преодоление трудностей учения. СпБ.:Питер, 2008. С. – 320
10. Бардышевская М. К., Лебединский В. В. Диагностика эмоциональных нарушений у детей. Учебное пособие. М.: УМК «Психология», 2003. 320 с.
11. Бек А., Фримен А. Когнитивная психотерапия расстройств личности / Под ред. А. Бека, А. Фримена. – СПб.: Питер, 2002. – 544 с. – (Серия «Практикум по психотерапии»)
12. Бек Дж. Когнитивная терапия: полное руководство: Пер. с англ. - М.: ООО "И.Д. Вильямс", 2006. - 400 с.: ил. - Парал. тит. англ.
13. Белбин Р.М., Команды менеджеров. Секреты успеха и причины неудач. Изд. Гиппо, 2003.
14. Березин Ф.Б., Мирошников М.П., Соколова Е.Д. Методика многостороннего исследования личности. Москва, « Фолиум».1994 г
15. Братусь Б. С. Аномалии личности.— М.: Мысль, 1988.— 301 с.
16. Бройтигам В., Кристиан П., Рад М.Психосоматическая медицина: Кратк. учебн. / Пер с нем. Г.А. Обухова, А.В. Бруенка; Предисл. В.Г. Остроглазова. – М.: ГЭОТАР МЕДИЦИНА, 1999. - 376 с.
17. Васильев И.А. Контроль за действием, как составляющая личностного потенциала / И.А. Васильев, О.В. Митина, С.А. Шапкин / Личностный потенциал: структура и диагностика. / Под ред. Д.А. Леонтьева. - М.: Смысл, 2011. – 680 с., С. 330 – 359;
18. Вилюнас В.К. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. - . —— М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
19. Выготский, Л. С. Психология развития. Избранные работы / Л. С. Выготский. —М. : Издательство Юрайт, 2020. —302 с.
20. Выготский, Л.С. Мышление и речь / Л.С. Выготский. – Москва : Директ-Медиа, 2014. – 570 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240335 (дата обращения: 14.03.2021).
21. Гиппенрейтер Ю. Б. Психология мотивации и эмоций// Под редакцией: Гиппенрейтер Ю.Б., Фаликман М. В. Издательство: «АСТ», 2009 г.
22. Гладуэлл М., Гении и аутсайдеры. Изд. Манн, Иванов и Фербер, 2012.

23. Глэддинг С Психологическое консультирование.4-е изд. – СПб.: Питер, 2002. – 736с: ил. – (Серия «Мастера психологии»)
24. Горбуля, Е. В. Психология семьи: семейные кризисы : учебное пособие для вузов / Е. В. Горбуля. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 280 с.
25. Гордеева Т.О. Самоэффективность как составляющая личностного потенциала / Т.О, Гордеева / Личностный потенциал: структура и диагностика. / Под ред. Д.А. Леонтьева. - М.: Смысл, 2011. – 680 с., С. 241 – 266;
26. Гордеева Т.О., Осин Е.Н., Сучков Д.Д., Иванова Т.Ю., Сычев О.А., Бобров В.В. Самоконтроль как ресурс личности: диа- гностика и связи с успешностью, настойчивостью и благополучием // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12. No 2. С. 46—58. doi:10.17759/chp.2016120205
27. Гринбергер Д., Падески К. Разум рулит настроением. Измени свои мысли, привычки, здоровье, жизнь. — СПб.: Питер, 2020. — 320 с.: ил. — (Серия «Сам себе психолог»).
28. Гулевич, О. А. Социальная психология [Электронный ресурс] : учебник и практикум для академического бакалавриата / О. А. Гуле-вич, И. Р. Сариева. -3-е изд., испр. и доп. -М. : Издательство Юрайт, 2020. -424 с.
29. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология. СПб.: Издательство «Речь», 2001. – 352 с.
30. Гусев А. Н. Ощущение и восприятие // Общая психология в 7 томах. Под ред. Б.С. Братуся / Т. 2. М., 2007. 416с.
31. Дайл Д., Канджеми Дж., Ковальски К. Трансформирующее действительность лидерство // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2004, т. 1, с. 96-109
32. Джон Уитмор, Коучинг высокой эффективности – МАК, Москва, 2005
33. Друкер П.Ф., Эффективный руководитель. Изд. Манн, Иванов и Фербер, 2012.
34. Загайнов Р.М. Психология современного спорта высших достижений: Записки практического психолога спорта [Текст] / Р.М. Загайнов. – М.: Советский спорт, 2012. – 292 с.;
35. Зейгарник Б. Ф. Патопсихология // Издание 2-е, переработанное и дополненное М.: Издательство Московского университета, 1986. – 287 с.
36. Зейгарник Б.В., Братусь Б.С. Очерки по психологии аномального развития личности / Б.В. Зейгарник, Б.С. Братусь. – М. : Изд-во МГУ, 1980. – 157 с.
37. Изард К. Психология эмоций // Спб.: Питер, 2007 (Серия «Мастера психологии»).
38. Ильин, Е.П. Психология спорта. – СПб.: Питер, 2010.- 352с.
39. Карабанова О. А. Возрастная психология : конспект лекций : учеб. пособие для вузов / О. А. Карабанова. - М. : Айрис Пресс, 2005 (ОАО Можайский полигр. комб.). - 239 с. : табл.; 24 см. - (Высшее образование).
40. Кашапов, М. М. Психологическое консультирование: учебник и практикум для вузов / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 157 с. — (Высшее образование).
41. Келлерман Б. Идущие за лидером. — М.: Аквамариновая книга, 2009
42. Кеннеди Г. Переговоры. Полный курс. М.: «Альпина Паблишер», 2015. 390 с.
43. Кеннеди Гэвин Договориться можно обо всем! Как добиваться максимума в любых переговорах. Пер.с англ. М.: Альпина Паблишер, 2014. 408 с. 2. Кови С.Р. Семь навыков высокоэффективных людей. Мощные инструменты развития личности . М.: Альпина Паблишер, 2015. 398 с. 3. Кэмп Дж. Нет. Лучшая стратегия ведения переговоров. М.:

«Добрая книга», 2016. 296 с. 4. Левицкий Р., Сондерс Д., Барри Б., Минтон Дж. Самое главное о переговорах.- М.: ФОРУМ, 2006.- 320 с.
44. Книга Е. П. Ильина «Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень», Питер., 2011, 380 стр.)
45. Колпакова М. Преодоление тревоги. Как рождается мир в душе. М.: Изд-во Никея, 2015. – с. 160.
46. Кричевский Р.Л., Рыжак М.М. Психология руководства и лидерства в спортивном коллективе. М.: Изд-во МГУ, 1985
47. Кукк В. Трудоголизм: труд – наркотик и тирания долга
48. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погольша М.В., Межличностное общение, 2001
49. Лебединский В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2003. — 144 с.
50. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции / Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. —— М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. - С. 162-172
51. Леонтьев Д.А. Личностный потенциал: структура и диагностика – М.: Смысл, 2011. – 680 с.;
52. Леонтьева Д.А. Три мишени: личностный потенциал – зачем, что и как? /Образовательная политика/ №3 (79) 2019
53. Лихи Р. Свобода от тревоги. Справься с тревогой, пока она не расправилась с тобой / Роберт Лихи: Питер; Санкт-Петербург; 2017
54. Лихи Р. Техники когнитивной психотерапии / Р. Лихи — «Питер», 2017 — (Сам себе психолог (Питер))
55. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела/Пер, с англ. С.Коледа — М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2000 — 256 с.
56. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Пер. с англ. — М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. — 480 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 49).
57. МакМаллин Р. Практикум по когнитивной терапии: Пер. с англ. — СПб.: Речь, 2001. — 560 с
58. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Питер, 2011. – 352 с.
59. Мэй Р. Смысл тревоги / Перев. с англ. М.И. Завалова и А.И. Сибуриной. М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. — 384 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 89).
60. Найдиффер, Роберт М. Психология соревнующегося спортсмена [Текст] : [Пер. с англ.] / [Предисл. А.В. Родионова]. - Москва : Физкультура и спорт, 1979. - 224 с.
61. Немов Р. С. Психологическое консультирование: учебник для вузов / Р. С. Немов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 440 с. — (Высшее образование).
62. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 2. Внимание и память : учебник и практикум для академического бакалавриата / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 261 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-02393-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/434318 (дата обращения: 14.03.2021).
63. Немов, Р. С. Психологическое консультирование : учебник для вузов / Р. С. Немов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 440 с.

64. Никифоров Г. С. Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г С. Никифорова. — СПб.. Питер, 2006. — 607 с: ил. — (Серия «Учебник для вузов»).
65. Пантилеев С. Р., Столин В. В. Методика исследования самоотношения // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. — 2003. — № 1. — С. 77–81
66. Пантилеев С.Р. Методы измерения локуса контроля. / Общая психодиагностика. / под ред. Бодалева А.А., Столина В.В. Москва, 1983 г.
67. Пере М., Бауманн У. Клиническая психология и психотерапия // Питер, 2-е издание, 2006, с. - 1312
68. Прохорова, О. Г. Психология семьи. Психологическое здоровье : учебное пособие для вузов / О. Г. Прохорова, В. С. Торохтий. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 152 с.
69. Психиатрия. Национальное руководство / под. Ред. Т. Б. Дмитриевой, В. Н. Краснова, Н. Г. Незнанова, В. Я. Семке, А. С. Тиганова. – М.: ГЭОТАР- Медиа, 2009 – 1000 с.
70. Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. / А.Ц. Пуни . – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 239 с.;
71. Рамендик, Д. М. Практикум по психодиагностике : учебное пособие для вузов / Д. М. Рамендик, М. Г. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 139 с.
72. Ромек В.Г. Поведенческая психотерапия: Учеб. пособие для студ. Высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 192 с.
73. Рубинштейн С. Л. Эмоции // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. —— М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984
74. Рубинштейн С. Я Экспериментальные методики патопсихологии. — М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. — 448 с. (Серия «Мир психологии»).
75. Рубинштейн, С. Л.Основы общей психологии – Издательство: Питер, 2002 г., 720 стр.
76. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. Москва, 1998 г.
77. Соколова Е.Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.Т.Соколова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 368 с.
78. Соколова, Е. Т. Психотерапия : учебник и практикум для вузов / Е. Т. Соколова. — 5-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 359 с.
79. Стефаненко Т. Г. Этнопсихология. – М.: Институт психологии РАН, «Академический проект», 1999. – 320 с.
80. Токарь, О.В. Психология развития и возрастная психология в схемах, таблицах, комментариях: учеб. пособие —Электрон. дан. —Москва : ФЛИНТА, 2014. —64 с.
81. Тунис М. Психология футбола. / М. Тунис. – М.: Профиздат, 2012, - 120 с.;
82. Тхостов А.Ш., Рассказова Е.И., Руководство по психологии здоровья. – Москва: Изд-во Московского ун-та, 2019 с. - 840.
83. Фомина А.Н. Жизнестойкость личности /А.Н. Фомина. – МПГУ, изд. Прометей, 2012.
84. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева; вст. ст. Д. А. Леонтьева. — М.: Прогресс, 1990. — 368с: ил. — (Б-ка зарубежной психологии).
85. Фромм Э. Искусство любить. // Изд-во АСТ., 2015, с. – 215.
86. Фромм Э. Человеческая ситуация / Эрих Фромм. Пер. с англ. под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 1994, - 238 с.;

87. Холмогорова А. Б. Клиническая психология : в 4 т. : учебник для студ. К493 высш. учеб. заведений / под ред. А.Б.Холмогоровой. Т. 1. Общая патопсихология / А.Б.Холмогорова. — М. : Издательский центр «Академия», 2010. — 464 с.
88. Хъелл Л. Теория личности / Л. Хъелл, Д. Зиглер . – СПб : Издательство «Питер», 2000. – 608 с.
89. Черникова О.А. Психологические особенности спортивных эмоций // Спортивный психолог, 2008 № 3 (15). - С. 77 – 84;
90. Шмелев а. Г. Практическая тестология. Тестирование в образовании, прикладной психологии и управлении персоналом. М.: ООО «ИПЦ „маска“», 2013 — 688 с.
91. Якимова, Т. В. Психология семьи : учебник и практикум для вузов / Т. В. Якимова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 345 с.
92. Allen M. S., Greenlees I., Jones M. V. (2013). Personality in sport: a comprehensive review.Int. Rev. Sport Exerc. Psychol. 6 184–208.
93. Bandura A. Self - efficacy mechanism in human agency/A. Bandura//American Psychologist. - 1982. - Vol. 37. - P. 122-147.
94. Селигман М. В поисках счастья. Как получать удовольствие от жизни каждый день: пер. с англ./ М. Селигман – 2-е изд. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2011. – 320 с.;
95. Clark D., Beck A. 1954-Cognitive therapy of anxiety disorders: science and practice / David A. Clark and Aaron T. Beck. p. 641
96. Maddi S. Dispositional Hardiness in Health and Effectiveness//Encyclopedia jf Mental Hhealth/ Friedman H/S/ (Ed). San Diego (CA):Akademic Press, 1998b, P. 323 – 335.
97. Ogden J. Health Psychology: A Textbook (5th ed.). Maidenhead, UK: Open University Press, 2012. P. 489
98. Spence J. T., Robbins A. S. Workaholism: Definition, measurement, and preliminary results // Journal of Personality Assessment, 1992, v. 58, p. 160–178.
99. Taylor S. E. Health Psychology / University of Califirnia, Los Angeles. Tenth edition. / New York, NY : McGraw-Hill Education. 2018. P. – 444.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
(программы повышения квалификации)
«Методы психологического консультирования и психотерапии: практический курс»

Название модуля и темы	**Всего часов**	**Лекции (онлайн)**	**Практич. раб.**	**Самост. Раб.**	**Форма контроля**
1. Психологическое консультирование как профессиональная деятельность	16	8	-	8	-
2. Консультативный процесс	22	14	-	8	-
3. Коммуникация в психологическом консультировании	32	16	10	6	-
4. Психологическое консультирование в рамках психодинамического подхода.	72	36	8	28	-
5. Психологическое консультирование в рамках когнитивно-поведенческого подхода.	60	24	12	24	-
6. Психологическое консультирование в рамках гуманистически-экзистенциального подхода парадигма	48	20	8	20	-
7. Специализированные направления в психологическом консультировании	72	28	8	36	-
8. Профессиональное самоопределение психолога-консультанта.	8	4	-	4	-
Итоговая аттестация	**6**	**-**	**-**	**-**	**экзамен**
ИТОГО	**336**	**150**	**46**	**134**	**6**

Руководитель программы: **Черменская М.А.**

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
(программы повышения квалификации)
«Методы психологического консультирования и психотерапии: практический курс»

Название модуля и темы	Всего часов	Лекции (онлайн)	Практич. раб.	Самост. Раб.	Форма контроля
1. Психологическое консультирование как профессиональная деятельность	**16**	**8**	**-**	**8**	**-**
1.1. Консультирование в системе психологической помощи. Этика и профессиональные границы психолога-консультанта.	4	2	-	2	-
1.2. Методологические и философские основания психологического консультирования	4	2	-	2	-
1.3. Границы психологического консультирования и смежных видов психологической помощи: психотерапии, психокоррекции и коучинга	4	2	-	2	-
1.4. Классификация методов психологического консультирования и психотерапии. Психодинамическая, когнитивно-поведенческая и экзистенциально-гуманистическая логика.	4	2	-	2	-
2. Консультативный процесс	**22**	**14**	**-**	**8**	**-**
2.1. Структура консультативной работы. Этапы психологического консультирования.	6	4	-	2	-
2.2. Формирование рабочего альянса в психологическом консультировании	6	4	-	2	-
2.3. Сеттинг психологического консультирования: контракт, границы и организационные условия работы	6	4	-	2	-
2.4. Первичной оценки рисков и маршрутизация клиента	4	2	-	2	-
3. Коммуникация в психологическом консультировании	**32**	**16**	**10**	**6**	**-**
3.1. Метод беседы. Активное слушание.	6	4	-	2	-
3.2. Социальный интеллект в психологическом консультировании. Рефлексия и эмпатия психолога-консультанта.	6	4	-	2	-
3.3. Интерпретация в психологическом консультировании	6	4	-	2	-
3.4. Семинар-практикум. Метод беседы. Применение коммуникационных навыков в работе с клиентом.	14	4	10	-	-

4. Психологическое консультирование в рамках психодинамического подхода.	**72**	**36**	**8**	**28**	-
4.1. Психоаналитическое понимание психики, бессознательного и внутреннего конфликта.	4	2	-	2	-
4.2. Процесс психологического консультирования в психодинамическом подходе. Консультативные отношения, сеттинг и границы.	4	2	-	2	-
4.3. Уровни организации личности. Диагностика уровня организации личности методом структурного интервью О. Кернберга.	8	4	-	4	-
4.4. Типы личности. Психоаналитическая психодиагностика Н. Мак-Вильямс. Психологическое консультирование различных типов клиентов.	12	4	4	4	-
4.5. Психологические защиты и сопротивление: распознавание проявлений и работа в консультативном процессе	12	4	4	4	-
4.6. Особенности краткосрочного психодинамического консультирования.	8	4	-	4	-
4.7. Методы работы: свободные ассоциации, анализ сновидений, анализ переноса в рамках психологического консультирования.	16	8	-	8	-
4.8.Семинар-практикум. Психологическое консультирование в психодинамическом подходе.	8	8	-	-	-
5. Психологическое консультирование в рамках когнитивно-поведенческого подхода.	**60**	**24**	**12**	**24**	-
5.1. Основы когнитивно-поведенческого подхода в психологии.	4	2	-	2	-
5.2. Процесс психологического консультирования в когнитивно-поведенческом подходе.	4	2	-	2	--
5.3. Связь ситуаций, мыслей, эмоций, телесных реакций и поведения. Работа с протоколом СМЭР («ситуация — мысли — эмоции — реакции»).	16	4	4	4	
5.4. Автоматические мысли, когнитивные искажения, промежуточные и глубинные убеждения.	8	4	-	4	-
5.5. Структура когнитивно-поведенческой консультации.	8	-	8		-
5.5. Краткосрочная стратегическая терапия (КСТ): возможности и ограничения применения в психологическом консультировании.	8	4	-	4	-
5.6.Семинар-практикум. Психологическое консультирование в когнитивно-поведенческом подходе.	16	8	-	8	-
6. Психологическое консультирование в рамках гуманистически-экзистенциального подхода парадигма	**48**	**20**	**8**	**20**	-

6.1. Гуманистически-экзистенциальные направления: экзистенциальный анализ, логотерапия, клиент-центрированная психотерапия	20	10	-	10	-
6.2. Работа с ценностями клиента. Поиск смысла.	4	2	-	2	-
6.3.Семинар-практикум. Психологическое консультирование в гуманистически-экзистенциальном подходе.	24	8	8	8	-
7. Специализированные направления в психологическом консультировании	**72**	**28**	**8**	**36**	-
7.1. Эмотивное направление в психологическом консультировании. Гештальт-терапия. Психодрама. Эмоционально-образная терапия.	20	10	-	10	-
7.2. Системная семейная психотерапия.	6	2	-	4	-
7.3. Арт-терапия.	6	2	-	4	-
7.4. Гипноз и гипнотерапия.	6	2	-	4	-
7.5. Телесно-ориентированная психотерапия.	6	2	-	4	-
7.6. Риски бессистемного сочетания методов.	4	2	-	2	-
7.7.Семинар-практикум. Применение техник психологического консультирования в работе с клиентом.	24	8	8	8	-
8. Профессиональное самоопределение психолога-консультанта.	**8**	**4**	-	**4**	-
8.1. Карьерные возможности психолога-консультанта.	4	2	-	2	-
8.2. Супервизии, интервизии и личная психотерапия в работе психолога-консультанта	4	2	-	2	-
Итоговая аттестация	**6**	-	-	-	**экзамен**
ИТОГО	**336**	**150**	**46**	**134**	**6**

Руководитель программы: **Черменская М.А.**

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
(программы повышения квалификации)
«Методы психологического консультирования и психотерапии: практический курс»

Объем программы: 336 академических часа
Форма обучения: очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ)
Срок обучения: занятия проводятся по мере комплектования групп.

№ п/п	Наименование разделов, модулей, семестров, курсов	Всего, ак.ч.	в том числе по календарным периодам, ак.ч.			
			1 месяц	2 месяц	3 месяц	4 месяц
1.	Психологическое консультирование как профессиональная деятельность	16	16			
2.	Консультативный процесс	22	22			
3.	Коммуникация в психологическом консультировании	32	32			
4.	Психологическое консультирование в рамках психодинамического подхода.	72		72		
5.	Психологическое консультирование в рамках когнитивно-поведенческого подхода.	60		60		
6.	Психологическое консультирование в рамках гуманистически-экзистенциального подхода парадигма	48			48	
7.	Специализированные направления в психологическом консультировании	72			72	
8.	Профессиональное самоопределение психолога-консультанта.	8				8
Итоговая аттестация (форма итоговой аттестации)		6				6
Итого часов		336	70	132	120	14

Руководитель программы: **Черменская М.А.**