

2.1. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование модулей (разделов) и тем	Всего информационных блоков внутри раздела	Виды учебных занятий (учебных работ)			Форма контроля (ТК-текущий контроль, ПК -промежуточный контроль)
			Видео-лекции, видеоматериалы, размещенные онлайн через сервис GetCourse и YouTube, количество часов/ минут	Самостоятельная работа (количество часов/ минут)	Практические занятия (выполнение заданий), (количество часов/ минут)	
1	Раздел 1. ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА					
	- ссылки на электронные информационные ресурсы (электронно-библиотечные ресурсы и системы; информационно-справочные системы);		Национальная электронная библиотека (НЭБ) https://rusneb.ru/			
	- учебно- методические материалы, размещенные в формате ворд / PDF;		Раздел 2. ВВЕДЕНИЕ Памятка. Установочная zoom-сессия.pdf Раздел 3. Основные методы психологии и психотерапии, используемые в программе Методический материал к Разделу.pdf Раздел 4. Психология личности Рабочая тетрадь программы.pdf Памятка по выполнению практик курса.pdf Памятка. Эго-состояния Памятка. Эго-состояния. Внутренняя коммуникация.pdf Памятка. Эго-состояния. Внешняя коммуникация.pdf Памятка. Внутренняя опора.pdf Методический материал к Разделу.pdf Чек-лист проведения практикума к Разделу.pdf Раздел 5. Психология коммуникации Памятка. Треугольник Карпмана.pdf Памятка. Выход из треугольника Карпмана.pdf Памятка. Личные границы.pdf Памятка. Защита личных границ.pdf Методический материал к Разделу.pdf Чек-лист проведения практикума к Разделу.pdf Раздел 6. Телесно-ориентированный подход в психотерапии Памятка. Базовые эмоции и чувства.pdf Памятка. Связь эмоций и тела.pdf Памятка. Телесные блоки.pdf Методический материал к Разделу.pdf Чек-лист проведения практикума к Разделу.pdf Раздел 7. Психология отношений Памятка. Детско-родительские отношения.pdf Памятка. Сепарация от родителей.pdf Памятка. Созависимость и контрзависимость в отношениях.pdf Памятка. Секрет счастливых отношений.pdf Памятка. Часы Бартона - запуск нового цикла.pdf Методический материал к Разделу.pdf Чек-лист и календарь планирования практик.pdf			

		Чек-лист проведения практикума к разделу.pdf Раздел 8. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ Особенности проведения и этика психологического консультирования.pdf Шаблон отчета к итоговой аттестации.rptx 1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; 2. Основная литература: 1. Транзактный анализ 1. Берн Э. Люди, которые играют в игры. 2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. 3. Эрик Берн. За пределами игр и сценариев. Эксмо. 2018 - 500 с. 4. Эрик Берн. Введение в психотерапию для непосвященных. Бомбора. 2021 - 490 с. 5. Малкина-Пых И.Г. Техники транзактного анализа и психосинтеза 6. Карпман С. Жизнь, свободная от игр 2. Гештальт-терапия 1. Федер Б., «Групповая гештальт-терапия. Практическое руководство» 2. Перлз Ф., «Теория гештальт-терапии. Возбуждение и рост человеческой личности» 3. Перлз Ф., «Практика гештальт-терапии». В соавт. с Полом Гудменом и Ральфом Хефферлином» 4. Перлз Ф., «Гештальт-терапия в дословном изложении» 5. Перлз Ф., «Эго, голод и агрессия» 6. И.Г. Малкина-Пых «Техники гештальта и когнитивной терапии»: Эксмо; Москва; 2004 3. Системная семейная психотерапия 1. Сальвадор Минухин, Чарльз Фишман, «Техники семейной терапии» 2. В. Сатир «Психотерапия семьи» 3. Малкина-Пых И.Г. «Семейная терапия» 4. Хеллингер Б., «Порядки любви. Разрешение семейно-системных конфликтов и противоречий» 5. Хеллингер Б., «Счастье, которое остается. Куда нас ведут семейные расстановки» 6. Хеллингер Б., «Источнику не нужно спрашивать пути» 7. Хеллингер Б., «Порядки любви. Как жизнь и любовь удаются вместе» 8. Хеллингер Б., «Порядки помощи» 9. Вебер Г., «Кризисы любви. Системная психотерапия Берта Хеллингера» 10. Франке У., «Когда я закрываю глаза, я вижу тебя» 4. Телесно-ориентированная психотерапия 1. Александер Ф. Психосоматическая медицина. М.: Эксмо, 2002. 2. Александер Ф., Селесник Ш. Психосоматический подход в медицине / Психосоматика: Взаимосвязь психики и здоровья. Сост. К. В. Сельченко. Минск: Харвест, 1999. 3. Лоуэн А. Биоэнергетика. Терапия, которая работает с телом. СПб.: Речь, 2000. 4. Лоуэн А. Предательство тела. Екатеринбург: Деловая книга, 1999. 5. Лоуэн А. Психология тела. Телесно-ориентированный биоэнергетический психоанализ. М.: Независимая ассоциация психологов-практиков, 1997. 6. Лоуэн А. Секс, любовь и сердце. М.: Ин-т общегуманитарных исследований, 2000. 7. Лоуэн А. Физическая динамика структуры характера. М.: Издательская фирма «Компания ПАНИ», 1996. 8. Лоуэн А. Язык тела. СПб. – Ростов-на-Дону: Академический проект – Феникс, 1998. 9. Лоуэн А. Биоэнергетика. Терапия, которая работает с телом. - СПб.: Речь, 2000. 10. Лоуэн А. Секс, любовь и сердце. — М.: ИОИ, 1997. 11. Лоуэн А. Любовь и оргазм. — М.: ИОИ, 1997. 12. Лоуэн А. Депрессия и тело. — М.: Эксмо-Пресс, 2002. 13. Лоуэн А., Лоуэн Л. Сборник биоэнергетических опытов. - М.: Аст, 2003. 14. Мак-Нили Д. Прикосновение: глубинный анализ и телесная терапия. — М.: Институт гуманитарных исследований, 1999. - 15. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика: Справочник практического психолога. М.: Эксмо, 2004. 16. Минделл А., Минделл Э. Вскать задом наперед: Процессуальная работа в теории и практике. М.: Независимая фирма «Класс», Изд-во Трансперсонального института, 1999. 17. Райх В. Функция оргазма. СПб. – М.: Университетская книга. АСТ, 1997. 18. Райх В. Характероанализ. М.: Изд-во «Республика», 1999. 5. Когнитивно-поведенческая терапия 1. Холмогорова А.Б., «Философско-методологические аспекты когнитивной психотерапии». 2. Холмогорова А.Б., «Работа с убеждениями: основные принципы (по А. Беку)». 3. Радюк О.М., «Когнитивно-поведенческий подход в консультировании и психотерапии: материалы». 4. Бек Дж.С., «Когнитивная терапия: полное руководство». 5. Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г., «Когнитивная терапия депрессии». 6. Особенности проведения и этика психологического консультирования 1. Немов Р. С. Психологическое консультирование: учебник для вузов/ Р. С. Немов - 2 - е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 440 с. - (Высшее образование). - Текст: непосредственный.
--	--	---

			2. Секач М.Ф. Психология здоровья: Учеб. пособие для высшей школы. М.: Академический проект, 2003.			
	- учебно-методические материалы, которые будут полезны для дополнительного нахождения и изучения по усмотрению ученика курса.		1. Транзактный анализ 1. Штайнер К. Сценарии жизни людей. Школа Эрика Берна // СПб.: Питер 2003. 2. Гулдинг Р, Гулдинг М. [Goulding R., Goulding M.] Психотерапия нового решения. Теория и практика [электронный формат] // пер. с англ. М.: Класс, 1997. 3. Современный транзактный анализ. Иан Стюарт, Вэнн Джон. СПб. Метанойя. 2021 - 440 с. 4. Транзактный анализ. Елена Станковская Издательство Rosebud Publishing. 2020 - 176 с. 5. Макаров В.В., Макарова Г.А. Транзактный анализ — восточная версия [электронный формат] // М.: Академический проект, ОППЛ 2002. 2. Гештальт-терапия 1. Лебедева Н., Иванова И., «Путешествие в гештальт» 2. Джойс Ф., Силлс Ш., «Гештальт-терапия шаг за шагом» 3. Гингер С., «Гештальт: искусство контакта» 4. Гингер С., Гингер А., «Гештальт-терапия контакта» 5. Бьюдженталь Дж., «Искусство психотерапевта» 6. Третьяк Л. Л., Федоров А. П., «Искусство психотерапевта» 3. Системная семейная психотерапия 1. Хеллингер Б., «Большой конфликт» 2. Хеллингер Б., «И в середине тебе станет легко» 3. Свагито Р. Либермайстер, «Корни любви. Семейные расстановки - от зависимости к свободе. Практическое руководство» 4. Вебер Г., «Практика семейной расстановки» 4. Телесно-ориентированная психотерапия 1. Баскаков В. Танатотерапия – искусство жизни и смерти // Свободное тело. Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике. / Сост. В. Ю. Баскаков, М.: Ин-т общегуманитарных исследований, 2001. 2. Баскаков В. Телесно-ориентированная психотерапия и раффиа – техника: обобщение и сравнительный анализ существующих подходов / Телесность человека: междисциплинарные исследования. М.: Философское общество СССР, 1993. 3. Телесно-ориентированная психотерапия. Хрестоматия. Сергеева Л. С. (авт. – сост.), СПб. РОФ «Практическая психотерапия», 2000. 4. Ермошин А. Ф. Вещи в теле: Психотерапевтический метод работы с ощущениями. М.: Независимая фирма «Класс», 1999. 5. Фельденкрайз М. Осознание через движение. М. – СПб.: Университетская книга, 2000. 6. Фельденкрайз М. Понимание при делании / Под ред. Баскакова В. Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике. – М.: Смысл, 1997. 7. Леоненко Е., Тимошенко Г. Знакомство с собой: О чем говорит ваше тело. — М.: Форум — Инфра-М, 2006. 8. Леоненко Е., Тимошенко Г. Знакомство с собой: Как чувствуете себя ваше тело. — М.: Форум — Инфра-М, 2006. 9. Леоненко Е., Тимошенко Г. Знакомство с собой: Как общается ваше тело. — М.: Форум — Инфра-М, 2006. 10. Минченков А. В. Искусство работы с телом. Целительные силы № 19, 20. 1997; 11. Михайлова А. Судьба свободного танца // Первое сентября, 2000, № 33. 12. Сандомирский М.Е. С 49 Психосоматика и телесная психотерапия: Практическое руководство - М: Независимая фирма «Класс», 2005. 5. Когнитивно-поведенческая терапия 1. Камалетдинова З.Ф., «Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход». 2. Старикова У.П., «Иррациональные установки как фактор эмоциональных нарушений у женщин». 6. Особенности проведения и этика психологического консультирования 1. Шнейдер Л. Б. Пособие по психологическому консультированию. Учебное пособие для высших учебных заведений. Серия «Серебряная сова» - Москва : Издательство Ижица, 20027 - 224 с. 2. Этика в психологическом консультировании. ред. Ключевой, учебник 2022. Москва, Юрайт			
	Итого по разделу, мин			1440		24 часа
2	Раздел 2. ВВЕДЕНИЕ	4				ТК
2.1.	Правила курса			10		
2.2.	Кураторы курса			10		

2.3.	Терапевтическая программа для психологов»		В Уроке 2.3. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 29 минут 42 секунды Итого, общая длительность видео-уроков ориентировано 29 минут 42 секунды			
2.4.	Zoom-сессия				120	
	Итого по разделу, мин		30	20	120	2 часа 50 минут
3	Раздел 3. Основные методы психологии и психотерапии, используемые в программе	8				ПК
3.1.	Приветственный вебинар		В Уроке 3.1. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 60 минут 00 секунд			
3.2.	Транзактный анализ		В Уроке 3.2. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 70 минут 44 секунды	10		
3.3.	Гештальт-терапия		В Уроке 3.3. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 43 минут 30 секунды	10		
3.4.	Системная семейная психотерапия		В Уроке 3.4. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 87 минут 38 секунд	10		
3.5.	Телесно-ориентированная психотерапия		В Уроке 3.5. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 44 минут 03 секунды	15		
3.6.	Когнитивно-поведенческая терапия		В Уроке 3.6. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 66 минут 35 секунд	10		
3.7.	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ				60	
3.8.	РЕФЛЕКСИЯ				60	
	Итого по разделу, мин		375	55	120	9 часов 10 минут
4	Раздел 4. Психология личности	9				ПК
4.1.	Формирование запроса. Разбор авторской методики		В Уроке 4.1. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 38 минут 38 секунд 2. 22 минуты 35 секунд		110	
4.2.	Самодиагностика эмоционального состояния. Разбор авторской практики «Свидание с собой»		В Уроке 4.2. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 20 минут 57 секунд 2. 26 минуты 31 секунд		110	

4.3.	Эго-состояния в психологии		В Уроке 4.3. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 13 минут 21 секунд 2. 56 минуты 21 секунд		40	
4.4.	Работа с эго-состояниями. Разбор методики: внешняя и внутренняя коммуникация		В Уроке 4.4. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 31 минут 45 секунд 2. 59 минуты 42 секунд		200	
4.5.	Основы психологической устойчивости. Разбор авторской методики «Внутренняя опора»		В Уроке 4.5. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 20 минут 51 секунд 2. 57 минуты 05 секунд		80	
4.6.	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ				100	
4.7.	Zoom-сессия				120	
4.8.	Практикум				180	
4.9.	РЕФЛЕКСИЯ				60	
	Итого по разделу, мин		349	0	1000	22 часа 29 минут
5	Раздел 5. Психология коммуникации	8				ПК
5.1.	Драматический треугольник С. Карпмана. Диагностика ролей		В Уроке 5.1. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 21 минут 54 секунд 2. 48 минуты 11 секунд		40	
5.2.	Техники по выходу из треугольника Карпмана		В Уроке 5.2. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 12 минут 41 секунд 2. 62 минуты 52 секунд		110	
5.3.	Диагностика личных границ. Их структура и формирование		В Уроке 5.3. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 8 минут 57 секунд 2. 55 минуты 58 секунд		110	
5.4.	Защита личных границ. Авторская техника «Двери Бартона»		В Уроке 5.4. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 16 минут 60 секунд 2. 54 минуты 41 секунд		110	
5.5.	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ				110	
5.6.	Zoom-сессия				120	
5.7.	Практикум				180	
5.8.	РЕФЛЕКСИЯ				60	

	Итого по разделу, мин		282	0	840	18 часов 42 минуты
6	Раздел 6. Телесно-ориентированный подход в психотерапии	8				ПК
6.1.	Базовые эмоции и чувства		В Уроке 6.1. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 16 минут 13 секунд 2. 26 минуты 33 секунд		50	
6.2.	Связь эмоций и тела		В Уроке 6.2. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 7 минут 49 секунд 2. 38 минуты 31 секунд		110	
6.3.	Телесные блоки		В Уроке 6.3. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 8 минут 26 секунд 2. 62 минуты 24 секунд		80	
6.4.	Практики по разрушению телесных блоков		В Уроке 6.4. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 12 минут 29 секунд 2. 35 минуты 14 секунд		100	
6.5.	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ				110	
6.6.	Zoom-сессия				120	
6.7.	Практикум				180	
6.8.	РЕФЛЕКСИЯ				60	
	Итого по разделу, мин		208	0	810	16 часов 58 минут
7	Раздел 7. Психология отношений	9				ПК
7.1.	Детско-родительские отношения. Диагностика		В Уроке 7.1. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 20 минут 39 секунд 2. 42 минуты 18 секунд		140	
7.2.	Сепарация от родителей		В Уроке 7.2. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 26 минут 20 секунд 2. 38 минуты 45 секунд		140	
7.3.	Созависимость и контрзависимость в отношениях. Модели эффективных и неэффективных отношений, их диагностика.		В Уроке 7.3. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 8 минут 31 секунд 2. 37 минуты 34 секунд		50	
7.4.	Секрет счастливых отношений. Этапы и техники выхода из неэффективных отношений		В Уроке 7.4. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 20 минут 60 секунд		140	

			2. 45 минуты 56 секунд			
7.5.	Путь успешной женщины		В Уроке 7.5. 2 видеоматериала длительностью ориентировочно: 1. 9 минут 49 секунд 2. 17 минуты 59 секунд		80	
7.6.	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ				110	
7.7.	Zoom-сессия				120	
7.8.	Практикум				180	
7.9.	РЕФЛЕКСИЯ				60	
	Итого по разделу, мин		267	0	880	19 часов 7 минут
8	Раздел 8. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ	3				
8.1.	Особенности проведения и этика психологического консультирования		В Уроке 8.1. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 45 минут 01 секунды			
8.2.	Критерии успешного прохождения курса			30		
8.3.	Защита итоговой квалификационной работы			30	480	
	Итого по разделу, мин		45	60	480	9 часов 45 минут
9	Раздел 9. ЗАВЕРШЕНИЕ	1				ТК
9.1.	Завершающий вебинар		В Уроке 9.1. 1 видеоматериал длительностью ориентировочно: 60 минут 00 секунд			
	Итого по разделу		60	0	0	1 час
	ИТОГО	50	26 часов 26 минут	26 часов 15 минут	70 часов 30 минут	165 акад. часов