

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Институт педагогики и психологии
Кафедра психологии**



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Института педагогики и психологии

[Signature]
М.В. Рудь

« 27 » февраля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и практика психотерапии

По направлению подготовки – 37.04.01 Психология

Программа магистратуры – «Психологическое консультирование и психотерапия»;

Квалификация выпускника – магистр

Форма обучения – очная, очно-заочная

Курс: 1 / 2 (2 семестр / 4 триместр)

Луганск, 2026


Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки магистров по направлению подготовки 37.04.01 Психология очной и очно-заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 841, приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г. №1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования».


СОСТАВИТЕЛЬ:


кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии
ФГБОУ ВО «ЛГПУ» Бажутина Светлана Борисовна

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры психологии
«10» февраля 2026 года, протокол № 7.

Заведующий кафедрой психологии  Т.В. Балицкая-Крещенко

ОДОБРЕНА на заседании учебно-методической комиссии Института
педагогики и психологии «24» февраля 2026 г., протокол № 17.

Председатель учебно-методической комиссии
Института педагогики и психологии  Б.А. Дьяченко

СОГЛАСОВАНО:
Директор Департамента образования  В.В. Савенков

Структура и содержание дисциплины

1. Цели и задачи дисциплины

Цели дисциплины:

– познакомить с содержанием основных психотерапевтических теорий, терапевтической практикой, осуществляемой в рамках этих теорий, сформировать у магистрантов навыки терапевтической работы.

Задачи дисциплины:

– познакомить магистрантов с терапевтическими идеями классического психоанализа, гештальт-терапии, транзактного анализа, экзистенциальной терапии, логотерапии и поведенческой терапии;

– формировать умения правильного выбора методов терапевтического воздействия при работе с разными психологическими проблемами клиентов;

– развивать навыки психотерапевтической практики и рефлексивного анализа собственной практической деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Учебная дисциплина «Теория и практика психотерапии» входит в обязательную часть блока 1 «Дисциплины» подготовки студентов по направлению подготовки 37.04.01 Психология (программа магистратуры «Психологическое консультирование») очной и очно-заочной формы обучения.

Логически и содержательно данный курс является сопряженным с курсами «Основы психологического консультирования», «Основы психологической коррекции», «Основы семейного консультирования», «Основы немедицинской терапии», «Современные теории и методы психологического консультирования».

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

Знания:

– о структуре, содержании, закономерностях и генезисе развития психики в целом и отдельных ее составляющих, начальные знания об организации консультативной и психокоррекционной работы и методах этой работы;

– по составлению программ терапевтической работы с людьми разных возрастов по различным психологическим проблемам в рамках разных психологических теорий;

Умения:

– анализировать и синтезировать разнообразную психологическую информацию, логически грамотно ее обрабатывать;

– правильно выстраивать логику терапевтической работы с клиентом, используя теоретические положения различных психологических школ;

– быстро устанавливать контакты с людьми и поддерживать их на продуктивном уровне совместной работы;

Навыки:

– работы с различными источниками информации о консультативной и психокоррекционной деятельности психолога, критически осмысливать эту информацию;

– саморефлексии относительно собственной деятельности практика-терапевта.

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Магистранты, завершившие изучение дисциплины, завершившие изучение дисциплины «Теория и практика психотерапии», должны

знать:

– содержание основных психотерапевтических теорий и практик, понимать цели и задачи их применения;

– разное содержание и логику построения терапевтических программ;

– возможности и особенности воздействия на психику человека различных терапевтических методов;

уметь:

– правильно выбрать терапевтическую практику для работы с конкретной психологической проблемой;

– составлять адаптированные к проблемам клиентов терапевтические программы;

– устанавливать контакты с людьми разных возрастов и состояний, поддерживать с ними продуктивное взаимодействие;

владеть:

– навыками грамотного использования различных терапевтических практик;

– приемами анализа профессиональной информации, делать правильные выводы, обнаруживать закономерности, грамотно и быстро исправлять ошибки.

Перечисленные результаты образования являются основой для формирования следующих **компетенций:**

общепрофессиональных:

ОПК-5 – способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций;

профессиональных:

ПК-5 – способен оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию.

3.1. Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Код по ФГОС ОФО	Индикатор достижения
универсальные	

общепрофессиональные	
ОПК-5. Способен оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию	ИОПК – 5.1. Знает основные стратегии, виды и формы вмешательства, принципы их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера, основные подходы к идентификации индивидуальной и статистической нормы в контексте оказания психологической помощи. ИОПК – 5.2. Умеет организовывать мероприятия по оказанию психологической помощи, применять стандартные программы психологического сопровождения, развития и коррекции в основных областях деятельности психолога ИОПК – 5.3. Владеет базовыми приемами психологической помощи, развивающими и коррекционными технологиями, методами индивидуальной и групповой работы.
профессиональные	
ПК – 5. Способен оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию	ИПК – 5.1. Знает возрастные особенности клиентов, их состояний и психических процессов в сложных жизненных ситуациях; ИПК – 5.2. Знает сущность диагностики и коррекции психических состояний в трудных жизненных ситуациях. ИПК – 5.3. Умеет оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию.

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	ОФЗ	ОЗФО
Общая учебная нагрузка (всего)	108/3 з.е.	108/3 з.е.
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе	36	24
Лекции	10	8
Семинарские занятия		-
Практические занятия (в том числе интерактив)	26	16
Лабораторные работы	-	-
Контрольная работа (КР, входят в часы семинаров)	-	
КСР	-	-
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации	-	-

Самостоятельная работа студента (всего)	72	84
Итоговая аттестация	экзамен	экзамен

4.2. Содержание разделов дисциплины.

ТЕМА 1. Предмет и задачи курса «Теория и практика психотерапии».

Понятие психотерапии. Психологическое консультирование и психотерапия и консультирование. Роль теории в практике психотерапии. Психологические основы психотерапии. Принципы и классификации в психотерапии. Краткая характеристика основных направлений, формы и методы психотерапии.

ТЕМА 2. Теории и практики психотерапии в рамках динамического направления.

Концепция личности в психодинамическом направлении. Идея развития личности. Механизмы психологической защиты и их роль в развитии личности. Концепция невроза в психодинамике.

ТЕМА 3. Психотерапевтические теории и практики когнитивно-поведенческого направления.

Общая характеристика поведенческого направления. Бихевиоризм как теоретическая основа поведенческого направления. Научение. Классическое обуславливание. Оперантное обуславливание. Социальное научение. Концепция патологии в поведенческой терапии. Методы поведенческой терапии.

ТЕМА 4. Психотерапевтические теории и практики гуманистического направления.

Общая характеристика гуманистического направления. Идеи самоактуализации в гуманистическом направлении. Концепция невроза в гуманистическом направлении. Клиенто-ориентированная терапия К.Роджерса.

ТЕМА 5. Теории и практики психотерапии в рамках экзистенциального направления.

Общая характеристика экзистенциального направления. Основные принципы экзистенциализма. Теория личности и психопатология в видении экзистенциалистов. Экзистенциальная терапия. Логотерапия В.Франкла.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		ОФО	ОЗФО
1	Предмет и задачи курса «Теория и практика психотерапии». Основные направления, формы и методы психотерапии.	2	-
2	Теории и практики психотерапии в рамках динамического направления.	2	2
3	Психотерапевтические теории и практики когнитивно-поведенческого направления.	2	2
4	Психотерапевтические теории и практики гуманистического направления.	2	2
5	Теории и практики психотерапии в рамках экзистенциального направления.	2	2
Итого:		10	8

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	ОФО	ОЗФО
1	Основные направления, формы и методы психотерапии.	4	2
2.	Теория и практика психотерапии по З.Фрейду.	2	2
3	Теория и практика метода гештальт-терапии.	4	2
3	Методы поведенческой психотерапии. Когнитивная терапия	4	4
4	Экзистенциальная терапия. Логотерапия В. Франкла.	4	2
5.	Методы телесной терапии./ Мультимодальный метод	6	4
6	Итоговая аттестация	26	16

4.5. Лабораторные работы не предусмотрены.

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	ОФО	ОЗФО
1	Предмет и задачи курса «Теория и практика психотерапии». Основные направления, формы и методы психотерапии.	Конспекты первоисточников (не менее 8 конспектов)	15	16
2	Теории и практики психотерапии в рамках динамического направления.	Конспекты практических занятий	15	16
3	Психотерапевтические теории и практики когнитивно-поведенческого направления.	Протокол и консультационной беседы	15	16

4	Психотерапевтические теории и практики гуманистического направления.	Протокол и консультационной беседы и его рефлексивный анализ	12	16
5	Теории и практики психотерапии в рамках экзистенциального направления.	Протокол и супервизийный анализ занятия.	15	20
Итоговая аттестация			72	84

4.7. Курсовые работы не предусмотрены.

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся используются инновационные образовательные технологии при реализации различных видов аудиторной работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

Информационные технологии: видеозаписи работы психолога в тренинговых группах.

Работа в парах: совместная работа студентов друг с другом, с преподавателем-тренером на практических занятиях; моделирование условий психологической проблематики, требующей применения телесно-ориентированных технологий; ролевые игры по телесно-ориентированной терапии.

6. Формы контроля освоения дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим практические занятия по дисциплине в следующих формах:

- работа с конспектами по теории телесно-ориентированной терапии;
- выполнение практических упражнений магистрантами в парах с комментариями;
- рефлексивный анализ телесно-ориентированной работы магистрантов в разных структурах;
- анализ психологических ситуаций;
- контроль самостоятельной работы.

Итоговый контроль осуществляется по результатам обобщения всей работы студента (включает в себя ответы на теоретические вопросы и выполнение с комментированием практических упражнений).

**Система оценивания учебных достижений студентов
очной и очно-заочной формы обучения**

Вид текущей учебной работы	ОФО	ОЗФО
Работа на практических занятиях	20	20
Составление программы терапевтической работы по запросу и протокола терапевтического анализа проблемы клиента в рамках какого-либо терапевтического направления с последующим рефлексивным анализом	20	20
Написание конспектов первоисточников (не менее 5-ти)	30	30
Экзамен	30	30
Итого за семестр (триместр)	100	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

4-х балл. система оценивания экзамена	100 - балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90 - 100	А - ОТЛИЧНО – теоретическое и практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	ЗАЧ ТЕ НО
Хорошо	83 - 89	В - ОЧЕНЬ ХОРОШО – теоретическое и практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75 - 82	С - ХОРОШО – теоретическое и практическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63 - 74	Д - УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО – теоретическое и практическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержит ошибки	
Удовлетворительно	50 - 62	Е - ПОСРЕДСТВЕННО – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические	

		навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21 - 49	FX - НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	НЕ ЗАЧЕ НО
Неудовлетворительно	0 – 20	F - НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО - теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины.

а) основная литература:

1. Буравцова Н.В. Психологическое консультирование и психотерапия семьи: теория и практика : учебное пособие / Буравцова Н.В.. — Новосибирск : Новосибирский государственный университет экономики и управления «НИНХ», 2018. — 354 с. — ISBN 978-5-7014-0893-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95213.html>
2. Психотерапия /Под ред. Б.Д. Карвасарского. – СПб., 2000. – 512 с.
3. 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.
4. Методы эффективной психокоррекции: Хрестоматия / Сост. К.В.Сельченко. – Мн.: Харвест,2003. – 383.с
5. Мейер В., Чессер Э. Методы поведенческой терапии. – Спб.: «Речь», 2001. – 486 с.
6. Мастерство психотерапии / Ч.Крамер. – Спб.: Питер, 2003. – 214 с.
7. Перлз Ф. Практика гештальт-терапии – М.: 2001. – 356 с
8. Руководство по телесно-ориентированной терапии – Спб.: «Речь», 2000. –
9. Лейнер Х. Кататимное переживание образов / Пер. с нем. Я.Л. Обухова. М. Кассинов Г., Тафрейт Р. Психотерапия гнева: Полное практические руководство. – М.: 2006. –215 с.

10. Макаров В.В. Избранные лекции по психотерапии.: Екатеринбург. – «Деловая книга», 2000. – 280 с.

11. Психоокоррекция в повседневной жизни. – СПб.: «РЕСПЕКС»,1995. – 150 с.

б) дополнительная литература:

1. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. – Екатеринбург.: 1995. – 249 с.

2. Арлахер Барбара, Йорда К. Монодрама. – Киев: «Эльга», 2004.– 292с.

3. Большой толковый психологический словарь: В 2т. – СПб.,2001. – 1698 с.

4. Бреслав Г.М.Эмоциональные особенности формирования личности в детстве.-М.,1990. –312 с.

5. Лекрон Л. Лечение самогипнозом. – СПб. : СПИКС, 1994. – 313 с.

6. Сидоренко Е. Тренинг влияния и противостояния влиянию. – СПб.; «Вечь», 2002. – 256с.

7. Психоокоррекция в повседневной жизни. – СПб.: «РЕСПЕКС»,1995. – 198 с.

8. Роджерс К. Клиенто-ориентированная терапия. М.: 1997. – 314 с.

9. Перлз. Ф. Эго, голод и агрессия.- М.: 2000,- 358с.

10. Руководство по телесно-ориентированной терапии.- СПб.: «Речь», 2000. – 256 с.

11. Психосоматика: Взаимосвязь психики и здоровья. Хрестоматия. /Сост. К.В.Сельченко – Мн.: 1999.- 640 с.

12. Розов С. Управление подсознанием. – М.: 2006. –312 с.

13. Теппервайн К Как противостоять превратностям судьбы. – Спб.: 1996. – 116 с.

в) Интернет-ресурсы:

www.twirpx.ru – Библиотека психологической литературы. Представлены учебные пособия, статьи, диссертации.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины могут быть использованы мультимедийные средства; наборы видеоматериалов или кинофильмов; демонстрационные приборы.

Лекционные занятия: аудитория, оснащенная презентационной техникой (телевизор с возможностью воспроизведения флэш-накопителя, компьютер/ноутбук).

Практические занятия: пакеты заданий тестовых материалов, тексты психологических задач; раздаточный материал.

Прочее: рабочее место преподавателя, рабочие места студентов.

9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение /дополнение	
				Заведующий кафедрой	Директор / декан